

SE DÉCOUVRIR ET CULTIVER
SES AMBITIONS

Savoir se présenter et maîtriser son image

Cette compétence fait référence à la présentation de soi dans ses différentes formes et dans différents contextes liés à la construction de son parcours d'orientation. Elle met l'accent sur l'adaptation et la maîtrise de ses postures en fonction de la situation et de l'interlocuteur. Elle suppose également de faire preuve de discernement sur ce que l'on dévoile de soi et ce que l'on partage avec les autres.

COMMUNICATION • CONFIANCE EN SOI • PRÉSENTATION DE SOI • RÉVÉLATION DE SOI • MAÎTRISE DE SOI • LETTRE DE MOTIVATION • PROJET MOTIVÉ • ENTRETIEN • CANDIDATURE • STAGE • EMPLOI • GRAND ORAL • RÉPUTATION • RÉSEAUX SOCIAUX • DONNÉES PERSONNELLES • CODES SOCIAUX • ARGUMENTATION



La présentation de soi englobe des situations où l'élève est amené à se présenter et à parler de lui. Il peut s'agir de présentations de soi se déroulant à l'oral, comme le Grand Oral en classe de terminale, des entretiens pour des stages, des candidatures à des formations ou à des emplois ou des échanges avec d'autres personnes pour des demandes de renseignements. Il s'agit également de présentations de soi se déroulant à l'écrit, comme le projet motivé au moment des candidatures sur Parcoursup, des lettres de motivation pour des stages, des candidatures à des formations ou à des emplois, des e-mails envoyés pour des demandes de renseignements ou des messages publiés sur les réseaux sociaux.

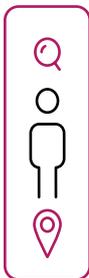
Quelle que soit la modalité de présentation de soi, il s'agit de bien comprendre et de maîtriser les attentes et les codes pour choisir une posture adaptée en fonction de la situation et de l'interlocuteur. Ces attentes et ces codes ne sont pas toujours explicites et peuvent différer en fonction des contextes. Par ailleurs, la présentation de soi implique aussi de s'interroger sur son image et sur la manière dont elle peut être perçue par autrui. Elle participe à la construction d'une réputation. Cela suppose une réflexion sur ce que l'on dévoile de soi et ce que l'on partage avec les autres dans des contextes variés. En d'autres termes, l'élève doit être capable de discerner ce qu'il veut et ce qu'il ne veut pas, ce qu'il peut et ce qu'il ne peut pas et ce qu'il doit et ce qu'il ne doit pas partager dans sa présentation de soi. En l'occurrence, il peut choisir de refuser de répondre à certaines questions perçues comme intrusives, inadaptées ou interdites dans le contexte où il réalise une présentation de soi. Cette réflexion trouve également un écho quant à l'usage des réseaux sociaux et l'e-réputation. Il s'agit notamment de pouvoir exercer un contrôle et de connaître ses droits sur les paramètres de partage et la gestion de ses données personnelles. L'élève doit se questionner et faire preuve de vigilance dans ses traces numériques et leurs répercussions potentielles dans la construction de son parcours d'orientation.

Cette compétence implique également de pouvoir parler de soi avec confiance. Il s'agit d'être à l'aise dans ce que l'on partage avec autrui et dans le contexte où cette présentation de soi est réalisée. De telles situations nécessitent parfois d'articuler l'être et le paraître où l'authenticité et la valorisation de soi ne doivent pas être effacées par un discours artificiel et trompeur.

Pour les élèves à besoins spécifiques ou à besoins éducatifs particuliers, cette compétence soulève des réflexions sur le choix et la façon de parler de son handicap et de ses implications potentielles dans son parcours d'orientation.

