

## NIVEAU « MASTER 1 »

---

### MENTION : MANAGEMENT ET COMMERCE INTERNATIONAL

PARCOURS : STRATEGIES & MANAGEMENT INTERNATIONAL ("SMI")

### **METHODOLOGIE DE RECHERCHE DE STAGE & EMPLOI**

#### ENSEIGNANTE :

Nom : GASPARD-CLUA  
Prénom : Stéphanie  
Mail : [Stephanie.GASPARD-CLUA@univ-cotedazur.fr](mailto:Stephanie.GASPARD-CLUA@univ-cotedazur.fr)

#### OBJECTIFS DE L'ENSEIGNEMENT :

- Maîtriser les outils liés à sa recherche de stage et son insertion professionnelle.
- Définir son projet professionnel réaliste et réalisable, s'inscrivant dans un parcours de formation.
- Connaître son environnement économique et le marché de l'emploi.
- Définir et mettre en œuvre sa stratégie de recherche d'emploi ou de stage et de formation.
- Définir les points forts et les faiblesses de ses candidatures et adopter un argumentaire à ce sujet.
- Maîtriser sa e-réputation et sa promotion sur les réseaux sociaux professionnels
- Préparer ses entretiens.

#### PRE-REQUIS :

Aucun

## PLAN :

### **Atelier 1 – Connaissance de l’environnement économique et du marché de l’emploi**

- Qu’est-ce que le marché de l’emploi ?
- Les acteurs
- Les interlocuteurs du recrutement
- Les chiffres du marché de l’emploi
- Connaissances des métiers

#### **Objectif de l’atelier :**

- Être capable de trouver des informations sur l’emploi et sa future insertion professionnelle

### **Atelier 2 : Projet professionnel**

- Faire le point sur ses compétences
- Identifier les différents éléments du projet professionnel et comprendre les enjeux

#### **Objectif de l’atelier :**

- Définir un projet professionnel réaliste et réalisable pour sa recherche de stage et/ou d’emploi
- Être capable de faire le point sur ses motivations personnelles et professionnelles
- Être capable de définir son projet professionnel à l’oral comme à l’écrit

### **Atelier 3 : Outils de l’insertion professionnel**

- Méthodologie du CV et de la lettre de motivation
- Les pièges à éviter
- Correction personnalisée des documents, en suivi individuel (à distance ou en présentiel)
- Méthodologie de la recherche de stage (comment candidater)

#### **Objectifs de l’atelier :**

- Maîtriser les techniques du CV et de la lettre de motivation
- Être capable de réutiliser ses outils de façon autonome

## Atelier 4 – Les réseaux sociaux professionnels

- Création et/ou amélioration de son profil LinkedIn
- Initiation à l'identité numérique

Objectif de l'atelier :

- Être visible de façon efficace sur les réseaux sociaux professionnels
- Mener sa recherche de stage ou d'emploi sur les réseaux sociaux

## Atelier 5 - Techniques d'entretien

- Comment se déroule un entretien d'embauche ? les questions, l'attitude à adopter

**Objectifs de l'atelier :**

- Maîtriser les points essentiels de l'entretien d'embauche
- Maîtriser les codes de l'entretien (posture, réponses...)
- Mener de façon efficace un entretien d'embauche

## ELEMENTS BIBLIOGRAPHIQUES :

- [Tous les outils APEC](#) pour accompagner les candidats cadre dans l'emploi
- [Chaîne Youtube de l'APEC](#) consacrée aux jeunes diplômés

Connaissance du marché de l'emploi et des métiers

- [Météo de l'Emploi](#) en Région Sud – Provence Alpes-Côte d'Azur, outils Pole Emploi
- [Enquête Besoin en Main d'œuvre](#) (BMO) Pole Emploi pour la Région Sud – Provence Alpes Côte d'Azur
- [Annuaire des Métiers](#), site APEC
- [DATA Cadres](#), les chiffres du marché de l'emploi cadre, au niveau national, régional, départemental et local
- [Tendances de l'emploi Cadre](#) (prévisions de recrutement, processus de recrutement, connaissance des métiers et des secteurs, évolution de la société...), outils et enquêtes APEC

Recrutement

- Étude de l'APEC [Comment les entreprises recrutent des cadres dans 16 secteurs d'activité](#), novembre 2019
- Enquête RegionJob « [Le recrutement et la recherche d'emploi en 2019](#) »
- Article Pole Emploi, [3 tests de personnalités pour recruter](#)
- [Des recrutements de cadres plus difficiles à conclure](#), article APEC, octobre 2019

