

# JOB DATING DE L'ALTERNANCE

Comment décrocher un contrat !

PREPARATION DES  
CANDIDATS

**SEANCE N°1**  
PRESENTATION  
TEST DE PERSONNALITE

# BIENVENUE AU JOB DATING DE L'ALTERNANCE !

Vous venez d'être admis(e) dans la formation que vous souhaitez intégrer à la rentrée prochaine... BRAVO ! Voici une première étape réussie.

A vous maintenant de trouver l'entreprise qui va vous former, et vous accompagner tout au long de vos études.

S'engager dans la voie de l'alternance suppose un **engagement mutuel**, de la part de l'entreprise, et aussi de la part de l'étudiant(e), pour un résultat « gagnant-gagnant » :

- L'étudiant(e) trouve le contexte professionnel propre à le/la faire progresser
- L'entreprise transmet son savoir-faire et son expérience, tout en renforçant son effectif

Pour l'entreprise, il s'agit de **miser sur la bonne personne**. Si l'entreprise recrute, c'est que son activité le permet : elle a besoin de renforcer ses équipes et envisage d'embaucher, ou bien elle a besoin d'un renfort sur un projet spécifique. Elle va donc proposer une mission, et déterminer le profil de la personne à recruter, en terme de savoir-faire, et de savoir-être.

Il y a donc un **enjeu** pour l'entreprise qui ne veut pas se tromper. En recrutant un.e alternant.e, l'entreprise investit son temps et son argent pour former un jeune, et dans bien des cas, pour l'intégrer à terme au sein de ses effectifs. Il est donc normal qu'elle souhaite le/la meilleur.e candidat.e !

Pour l'étudiant.e, il s'agit de **miser sur la bonne entreprise**. Celle qui correspond au cadre qu'il/elle recherche pour progresser. Elle doit correspondre à ses valeurs, avoir des produits, une structure, un marché, propre à le/la faire évoluer vers son objectif professionnel. L'étudiant.e doit pouvoir s'intégrer facilement au sein de l'équipe, et **s'impliquer** dans les projets de la société qui l'emploie, dans un objectif « gagnant-gagnant ».

L'alternance doit permettre aux deux parties de trouver un **bénéfice à cette collaboration** professionnelle. Elle va durer un an, deux ans, ou même trois ans... alors autant que cela fonctionne !

\*\*\*

Vous avez la chance de participer au **Job Dating de l'Alternance** organisé par le Club des Entreprises de l'Université Savoie Mont Blanc, partenaire de votre future école. Cette journée va vous permettre de rencontrer en entretien de nombreuses entreprises qui proposent des contrats dans de très nombreuses formations universitaires en alternance de l'Université Savoie Mont Blanc, dont celle que vous avez choisie.

Vous devez être prêt(e) pour ce rendez-vous.

Nous vous proposons de vous accompagner par le biais de modules d'auto-formation à réaliser progressivement, pour vous aider à maîtriser les éléments indispensables pour être performant.e devant un recruteur :

- connaissance de vous-même
- rédaction d'outils professionnels : CV - lettre de motivation – pitch mail
- savoir-être
- techniques pour aborder un entretien professionnel

Que vous soyez jeune bachelier(e) ou étudiant(e) intégrant une licence professionnelle, un master ou une école d'ingénieur, vous devez être capable **d'exprimer un projet professionnel**, c'est à dire justifier le choix de votre formation, et quel objectif vous espérez atteindre (même s'il n'est pas encore complètement défini).

Vous devez également opérer un retour sur vous-même pour mieux vous connaître : savoir mettre en avant vos atouts et pointer vos faiblesses, conforter votre choix d'orientation en fonction de vos aptitudes et de vos goûts, afin de renforcer votre confiance en vous.

L'entretien de recrutement laisse peu de place à l'improvisation. Il doit se préparer avec sérieux.

Les conseils proposés dans les pages qui suivent vous permettront de ne pas commettre d'erreur rédhibitoire, et de «vous vendre» dans le temps imparti. Ils vous serviront aussi tout au long de votre vie professionnelle.

