

# RÉUSSIR UN ENTRETIEN EN «VISIO»

Une utilisation optimale de la vidéo augmente les chances de décrocher un job, un stage ou une place dans une école

Les mains tremblantes, la voix blanche, le regard fuyant... «C'est clair, j'ai raté mes entretiens en visioconférence», reconnaît d'emblée Victor, 17 ans, qui a postulé à l'école de commerce «de [ses] rêves». Sans succès. «J'ai cumulé les erreurs de débutant, pourtant, j'avais déjà utilisé la webcam avec mes copains, mais là, ce n'était pas pareil», constate-t-il.

Acquérir de l'aisance sur Zoom ou Skype est désormais une compétence-clé pour réussir, qu'il s'agisse de décrocher un emploi, un stage ou une place dans une école. «Avec le Covid, le monde du travail a vécu un chamboulement, rappelle Hervé Bomme-laer, associé au cabinet d'outplacement Enjeux Dirigeants. Pendant le confinement, la quasi-totalité des rendez-vous se sont déroulés à distance et, si cette proportion va baisser au fil des mois, l'outil va rester incontournable.»

## 1. La technique avant tout

Zoom, Skype, FaceTime, WhatsApp, Teams... Quelle que soit l'application utilisée, il faut s'assurer que l'on dispose d'une bonne connexion Internet et que la batterie de l'ordinateur est chargée. Afin de réduire les éventuels

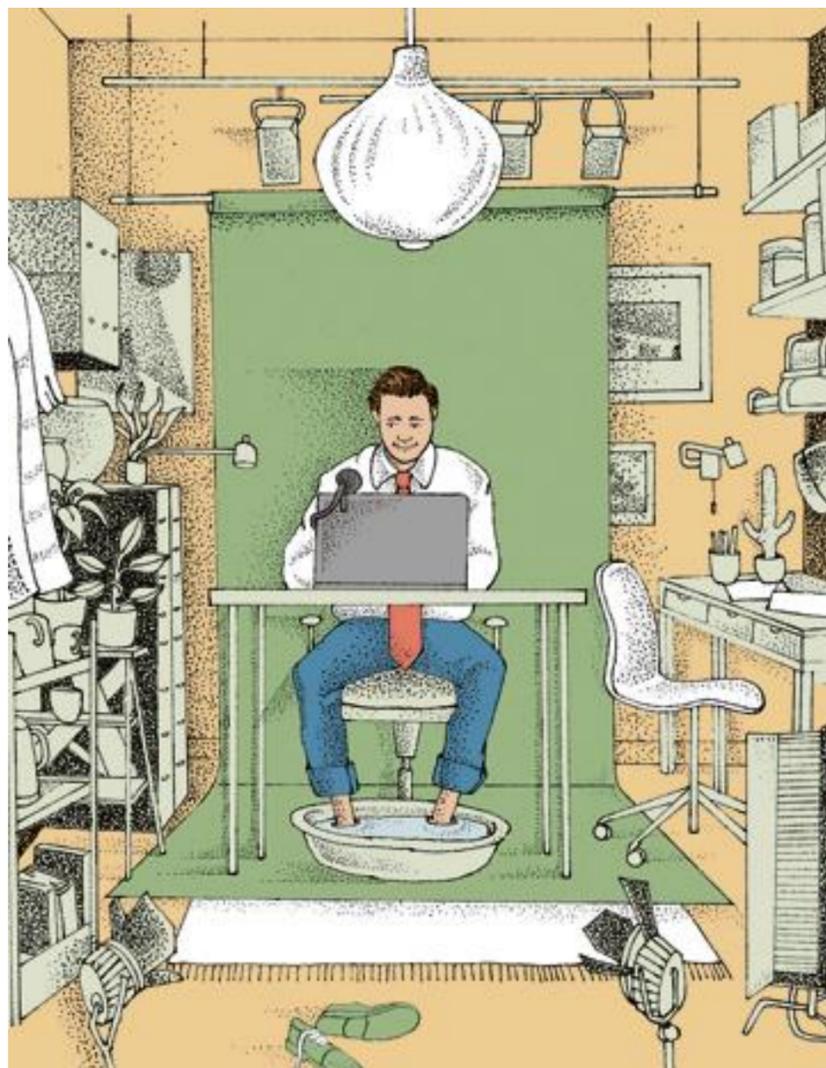
grésillements, échos et autres désagréments auditifs, micro et oreillettes sont recommandés.

