APPEL DÉCOUVERTE

Avant notre appel, *faites le point en 5 minutes*

Vous avez réservé un appel découverte. Pour que ces 20 minutes vous servent vraiment, prenez un moment pour situer où vous en êtes. **Rien à m'envoyer** : gardez simplement vos réponses sous les yeux le jour de l'appel.

1 Votre situation aujourd'hui

Quelques repères concrets, sans chercher la précision.

Vous êtes en poste, ou en recherche depuis : .....

Un entretien est prévu : ☐ Oui, le ..... ☐ Pas encore

Le poste visé : .....

Nombre de processus de recrutement en cours : .....

Ces derniers mois, entretiens passés : ..... dont refus : .....

2 Ce qui vous ressemble le plus

Cochez la case qui vous parle le plus. Si deux cases vous parlent, cochez-en deux.

- ☐ J'ai un entretien important qui arrive et je veux y aller préparé.
- ☐ Je sais faire mon métier, mais je perds mes moyens quand l'enjeu monte.
- ☐ Les refus s'accumulent et je commence à douter de ce que je vaux.
- ☐ Ma recherche dure, je m'use, et j'ai du mal à garder l'élan.
- ☐ J'ai plusieurs processus en cours et je ne veux plus les traverser seul.

3 Où en êtes-vous ?

Entourez le chiffre qui vous correspond aujourd'hui : 1 = pas du tout, 5 = tout à fait.

EN ENTRETIEN	1 = pas du tout · 5 = tout à fait
Je sais expliquer clairement ce que j'apporte, en quelques phrases.	1 2 3 4 5
Je sors d'entretien avec le sentiment d'avoir montré mon vrai niveau.	1 2 3 4 5
Je garde mes moyens face à une question déstabilisante.	1 2 3 4 5

FACE À VOTRE RECHERCHE	1 = pas du tout · 5 = tout à fait
Malgré les refus, je garde confiance en ce que je vaux.	1 2 3 4 5
J'ai encore de l'énergie pour ma recherche.	1 2 3 4 5
Après un entretien, je passe à autre chose sans le rejouer pendant des jours.	1 2 3 4 5
La pression autour de moi (entourage, délais, situation) reste supportable.	1 2 3 4 5

4 Trois points à garder en tête

Pas besoin de réponse parfaite : quelques mots suffisent.

- Le moment précis où, en entretien, vous sentez que ça vous échappe.
- Ce que vous aimeriez que le recruteur retienne de vous en sortant.
- Ce qui serait différent pour vous si votre prochain entretien se passait bien.

Pendant l'appel

Je vous appelle à l'heure prévue, au numéro indiqué. Nous partirons de ce que vous avez noté. À la fin des 20 minutes, je vous dis honnêtement si un accompagnement a du sens pour vous, ou non.