Commencez sans attendre l'indispensable travail personnel de communication sur VOUS :

- Sur le **FOND**:  
Profil – Formation – Missions réalisées – Activités clés – Résultats – Compétences mobilisées - Ambition
- Sur la **FORME**:  
Prise de parole - Posture – Motivation – Concentration

Et alors ....

Oui, vous serez convaincant le jour « J »  
Oui, vous donnerez confiance et envie de travailler avec vous...

**OUI ! Vous allez décrocher un contrat**



# 6 ETAPES POUR ETRE AU TOP!

Nous vous proposons de vous préparer en **6 étapes**.

Toutes les étapes se feront à distance, depuis chez vous.

Les 5 premières étapes sont une préparation personnelle pour vous aider à mieux vous connaître, à créer ou améliorer vos outils de candidature, à vous préparer à l'entretien.

La dernière étape est un rendez-vous virtuel avec un professionnel pour une simulation d'entretien, qui vous donnera l'occasion de vous exercer avant vos entretiens réels avec les entreprises.

## DEROULEMENT DES ETAPES

**SEANCE N° 1** : TEST DE PERSONNALITE – PROFIL PRISMO - à distance

**SEANCE N° 2** : REDIGER UN CV PROFESSIONNEL - à distance

**SEANCE N° 3** : REDIGER UNE LETTRE DE MOTIVATION EFFICACE - à distance

**SEANCE N° 4** : REDIGER/FORMULER UN PITCH DE PRESENTATION - à distance

**SEANCE N° 5** : ETRE PERFORMANT EN ENTRETIEN - à distance

**SEANCE N° 6** : SIMULATIONS D'ENTRETIENS **EN LIGNE** AVEC DES PROFESSIONNELS

Ces entretiens sont réservés aux étudiant(e)s ayant suivi les 5 premières étapes

### ATTENTION :

- Si vous choisissez de suivre cette préparation, il est vivement conseillé de faire toutes les étapes, y compris celle des simulations d'entretiens proposées avant chaque session de Job Dating.
- Suivez les étapes dans l'ordre.
- Ne négligez pas l'épreuve du test PRISMO qui vous servira pour les étapes suivantes.

N'hésitez pas à nous consulter si vous avez des difficultés, si vous ne comprenez pas un point précis ou si vous avez des questions à poser.

Votre contact  
pour toutes les formations sauf FAC DE DROIT :  
Marie VILLARD  
04 50 66 60 08  
[Club-des-entreprises.iut.acy@univ-smb.fr](mailto:Club-des-entreprises.iut.acy@univ-smb.fr)

Votre contact FAC DE DROIT  
Anais LEVEILLET  
04 79 75 91 30  
[anais.leveillet@univ-smb.fr](mailto:anais.leveillet@univ-smb.fr)

**Avertissement :** Cette préparation est un travail autonome qui demande d'aller chercher les ressources en vous-même. Faites-vous aider par une (ou plusieurs) personne(s) de confiance, proche(s) de vous. Appelez-nous en cas de difficultés sur l'utilisation des outils mis à votre disposition.

# SEANCE N°1

DECOUVREZ

VOTRE PROFIL



PROFESSIONNEL

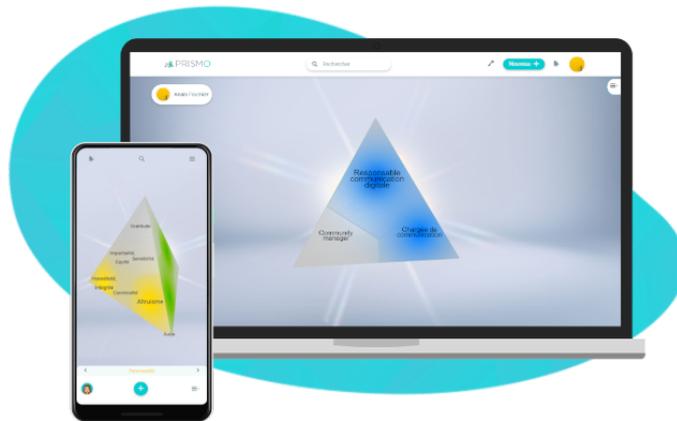
DECOUVREZ QUI VOUS ETES



Pour bien s'orienter, il faut bien se connaître. C'est une condition clé dans le ciblage d'une formation, puis dans la performance et l'épanouissement au travail.