NIVEAUX DE PROGRESSIVITÉ

Aperçu



DÉCOUVRIR ET SITUER LES NOTIONS

- Connaître différentes situations pouvant amener à se présenter et à parler de soi
- Connaître plusieurs entrées possibles pour se présenter (identité, loisirs, projet professionnel, intérêts, résultats scolaires...)
- Connaître l'existence de codes et d'attentes spécifiques pour se présenter et parler de soi
- Connaître les notions d'image de soi, de réputation et d'identité numérique
- Connaître les principaux droits et devoirs en lien avec la présentation de soi et la maîtrise de son image (questions interdites durant un entretien, droit à l'image, gestion de ses données personnelles...)
- Connaître la distinction et les liens entre l'être et le paraître

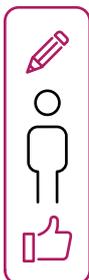
Appropriation



COMPRENDRE ET ACQUÉRIR DES MÉTHODES

- Savoir comment parler de soi et de son parcours
- Comprendre et expliciter les principales attentes des différentes situations pouvant amener à se présenter et à parler de soi à l'oral et à l'écrit
- Identifier les différents canaux de communication servant à se présenter (oral, écrit, vidéos, réseaux sociaux, etc.) et leurs spécificités
- Comprendre et expliciter les différents codes pour se présenter et parler de soi
- Comprendre et expliciter les principaux droits et devoirs en lien avec la présentation de soi et la maîtrise de son image (questions interdites durant un entretien, droit à l'image, gestion de ses données personnelles...)
- Comprendre l'influence que peut avoir son identité numérique sur son parcours d'orientation

Application



ANALYSER ET METTRE EN PLACE DES DÉMARCHES

- Savoir parler de soi et de son parcours de manière structurée, claire et argumentée
- Savoir réagir aux questions qui peuvent être adressées dans des contextes où il faut se présenter
- Savoir comment structurer et rédiger des documents écrits visant à la présentation de soi (CV, lettre de motivation, projet motivé, e-mails, etc.)
- Savoir utiliser et maîtriser la communication verbale (un langage adapté à son interlocuteur, par exemple) et non verbale (émotions, gestes, postures, gestion de l'espace...) dans des démarches de présentation de soi à l'oral (Grand Oral, entretiens, échanges téléphoniques, etc.)
- Savoir comment exprimer ses droits et ses devoirs en lien avec la présentation de soi et la maîtrise de son image (par exemple savoir comment exercer son droit à l'image)
- Savoir explorer et appliquer les paramètres de gestion de confidentialité des données sur les réseaux sociaux et les applications Web

- Savoir ce que l'on veut et ce que l'on peut dévoiler de soi en fonction du contexte (parler de son handicap, par exemple)
- Savoir trouver le bon équilibre dans la valorisation de soi
- Savoir trouver le bon équilibre entre l'être et le paraître

Autonomie



AGIR DE FAÇON AUTONOME ET SE PERFECTIONNER

- Avoir confiance en soi pour se présenter et parler de soi
- Réfléchir à l'image que l'on renvoie lorsque l'on se présente et que l'on parle de soi à l'oral ou à l'écrit
- Anticiper les attentes et choisir les postures les plus adaptées en fonction des interlocuteurs et des contextes
- Valoriser son image et son parcours à l'oral (Grand Oral, entretiens, échanges téléphoniques...) et à l'écrit (CV, lettre de motivation, projet motivé, e-mails, messages sur les réseaux sociaux, etc.)
- Définir et maîtriser l'image que l'on veut renvoyer aux autres
- Gérer et maîtriser son identité numérique pour en faire un atout
- Identifier les points positifs et les points à améliorer dans la façon de se présenter et de maîtriser son image

ILLUSTRATIONS

Témoignage de Maxence, lycéen en terminale STI2D (sciences et technologies de l'industrie et du développement durable), à propos du Grand Oral

« C'est dur de tenir 10 minutes quand on parle, en général. Moi, par exemple, je prends plutôt 20 à 25 minutes, alors il va falloir condenser un petit peu. Il faut que je sois assez clair et, en même temps, il ne faut pas que je parle trop vite, donc c'est un compromis à trouver. »

Lien vers la ressource numérique :

<https://oniseptv.onisep.fr/onv/mes-annees-lycee-je-passe-le-bac-sti2d>

Situation fictive mettant en jeu cette compétence à s'orienter

Mathis est un élève en 2^{de} professionnelle. Il a candidaté dans une entreprise près de chez lui pour un stage obligatoire (période de formation en milieu professionnel). Il vient juste d'avoir un échange téléphonique avec une responsable de cette entreprise. Elle souhaite le rencontrer pour un entretien afin de connaître ses compétences et ses motivations. Mathis est angoissé à l'idée de devoir se présenter et parler de lui. Il se demande comment faire pour bien réussir son entretien.

