



Institut de Formation à Distance

Techniques d'Expression et de Communication

Licence 3: (Cours mutualisé pour tous des départements de l'UADB)

Chapitre 2: L'expression orale

Présenté par M. Falilou Bâ

Éléments Chapitre

L'expression orale

- L'entretien d'embauche
- L'entretien face à un jury



2.1 L'entretien d'embauche



a. Préparation à un entretien d'embauche

Objectif spécifique de cette séquence pédagogique:

- Donner des astuces à l'étudiant pour arriver serein à l'entretien d'embauche

1) Le postulant (re) trouve une assurance psychologique

L'invitation à un entretien d'embauche met le plus souvent le postulant dans le STRESS, PEUR... ce sont des facteurs d'échec.

Pour renverser cette situation, il faut :

- **Faire prendre conscience au postulant de ses ressources internes et les valoriser**
 - Savoir
 - Savoir-faire
- **Faire tirer profit le postulant des ressources contextuelles**
 - Croyances
 - Superstitions
 - Pensées positives



a. Préparation à un entretien d'embauche

2) Le postulant réussit à choisir la tenue vestimentaire appropriée pour la circonstance

Dans la perspective d'un entretien, on ne s'habille pas ni pour émerveiller ni pour heurter

- **Démontrer au postulant que la tenue doit être choisie en fonction de son intégration à :**
 - L'imaginaire collectif
 - La localité
- **Monter au postulant que la tenue doit être en phase avec la personne qui la porte pour être un atout ; cela dépend de :**
 - De l'aisance ressentie en la portant ;
 - Du bonheur ressenti en la portant



a. Préparation à un entretien d'embauche

3) Esthétique

- Comprendre que le but n'est pas de mettre ses atours physiques en exergue. Donc être rigoureux sur le choix de :
 - Couleur
 - Parfum
 - coiffure



a. Préparation à un entretien d'embauche

4) Gestion du temps

- La ponctualité ; un des premiers gages d'un entretien réussi mais aussi un des premiers motifs qui sonne le glas de l'entretien
 - Revenir sur les dispositions à prendre pour être ponctuel
 - Les dispositions à prendre pour ne pas subir le temps, une fois à l'entretien



a. Préparation à un entretien d'embauche

5) Recherches sur l'organisation

- Les sources d'informations à privilégier pour avoir une idée précise et complète sur l'organisation
- Les informations à rechercher pour montrer son intérêt pour l'organisation.



2. L'expression Orale



b. Préparation à un entretien face à un jury

Objectif spécifique de cette séquence pédagogique

- Elle explique comment
 - apprendre à maîtriser
 - le débit de sa voix,
 - l'intonation,
 - ses gestes
 - et sa postureafin de vous permettre d'être plus à l'aise devant un public.



b. Préparation à un entretien face à un jury

1) Mémoriser son oral: maîtriser son sujet

2) La présentation de soi

a. Tenue vestimentaire

Le jour de l'oral, la tenue est le premier vecteur d'expression de soi. C'est le premier détail que le jury aperçoit et c'est grâce à cela qu'il se fait une première idée.

b. Le sourire

Lorsque l'on est concentré sur ce que l'on doit dire, il est difficile de penser à sourire. Un candidat qui sourit donne une meilleure image de lui.

c) La posture

Lors de l'oral, faites attention à votre posture. Eviter alors quelques gestes



b. Préparation à un entretien face à un jury

3) Gérer le temps de la présentation

Respect strict du temps imparti pour l'exercice : pour y parvenir

- Procéder à des répétitions chronométrées
- Maîtriser votre sujet
- Mémoriser son oral



b. Préparation à un entretien face à un jury

4) Se positionner dans l'espace

Selon le contexte, l'espace entre les individus change. Ainsi, on peut discerner l'espace intime et l'espace social

Dans le cadre professionnel, vous serez placés dans l'espace social du jury.

a. Domination de l'espace

Le jour de l'épreuve orale, il est important de se rappeler ces détails : suis-je bien placé par rapport au jury ?

N'hésitez pas à circuler dans l'espace qui vous est imparti.

b. Marcher dans un espace

N'hésitez pas à circuler dans l'espace qui vous est imparti.



b. Préparation à un entretien face à un jury

5) La communication non verbale

- La gestuelle est le langage du corps, le maîtriser est donc primordial puisqu'il accompagne les paroles.
- Maîtriser le langage du corps, c'est donc s'intéresser au rôle des mains, à leurs mouvements et à leurs significations. Sachez que l'expression du corps comprend aussi la posture et les expressions du visage.

5.1. Communiquer avec les mains

Dans la majorité des cas, le candidat à l'oral crispe ses mains ou les cachent dans son dos. En situation de stress, le corps se tend et évacue sa nervosité par l'intermédiaire des mains.



b. Préparation à un entretien face à un jury

5) La communication non verbale

5.2. Utilisez le langage corporel

Pour apprendre à parler avec des gestes et des expressions du visage, l'idéal est de s'entraîner par l'observation :

Concentrez-vous sur les gestes et les expressions de visage d'une personne qui vous parle afin de mieux retenir les mécanismes de l'expression corporelle.



b. Préparation à un entretien face à un jury

6) Améliorer la diction

Afin de mieux se faire entendre et comprendre, il est important de bien articuler, parler distinctement et suffisamment fort.

6.1 La respiration

Apprendre à maîtriser le débit de sa voix commence par l'apprentissage de la respiration. En effet il existe deux formes de respirations : la respiration thoracique et la respiration ventrale. Cette dernière est la plus conseillée car elle permet une plus grande absorption de l'air.

6.2 L'articulation

Améliorer sa diction passe aussi par une bonne articulation. Les mots ainsi prononcés sont plus audibles et cela facilite la compréhension du jury.



b. Préparation à un entretien face à un jury

7) Le débit de la parole

La compréhension orale passe aussi par le débit des paroles. Le stress se manifeste chez certaines personnes par un débit trop rapide et parfois hachuré. Apprendre à maîtriser le débit de sa voix



b. Préparation à un entretien face à un jury

8) Quelques conseils:

- Souvenez vous que ce que vous avez à dire est important et peut intéresser le jury même si pour vous cela n'a pas été le cas.
- Un oral convaincant commence par un candidat convaincu : même si votre action ne vous semble pas attractive, tout n'est pas négatif ! Réfléchissez à ce que vous avez réussi à accomplir et à ce que vous avez appris.



b. Préparation à un entretien face à un jury

8) Quelques conseils:

- Si le regard du jury vous gêne, regardez plutôt le front de la personne qui vous regarde, elle ne s'en apercevra pas. Faites attention : la personne qui vous sourit n'est pas forcément la plus sympathique et inversement ! Ainsi, adressez-vous à toutes les personnes du jury.
- N'hésitez pas à varier vos supports de communication : transparents, vidéo projecteur... Sachez que le jury est plus visuel qu'auditif, n'hésitez donc pas à libérer votre créativité !