Pour ce faire, vous avez la possibilité de créer votre profil professionnel (votre « CV digital ») en 3D sur PRISMO, et de passer un questionnaire de personnalité reconnu. Créer votre Prisme vous permettra de vous valoriser de manière authentique en mettant en évidence vos formations, vos expériences, vos compétences techniques et votre personnalité. Il s'enrichira au fur et à mesure de vos expériences et de vos formations pour devenir un allié utile dans votre parcours professionnel.

1. Rendez-vous sur la page <https://app.prismo.io/fr/inscription> et remplissez les champs pour créer votre compte.
2. Votre profil PRISMO est créé ! Votre Prisme est composé de 4 faces : **formations**, **expériences**, **compétences** et **personnalité**.

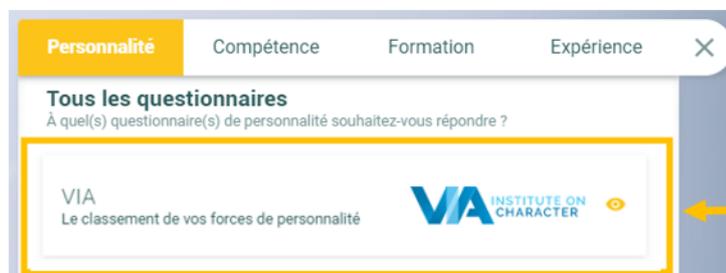


3. Commencez par la face **Personnalité**. Pour vous aider à réaliser ce travail d'introspection, vous pouvez passer le questionnaire du VIA, ce test est une référence en psychologie positive. Grâce à un QCM de 15min, il évalue 24 « forces de caractère » et les classe, de celles qui vous correspondent le plus à celles qui vous correspondent le moins.

Pour passer le VIA, cliquez sur le bouton



à droite de votre Prisme pour ouvrir cette fenêtre, puis cliquez sur le VIA :



Cliquez sur « Passer le questionnaire ».

Vous arrivez ensuite sur cette page. Modifiez la langue en choisissant « Français »

Français ▼ Already have an account? [Sign In](#)

**VIA ADULT SURVEY**  
For Ages 18+

**VIA YOUTH SURVEY**  
For Ages 10-17

First Name

Last Name

Enter Your Email

Create a Password

Passwords must be at least 6 characters.

Your privacy is important to us. We ask for your email to create an account so you can save your progress and always access your results. We do not share our email lists, and your results are private and confidential. See our [Privacy Policy](#).

Receive the VIA newsletter, a steady stream of science-based character strength tips, inspiration and strategies—right to your inbox.

I am over 18 years of age and I have read and understand the [Terms & Conditions](#) of this agreement and understand that some of the questions in the survey may refer to sensitive data.

**REGISTER TO TAKE THE FREE SURVEY**

Créez votre compte en renseignant votre nom, prénom, adresse email et mot de passe, cochez la case qui certifie que vous êtes majeur puis cliquez sur « Register to take the free survey » pour commencer le test.

Répondez au questionnaire (≈ 15 min). Un pourcentage vous indique votre niveau de progression.

0% TOUT À FAIT COMME MOI À PEU PRÈS COMME MOI NEUTRE PAS VRAIMENT COMME MOI PAS DU TOUT COMME MOI

Un de mes points forts est ma capacité à apporter des idées nouvelles et différentes.

J'ai fréquemment pris position face à une forte opposition.

Je n'abandonne jamais une tâche avant de l'avoir terminée.

Je tiens toujours mes promesses.

Cela ne me pose aucun problème de faire attention à ce que je mange (manger de la nourriture saine).

Je vois toujours la vie du bon côté.

Je suis une personne spirituelle (au sens des croyances religieuses).

Je sais comment me comporter quel que soit le cadre social dans lequel je me trouve.

Je termine toujours ce que je commence.

J'aime beaucoup rendre des petits services à mes amis.

**PLEASE ANSWER ALL TO CONTINUE**

Une fois le questionnaire terminé, vous arrivez sur cette page.