Face à cette situation, 29 élèves en classe de terminale technologique et professionnelle issus de trois lycées ont travaillé en sous-groupes pour proposer les recommandations suivantes :

- Avoir confiance en lui et gérer son stress sans se montrer trop sûr de lui
- Ne pas avoir peur de se tromper ou de faire des erreurs au moment de l'entretien et voir la situation comme un apprentissage
- Connaître ses qualités et ses défauts
- Être capable d'explicitier ce qu'il sait bien faire et ce qu'il maîtrise moins bien
- Ne pas surestimer ses compétences au risque de ne pas pouvoir assurer les tâches confiées
- Savoir argumenter et mettre en valeur ses compétences
- Montrer sa motivation et son enthousiasme durant l'entretien
- Avoir un CV attractif sur le plan visuel
- S'informer sur l'entreprise (secteur d'activité, postes à pourvoir, taille, localisation)
- Poser des questions et prendre des notes
- Maîtriser le vocabulaire de l'entreprise
- Faire des liens entre le stage et un projet professionnel
- Préparer son itinéraire et arriver à l'heure
- Utiliser un langage, une tenue et un comportement adaptés à son interlocuteur
- S'entraîner en faisant des jeux de rôle
- Solliciter les personnes autour de lui pour avoir un avis sur sa posture et bénéficier de conseils
- Se préparer à l'entretien et anticiper les questions qui pourraient être posées
- Ne pas se forcer si l'entreprise ou le stage ne lui conviennent pas
- Voir le stage comme un levier pour la construction de son parcours

Certaines recommandations évoquées ci-dessus sont susceptibles de mobiliser simultanément plusieurs compétences à s'orienter.

PISTES D' ACTIONS

EXEMPLES DE RESSOURCES PÉDAGOGIQUES PROPOSÉES PAR L'ONISEP

Comment rédiger votre projet de formation motivé au lycée professionnel (Tle) ?

Liens vers la ressource numérique :

Folios : <https://bit.ly/3gu5dgC>

Étincel : <https://bit.ly/3AqN9xc>

Idéalement, cette séance « Comment rédiger votre projet de formation motivé ? » peut s'inscrire comme la troisième à mener dans la séquence intitulée « Préparer son orientation au lycée professionnel », avant la saisie des vœux et projets motivés sur Parcoursup. Cette séance s'inscrit dans la continuité de la construction du projet d'orientation de l'élève. Que le choix dominant porte sur l'entrée dans la vie active ou l'année de césure, elle propose à tous les élèves de participer au travail rédactionnel, afin d'ouvrir le champ des possibles et d'acquérir une méthodologie transférable à d'autres desseins. Il s'agit donc ici d'accompagner l'élève dans la rédaction de ses projets de formation motivés, qu'il devra mettre en ligne sur Parcoursup.

Comment préparer le volet orientation du Grand Oral en bac technologique ?

Liens vers la ressource numérique :

Folios : <https://bit.ly/3wFT273>

Étincel : <https://bit.ly/3ySjtIC>

Le Grand Oral du baccalauréat représente une épreuve nouvelle qui doit permettre à l'élève de montrer sa capacité à prendre la parole en public. Au niveau des contenus, le volet orientation du Grand Oral du baccalauréat prend appui sur les connaissances de l'élève liées à ses spécialités, ainsi que sur la présentation de son projet de poursuite d'études, voire professionnel. Il s'agit ici de proposer aux enseignants d'accompagner les élèves dans la préparation de cette épreuve dès la classe de 1^{re} en les aidant à lister, résumer et organiser tous les éléments qui pourront leur être utiles dans un livret qu'ils pourront compléter durant les années de 1^{re} et de terminale.

EXEMPLE D'UNE EXPÉRIMENTATION PÉDAGOGIQUE

Le bonheur d'être en STMG

Lien vers la ressource numérique :

<https://innovatheque-pub.education.gouv.fr/innovatheque/consultation-action/6573>

Cette expérimentation a été mise en place au lycée Paul-Louis Courier à Tours (académie d'Orléans-Tours) durant l'année scolaire 2019-2020. Elle cible plus spécifiquement les élèves de la filière STMG en leur proposant de participer à des activités artistiques et de bénéficier d'un accompagnement psychosocial. Elle vise notamment à renforcer la confiance en soi, à gérer ses émotions et à apprendre à rédiger des lettres de motivation.