«Tous ces conseils peuvent sembler évidents, mais sont pourtant essentiels pour éviter les problèmes techniques alors que l'échange a commencé», constate Aurélie Jacob, responsable des relations entreprises et élèves à la Web School Factory. S'entraîner en amont est utile et, le jour J, se connecter une demi-heure plus tôt permet de régler sans paniquer les derniers paramètres.

## 2. Soigner son environnement

Autre point sensible: l'éclairage. L'ombre peut donner des faux airs de complot et la surexposition un teint blafard. Pour obtenir la bonne luminosité, «fenêtre et lumière doivent se trouver devant l'utilisateur et son ordinateur», explique Sabine Salats, coach et consultante en recrutement.

Le fond d'écran, derrière soi, s'avère également important. L'idéal? «C'est un mur neutre ou une bibliothèque rangée au cordeau; on évite l'étagère à épices ou l'armoire ouverte sur un fouillis d'objets, il faut proscrire tout ce qui détourne l'attention de notre interlocuteur», explique Carine Nagot, d'Helenor Communica-



CÉLIA CALLOIS

tion, spécialisée en prise de parole en public. Quid des fonds d'écran fournis par les applications? «A l'exception du fond neutre, je ne recommande pas leur utilisation, j'ai déjà vu des palmiers, des paysages enneigés pour des entretiens professionnels, cela ne fait pas sérieux, d'autant que le détour du visage n'est souvent pas très net», témoigne Carine Nagot.

## 3. Travailler sa voix et sa diction

«Il faut veiller à ne pas parler trop vite, à bien articuler chaque mot, à marquer des temps de pause», explique l'ORL et phoniatre Jean Abitbol, auteur de nombreux ouvrages dont *Le Pouvoir de la voix* (Allary éditions, 2016).

Le spécialiste recommande même de terminer ses phrases en privilégiant les graves. «Ces sonorités rassurent inconsciemment: on a entendu ces vibrations lors de notre vie fœtale, le liquide amniotique ne filtre en effet que les aigus». Mais le plus important est d'être «sincère avec sa voix, ne pas vouloir la maquiller, car l'autre va le ressentir. L'idéal est d'apprendre à la poser, afin de découvrir son registre naturel».

## 4. Soigner ses gestes et son apparence

Pour autant, «la voix n'est pas tout, la communication non verbale joue un rôle important lors d'un entretien», rappelle Véronique Girod, fondatrice de PopMyVoice. Cette société de coaching vocal travaille notamment avec des comédiens: outre l'enseignement de la diction, ils veillent à la posture globale des élèves. La spécialiste s'appuie sur les travaux du professeur de psychologie à l'Université de Californie, Albert Mehrabian. Celui-ci a montré en 1971 que, dans une commu-

nication orale, la part du langage corporel (55 %) pouvait être largement supérieure à la part verbale (7 %) et à la part vocale (38 %).

Installé dans son studio parisien de 16 m<sup>2</sup>, Ouassim Loussaïef, 20 ans, a eu plusieurs entretiens pour une admission à un master de finance à Paris-Dauphine. Conscient de l'importance de son attitude pendant ces rendez-vous, il explique pratiquer régulièrement «des séances de respiration thoracique et abdominale afin d'éliminer le stress et d'être détendu pendant les échanges».

Même si l'écran est réduit, soigner son apparence est donc essentiel. Se tenir droit sur sa chaise, être posé, souriant et avenant sont des éléments-clés, tout comme la tenue vestimentaire: «Ce n'est pas parce que l'on appelle de chez soi qu'il faut être en pyjama», lance Bertrand Périer, auteur de *La parole est un sport de combat* (JC Lattès, 2017). Nous, les avocats, même en webcam, nous plaçons en robe. La robe n'est pas le signe du lieu mais de la fonction que nous exerçons. Comme au tribunal, le costume est l'indication de l'enjeu de la prise de parole.»

Des propos que Gaspard, étudiant en école de commerce, aurait dû méditer avant de se lancer dans un entretien en veste, chemise, pantalon de pyjama et pantoufles. Tout allait bien jusqu'à ce que ses interlocuteurs lui demandent un document qui était rangé à l'autre bout de la pièce de sa chambre. Tout rouge, le jeune homme a dû se lever et dévoiler la totalité de sa tenue.

