

# Se présenter en vidéo

## Techniques de Recherche d'Emploi

1-016



### PRÉ-REQUIS :

Aucun

### DURÉE EN HEURES :

14h

### RYTHME/NOMBRE DE JOURS :

2 jours ou 4 demi -  
journées sur une semaine

### DELAI D'ACCES :

D'une semaine à 2 mois,  
selon le type de financement

### MÉTHODES :

- Individualisation et apport du groupe (de 6 à 8 personnes)
- Mise en situation
- Alternance de pratique et de théorie
- Exercices de réflexion et mise en commun
- Mise en confiance
- Assistance technique Visio

### CERTIFICATION –

#### ÉVALUATION :

- Certificat de Réalisation
- Suivi des compétences acquises

### OBJECTIFS :

- Aider à identifier ses atouts professionnels et à apprendre à les exprimer
- Créer une vidéo de présentation professionnelle qui valorise ses motivations et atouts

### PUBLIC VISÉ :

- Demandeurs d'emploi ayant des difficultés à mettre en avant ses atouts, mal à l'aise en entretien d'embauche, souhaitant disposer d'une vidéo professionnelle de présentation

### PROGRAMME :

#### Identifier ses atouts

- Identification des atouts de chaque bénéficiaire : qualités, compétences, connaissances, valeurs, motivations, expériences clés, ...
- Mise en lien avec le poste recherché : identification des compétences et qualités nécessaires pour occuper le poste, sélections des atouts les plus pertinents

#### Exprimer ses atouts

- Travail sur l'image : sensibilisation sur la présentation, le code vestimentaire, la posture, ...
- Réflexion sur le langage à employer : vocabulaire, lexique professionnel, syntaxe, ton, ...
- Les représentations du métier et la perception de son image : image souhaitée, image perçue.

#### Préparer la vidéo

- Production d'un écrit, du scénario de présentation individuel, d'après une trame
- Échange individuel autour de la production
- Présentation du texte devant le groupe – échanges et conseils de l'ensemble du groupe
- Appropriation du texte de présentation et entraînement
- Modalités techniques et déroulement, dédramatisation de la caméra, gestion du stress
- Recommandations sur son image professionnelle

#### Réaliser la vidéo et la communiquer

- Mise en place et réglage (caméra, son) par l'animateur
- Réalisation de la présentation filmée pour chaque bénéficiaire à tour de rôle (7 à 8 minutes de tournage pour 2 à 3 minutes de vidéo finale)
- Détournement, montage et préparation des vidéos, effectué par l'animateur
- Transfert des vidéos sur la plateforme (plateforme d'échange de vidéos gratuite, sécurisée, respectant la RGPD)
- Règles et conseils de diffusion
- Diffuser sa vidéo dans ses candidatures et via son réseau

7 Rue de la Fonderie, 67000

STRASBOURG

**03 88 32 05 15**

info@as-accompagnement.fr

#### CONTACT :

Anne-Laure JOBST VENZANO

[anne-laure.jobst@as-accompagnement.fr](mailto:anne-laure.jobst@as-accompagnement.fr)

Accessibilité pour les personnes en  
situation de handicap :

<https://as-accompagnement.fr/handicap>