

GUIDE D'UTILISATION DU SIMULATEUR D'ENTRETIEN

Le simulateur d'entretien vidéo permet de vous accompagner et vous faciliter l'exercice des entretiens d'embauche souvent périlleux et synonyme de stress. Tenez compte de ces conseils avant de démarrer le simulateur.

1. La connexion internet :

Pour réaliser votre entretien vidéo différé, pensez à utiliser une connexion Internet haut-débit. En effet, une connexion qui ne serait pas stable ou à faible débit risquerait d'influencer négativement votre enregistrement. Dans la même logique, vous devez par exemple, vous connecter avec un câble Ethernet plutôt qu'avec un réseau WiFi. Fermez tous les programmes ou applications qui seraient susceptibles de prendre de la bande passante. Assurez-vous enfin que personne n'utilise votre réseau Internet pour télécharger des fichiers trop lourds.

2. Testez votre matériel :

Avant de démarrer le simulateur vidéo, veillez à avoir un matériel fonctionnel et autoriser l'accès à votre caméra et microphone afin de pouvoir utiliser l'outil.

3. Réglage de votre webcam :

Positionnez-vous correctement. La source de lumière doit être face à vous, pas dans votre dos, pour éviter le contre-jour.

Régalez votre webcam pour que celle-ci filme convenablement votre visage et pas seulement votre menton ou votre front.

Qu'elle soit intégrée à l'écran de votre ordinateur ou connectée en externe, pensez à positionner la webcam de façon à vous avantager. Une prise de vue en plongée, en contre-plongée ou directe n'envoient pas le même message.

Tenez-vous bien droit sur votre siège et regardez droit devant vous dans la lentille en vous adressant à la caméra comme s'il s'agissait de votre interlocuteur, votre discours paraîtra plus crédible et concret.

4. Soignez votre arrière plan :

Votre arrière plan compte également ! Privilégiez un fond clair et neutre si possible. Prêtez attention à votre cadrage et environnement lors de votre enregistrement. Faites en sorte que cela soit professionnel en ayant un espace ordonné et rangé.

5. Soignez-votre présentation également :

Optez pour une tenue pas trop décontractée pour vous mettre en condition réelle ! Cela vous permettra de gagner en assurance devant votre webcam.

Le pyjama et les cheveux ébouriffés sont à proscrire !

6. Dernières vérifications :

Cherchez un endroit calme et isolé pour être sûr de ne pas être dérangé. Mettez votre téléphone sur silencieux.

7. Keep calm and speak slowly :

Contrôlez vos signes de nervosité. Evitez les tics de langage de type « euh » ou « voilà », reprenez une grande inspiration avant de répondre à la question. Plus vous vous exercerez, moins vous serez trahi(e) par ce type de signes de nervosité. Articulez et trouvez le bon débit de paroles, ni trop vite, ni trop lent.

8. Maîtrisez votre posture :

L'un des principaux avantages du simulateur d'entretien est qu'il permet de se rendre compte de sa communication non-verbale à l'instar de l'utilisation des mains ou des rictus du visage. Soyez donc attentif à votre communication non verbale.

Notre posture peut influencer notre disposition mentale. C'est pourquoi, en vous redressant et en gardant la tête un peu plus haute, vous dégagerez une impression de confiance. N'oubliez pas votre sourire, cela vous rendra plus agréable et sympathique à l'écran.

Entraînez-vous jusqu'à obtenir un résultat satisfaisant à l'écran.

Vos entretiens vont devenir un jeu d'enfant. A vous de jouer !

iQuesta.com
1^{er} Emploi, Stage, Alternance