Pour soigner son apparence quand elle parle avec des clients, Fabiola Plazanet, consultante dans le secteur du mariage (elle tient notamment deux blogs, Jolies cérémonies et Behind The Wedding), n'hésite pas à recourir aux filtres de beauté proposés par des applications comme WhatsApp et Messenger. Ses préférés sont ceux de Snap Camera, compatibles avec les plates-formes Zoom et Hangouts qu'elle privilégie pour échanger avec les internautes. Elle explique: «Je travaille de chez moi, et cela m'évite de me maquiller tous les jours. J'alterne entre un filtre "juste naturel" et un "summer naturel", cela me donne bonne mine, comme au retour de

der son interlocuteur dans les yeux. Pour cela, il faut régulièrement fixer le petit point lumineux qui signale la caméra en haut de l'ordinateur. Quelques livres suffisent à surélever écran et clavier afin d'éviter l'effet yeux baissés.

«Ce n'est ni une coquetterie ni une vue de l'esprit. L'impact est démontré, explique Marie Lacroix, docteure en neurosciences au cabinet Cog'X. Donner au recruteur l'impression qu'on le regarde augmente son attention et sa mémorisation.» Non négligeable quand on est en compétition serrée avec d'autres candidats. Préparer des fiches aide-mémoire peut être utile, mais attention à ne pas maintenir ses yeux rivés dessus.

## 6. Se garder d'improviser

«Quand l'un de mes élèves me dit: "Madame, moi la visioconférence, j'y vais au feeling", je réponds "sur-tout pas!" Un entretien virtuel ou physique se prépare de la même manière, avec une préparation technique (connexion, cadrage, luminosité...) en plus pour le premier», insiste Blandine Jarry, de l'EDC Paris Business School.

S'il est recommandé d'être le plus naturel possible, les traits d'humour sont parfois périlleux en «visio»: en cas de décalage technique, une plaisanterie peut tomber complètement à plat. Enfin, pour réussir un entretien, s'entraîner en amont avec un ami ou un collègue permet de gagner en confiance.

C'est ce qu'a bien compris Maxime Groff, 25 ans, en master 2 à la Web School Factory. Il a postulé pour une alternance de douze mois chez Engie. «Comme pour une rencontre de visu, je me suis entraîné à me présenter en une ou deux minutes, à répondre aux questions classiques et aux pièges éventuels, j'ai listé les points qui me différencient des autres, je me suis renseigné sur l'entreprise et j'ai regardé le profil de mes interlocuteurs sur LinkedIn. Sur mon écran, j'avais préparé tous les documents à éventuellement partager pendant l'entretien». Ses efforts ont payé. Maxime vient de recevoir un avis favorable de l'entreprise. ●

ISABELLE HENNEBELLE

**NEOMA**  
BUSINESS SCHOOL  
REIMS · ROUEN · PARIS

**GLOBAL EXECUTIVE MBA**

ÉVOLUER

• PART-TIME  
15 MOIS

• 3 RENTRÉES  
POUR S'ADAPTER  
À VOTRE RYTHME

• TOP 80  
FINANCIAL TIMES  
2019

Former les dirigeants moteurs de l'innovation et du progrès social à l'ère digitale

Be passionnée. Shape the future®

www.neoma-bs.fr

\*Construisez l'avenir avec passion

Contactez-nous : emb.a.admissions@neoma-bs.fr

IL ÉTAIT UNE FOIS, VOUS.

EN LIGNE |  
SOIRÉE D'INFORMATION EXECUTIVE  
23 JUIN 2020

Vous et vos envies, Vous et vos objectifs professionnels : changez le cours de votre histoire avec l'IAE Paris-Sorbonne Business School  
www.iae-paris.com

IAE PARIS  
UNIVERSITÉ PARIS LAUTREBOURG  
Une grande histoire de management

CANDIDATURES EXECUTIVE 16 JUIN - 1<sup>er</sup> JUILLET 2020

«CE N'EST PAS PARCE QUE L'ON APPELLE DE CHEZ SOI QU'IL FAUT ÊTRE EN PYJAMA»  
BERTRAND PÉRIER  
avocat