Cliquez sur le bouton [PRINTER FRIENDLY RESULTS](#) encadré en orange pour télécharger vos résultats au format pdf

### Congratulations!

We've identified your strengths! Here is your unique character strengths profile. Could you already guess a few of these? Are some a complete surprise? Read on and find out.

#### Your Greatest Strength



1 | Assiduité, application, et persévérance

Hover over strength name to show strength description



2 | Amour de l'étude, de l'apprentissage



3 | Spiritualité, religiosité, but dans la vie, et foi



How do your strengths work together?

FIND OUT IN A PROFILE REPORT

We make it easy for you to access your results online any time.



4 | Citoyenneté, travail d'équipe et fidélité



5 | Maîtrise de soi et autorégulation



6 | Gentillesse et générosité



7 | Honnêteté, intégrité, et sincérité



8 | Humour et enjouement



9 | Capacité d'aimer et d'être aimé(e)



10 | Gratitude



11 | Créativité, ingéniosité, et originalité



12 | Discernement, pensée critique, et ouverture d'esprit



13 | Perspective



14 | Impartialité, équité, et justice



15 | Espoir, optimisme, et anticipation du futur



16 | Le Pardon

What is unique about your profile is the position of each strength. The strengths listed at or near the top are likely to be those that are most representative of the "real you".

"I love the personalized Profile Reports! They helped me explore my strengths on a deeper level. I felt energized as I read through the pages and thought about how I use these qualities throughout my life."

-STEPHANIE

Remember: everyone has all 24 strengths, just in different amounts.



17 | Joie de vivre, enthousiasme, vigueur et énergie



18 | Précaution, prudence, et discrétion



19 | Modestie et humilité



20 | Leadership (capacité à diriger)



21 | Reconnaissance de la beauté



22 | Curiosité et intérêt accordé au monde



23 | Intelligence sociale



24 | Courage et vaillance

Your lower strengths (those near the bottom of your profile) are not weaknesses. Instead, they are strengths that come less naturally to you and require more effort to use.

[PRINTER FRIENDLY RESULTS](#)

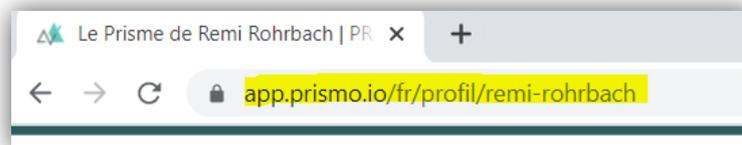
Vous pouvez maintenant importer ce fichier .pdf dans votre Prisme, en retournant sur votre profil PRISMO, dans le ruban, onglet « Personnalité ».

Cliquez ensuite sur 



Les forces de personnalité sont automatiquement classées dans l'ordre en fonction des résultats de votre test. La force de personnalité qui vous correspond le plus sera placée en haut de la liste et occupera le plus de place sur le Prisme.

- Vous pouvez ensuite compléter les autres faces de votre Prisme en ajoutant vos **formations**, vos **expériences** et vos **compétences**.
- N'hésitez pas à copier/coller le lien URL de votre profil sur votre CV :



- Vous pouvez également partager votre profil directement sur les réseaux sociaux :



Maintenant que vous vous connaissez un peu mieux, continuons avec la rédaction de vos outils professionnels : le CV, dans la SEANCE n°2.

# JOB DATING DE L'ALTERNANCE

LA MEILLEURE FORMULE POUR  
TROUVER VOTRE ALTERNANCE !

POUR EN SAVOIR +



[www.club-entreprises.univ-smb.fr](http://www.club-entreprises.univ-smb.fr)

## Votre contact coaching

Pour toutes les formations sauf FAC DE DROIT

Marie VILLARD

04 50 66 60 08

[Club-des-entreprises.iut-acy@univ-smb.fr](mailto:Club-des-entreprises.iut-acy@univ-smb.fr)

## FAC DE DROIT

Anais LEVEILLET

04 79 75 91 30

[Anais.leveillet@univ-smb.fr](mailto:Anais.leveillet@univ-smb.fr)