Alexander Hughes
RECHERCHE DE DIRIGEANTS

PRÉPARATION À UNE ENTREVUE VIDÉO

Comment se préparer à entrevue vidéo

Afin que vous soyez parfaitement préparé pour votre entrevue vidéo à venir, nous tenons à vous faire part de nos meilleures pratiques pour faire une bonne impression et diminuer le plus possible la distance qu'occasionne un premier contact avec une caméra. Première recommandation importante, prenez 15-20 minutes afin de préparer votre environnement avant votre rencontre vidéo. Deuxièmement, assurez-vous d'éteindre toutes vos sonneries d'ordinateur et de cellulaire.

L'environnement choisi joue énormément sur la première impression

✅ Choisissez un siège confortable et préférablement silencieux, car des grincements ou autres sons pourraient vous distraire et distraient votre interlocuteur.

✅ Installez-vous dans une pièce où vous serez seul et en position de donner 100 % de votre concentration à la rencontre vidéo. Vous devez vous sentir libre de parler clairement et votre voix doit être à un volume perceptible par le microphone de votre ordinateur. Attention à l'écho dans la pièce.

✅ Choisissez un environnement présentable, sobre et propre. Les tableaux, les meubles de rangement ou autres dérangent peu. Nul besoin de chercher un mur blanc et vide. Nous suggérons même d'éviter les arrière-plans virtuels durant votre rencontre vidéo, un décor sobre dans votre maison demeure la meilleure solution.

Ce que vous devriez voir dans votre écran approximativement

Ci-haut, vous voyez une pièce après la mise en place avec l'utilisation de livres pour l'élévation de l'ordinateur .

Une bonne luminosité favorisera significativement le contact visuel

Pourquoi mettre autant d'importance dans la luminosité? La réponse est simple, puisque nous voulons reproduire une situation qui ressemblerait le plus à une rencontre physique, nous voulons mettre l'accent sur les éléments qui transmettent le mieux votre «personne». Nous parlons ici de votre expression faciale, du contact visuel et de votre gestuelle. La luminosité permettra donc à votre interlocuteur de voir ces éléments clairement à la caméra.

✅ Ouvrez une ou deux lampes à l'avant ou en diagonale de votre siège, derrière l'écran. Nul besoin d'envoyer directement la lumière sur votre visage, vous serez plus inconfortable que visible et votre confort est palpable à la caméra. Déplacez des lampes plus légères si cela est possible pour vous.

Ce que vous devriez voir dans votre écran approximativement

✅ Utilisez l'application caméra sur votre ordinateur afin de vérifier que les choix de lumière que vous avez faits sont appropriés. N'hésitez pas à faire un test pour votre mise en place avec une connaissance.

✅ Idéalement, une source de lumière naturelle face à vous ou sur un de vos côtés serait la luminosité souhaitée. Si c'est le cas, évitez tout de même que le soleil vous aveugle.

Ci-haut, vous voyez une pièce après la mise en place avec l'utilisation d'une boîte métallique pour l'élévation de l'ordinateur.

En prenant le temps nécessaire pour faire une mise en place adéquate, vous vous permettrez d'éviter des erreurs comme celles-ci :

🚫 Évitez d'ouvrir les lumières au plafond, bien que puissantes, elles vont assombrir énormément les traits de votre visage.

ÉVITEZ CETTE POSITION

En utilisant le plafonnier pour éclairer votre pièce, vous allez créer des ombres sur les traits de votre visage et votre interlocuteur aura de la difficulté à voir votre visage.

🚫 Évitez les fenêtres à l'arrière de vous, surtout dans le champ visuel de la caméra. Cette position créera un contre-jour qui vous rendra peu visible.

ÉVITEZ CETTE POSITION

Si vous vous positionnez avec une fenêtre à l'arrière de vous, donc face à votre caméra, votre image s'assombrira de manière significative.

Comment bien se positionner face à la caméra

✅ Assurez-vous que votre caméra soit à la hauteur de votre nez. Vous pouvez placer des livres, une boîte à souliers ou autres objets plats et stables sous votre ordinateur pour l'élever ou modifier la hauteur de votre chaise. Ainsi, votre interlocuteur sentira votre contact visuel même si vous regardez son image sur l'écran et non directement dans la caméra.

Ce que vous devriez voir dans votre écran approximativement

✅ Positionnez-vous à une distance d'environ 1 mètre de votre caméra ou à une longueur de bras tendus de votre clavier d'ordinateur. Ainsi, votre interlocuteur pourra voir votre gestuelle et minimiser la barrière que peut créer la caméra. Attention à vos mouvements, il faut demeurer dans le cadre.

✅ Il est préférable d'utiliser un cadrage horizontal si votre outil vidéo le permet (*Teams*, *Zoom*, *Skype*, *Facetime* ou autres outils).

Ci-haut, vous voyez une pièce après la mise en place avec l'utilisation de boîte en bois pour l'élévation de l'ordinateur.

🚫 Évitez les cellulaires si possible, l'écran est petit et la sensation de conversation «réelle» n'est pas maximisée et c'est souvent instable.

🚫 Évitez de regarder votre image à la caméra. Elle se trouve souvent aux extrémités de votre écran. Lorsque vous regardez votre image, même rapidement, vous brisez le contact visuel avec votre interlocuteur. Si la tentation est trop grande, vous pouvez retirer votre image dans les paramètres de l'application ou simplement couvrir votre image avec un papier-notes style Post-It.

Notes générales à retenir

✅ Arrivez préparé pour votre entretien. Évitez de quitter votre ordinateur pendant les 60 ou 90 minutes que durera l'entrevue vidéo.

✅ Portez des vêtements adéquats qui témoigneront de votre professionnalisme, et ce, de la tête aux pieds.

💡 Si vous souhaitez prendre des notes pendant l'entrevue, nous vous suggérons d'avertir votre interlocuteur au début de la conversation puisque vos mouvements seront fort probablement hors du cadre de la vidéo.

🚫 Gardez le contact visuel avec votre interlocuteur durant toute la rencontre. Si vous travaillez avec plus d'un écran, assurez-vous que votre application et votre caméra se trouvent sur le même appareil afin d'éviter un regard trop fuyant. Votre interlocuteur pourrait interpréter cela comme un manque d'intérêt à la rencontre. Faites très attention à cet élément. Il en est de même pour tout ce qui pourraient vous déconcentrer pendant l'entrevue.

🚫 Ne faites pas en entrevue vidéo ce que vous ne feriez pas en entrevue physique.

🚫 Ne pas prendre ou déplacer des objets dans votre environnement sans raison.

🚫 Ne touchez pas au clavier de votre ordinateur, votre microphone se trouve à proximité des touches.

Vous êtes maintenant prêt pour votre entrevue, bonne rencontre !