

# Entretien: la gueule de l'emploi

Le jour J de l'entretien arrive. Pour ne pas perdre ses moyens, tout doit être préparé. De la tenue, à la gestuelle en passant par la formulation du discours. Voici quelques astuces.

« **E**n vue d'un entretien, après avoir réfléchi à la manière de présenter son expérience, ses qualités, il faut aussi préparer son aspect visuel pour ne pas perdre ses moyens et sa mémoire », révèle Aude Roy, présidente de l' Afipp\*, consultante et coach en image professionnelle. Côté coiffure, cela dépend du secteur dans lequel on postule: « Plus il est formel, plus les cheveux sont courts ou retenus. » L'entretien concerne un poste de manager? Évitez les baskets et les chaussettes de sport. Le « costume, chemise-cravate » reste de rigueur, « à la bonne taille, et déjà porté pour éviter tout inconfort ». Idem pour les filles « qui doivent se demander si leur féminité est un atout. Nous ne sommes plus à l'ère du tailleur strict. Mais une jupe ou une robe se porte avec une veste à condition que l'intimité soit couverte. Il ne faut pas confondre intime et social ». Et c'est souvent un problème, « les jeunes femmes ne savent pas quoi faire de leur séduction. Or, une attitude séductrice à outrance va nuire à leur compétence ». Ainsi le maquillage est subtil, ni pailleté, ni nacré, ni un masque. « Les brunes évitent les épais traits de crayon trop sombres, les blondes à la peau claire mettent un petit coup de peps et ne charbonne pas leur regard. »

## L'habit fait le job

En outre, « si une touche de personnalisation est la bienvenue, retirez les grigris », poursuit Aude Roy. Exit les bracelets brésiliens ou la peluche greffée au sac. « Ces objets relèvent de la part de l'enfance qui n'a pas sa place dans l'espace professionnel. » Car passer un entretien, « c'est entrer sur la scène de son rôle social. » Mais être crédible ne signifie pas perdre sa personnalité. « Imaginez Gérard Depardieu en jean pour jouer Cyrano de Bergerac. Le fait qu'il revête un costume d'époque nous aide à croire dans son personnage et c'est quand même Gérard Depardieu! » Cependant, il n'est pas question de manipuler l'interlocuteur, ni de se mentir à soi-même. « Plus vous êtes authentique, plus vous

trouvez le job qui vous correspond tout en étant en adéquation avec la recherche du recruteur. » D'autant que l'attention portée à votre apparence « lui suggère que votre travail sera soigné ». De la même manière, mains et ongles sont propres. « Évitez de les ronger, de manipuler des objets, ce qui évoque l'énerverment ou les autocontacts qui indiquent un manque de confiance. Et puis, laissez vos mains tranquilles au bout de vos bras. »

## Le secret de l'entretien : l'empathie

Car, une fois entré dans la salle d'entretien, « oubliez votre personne pour être attentif à l'autre, sans vous bloquer sur ce que vous devez dire », précise Aude Roy. Du discours, il n'en retiendra que 7%. « Les 93 % restants sont la façon dont les choses sont dites et votre image. » Après avoir pris possession de votre siège, en s'installant bien au fond, ouvrez votre veste pour dégager la partie supérieure du corps, « cela signifie que vous vous mettez en communication avec l'autre ». La voix est projetée pour que l'interlocuteur ne fasse pas d'efforts. Le discours se ponctue par des virgules, des points. Et il ne faut pas avoir peur du silence, « c'est un ami qui permet à l'autre de comprendre ce que vous venez de dire. Prendre son temps, respirer, sourire, regarder l'autre, créent une connivence ». Si l'hu-

mour est le bienvenu, il se distille à bon escient. Le recruteur commence à jouer avec son stylo? « Baisser ou augmenter le volume de votre voix permet de capter à nouveau son attention. » Enfin, il faut prendre le temps de l'observer. « Par exemple, une gestuelle prononcée du côté droit indique qu'il est dans le contrôle et l'analyse, et du côté gauche qu'il est à l'aise. » Des détails dont il peut être amusant de se servir, et qui aident « car plus vous vous focalisez sur l'autre, moins vous êtes autocentré et plus les mots sortent facilement ». ■

STÉPHANIE LACAZE-HAERTELMAYER

\* Association française pour l'image personnelle et professionnelle. Aude Roy est l'auteure de *Donnez une vraie et bonne image de vous*, Interéditions, 2005.

# COMMENT intégrer l'entreprise

Article paru  
dans Réussir  
en ile-de-France

le Parisien  
ÉCONOMIE

Aujourd'hui  
ÉCONOMIE