



# Le cv vidéo

+  
Elise JUGIEAU Juillet 2021

# Que dire dans un cv vidéo?

+Faire un CV vidéo ne s'improvise pas. Même si le support vidéo est moins conventionnel que le papier, le contenu doit permettre au recruteur d'avoir le même niveau d'information qu'avec un CV papier.

# Rédiger un script avant de le faire

- + Pas question de dire ce qui vous passe par la tête pour vous présenter face caméra. Le CV, bien que vidéo, doit comporter toutes les rubriques indispensables pour mieux cerner vos compétences techniques et comportementales : Informations personnelles, Formation, Expériences professionnelles et Centres d'intérêt.
- + Pour être certain de ne pas omettre une information capitale sur votre parcours, je vous conseille de rédiger un script en amont. Votre texte sera ainsi maîtrisé et votre CV vidéo contiendra tout ce qui fait un bon CV.
- + **Bon à savoir :** vous allez envoyer un CV vidéo, mais ne vous dispensez pas de joindre dans votre mail de candidature un CV papier. Pour une raison X ou Y, le recruteur peut manquer de temps ou tout simplement ne pas réussir à ouvrir votre fichier vidéo. Votre pièce jointe, au format PDF, évitera que votre CV ne termine à la corbeille.

# S'entraîner avant de faire son cv vidéo

- + Valoriser certaines aptitudes, c'est assurément le principal avantage du CV vidéo. Vous allez pouvoir faire la démonstration « live » au recruteur que vous possédez des soft kills particulièrement utiles pour le poste à pourvoir.
- + Créativité, aisance relationnelle, prise de parole en public, assurance, leadership... Voici quelques savoir-être très recherchés dans les domaines du marketing ou de la communication, ou pour une fonction managériale, par exemple, n'hésitez pas à les démontrer.
- + Un CV vidéo avec un fond bien maîtrisé, c'est une mise en valeur supplémentaire de votre profil pour un recruteur.

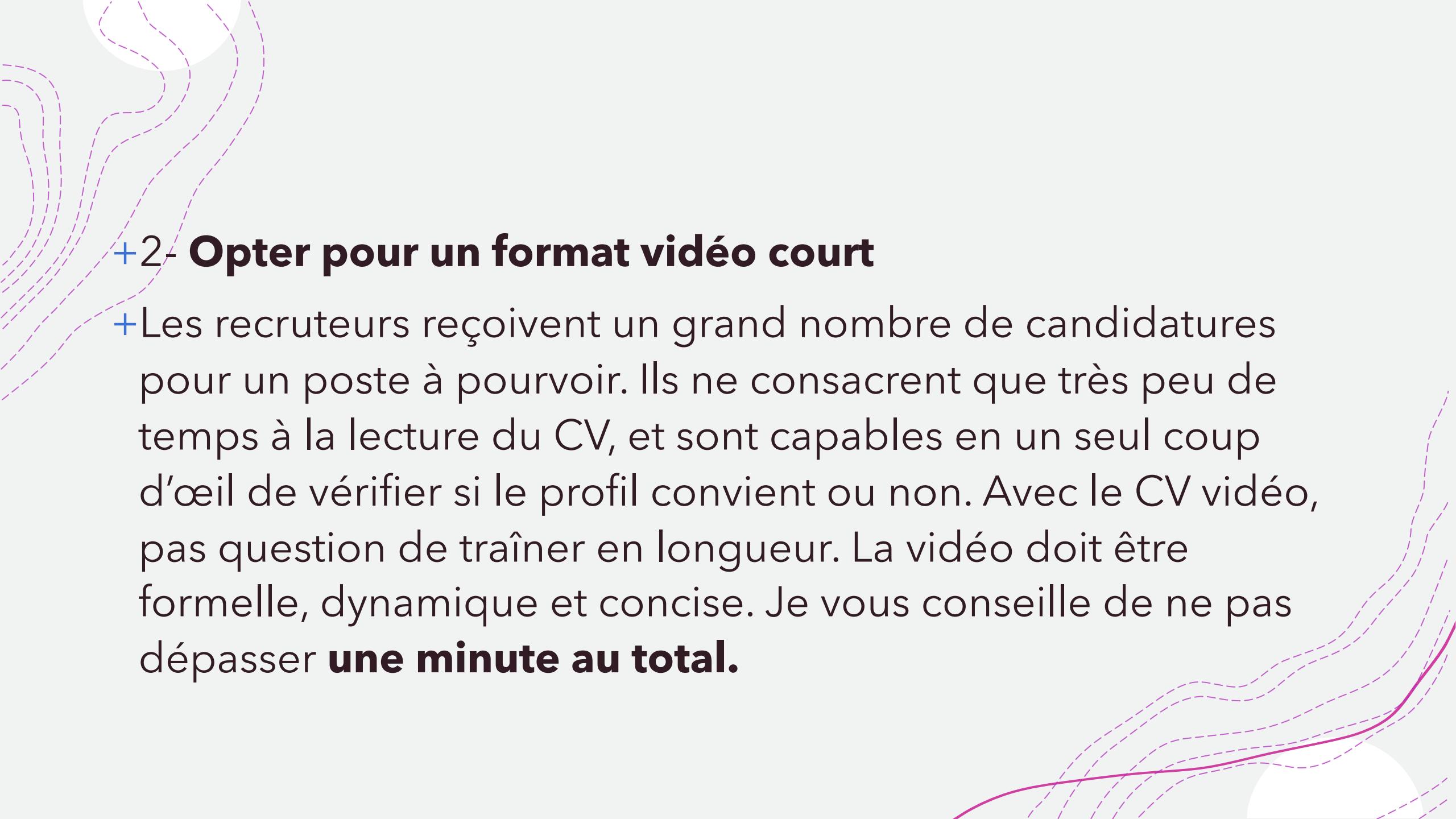
# Comment présenter un cv vidéo ?

+Le contenu de votre CV vidéo établi, il vous reste à travailler la forme. Ne vous lancez pas dans le tournage d'un CV vidéo, si vous n'avez pas un minimum travaillé sa présentation, au risque sinon de passer pour un amateur et voir votre candidature tomber à l'eau.



## +1- Recourir à un format compressé du CV vidéo :

+Rien n'est plus pénible pour un recruteur qu'une vidéo trop lourde, qui s'arrête toutes les deux secondes pour charger. Il est donc nécessaire au préalable de bien compresser la vidéo.



## +2- Opter pour un format vidéo court

+Les recruteurs reçoivent un grand nombre de candidatures pour un poste à pourvoir. Ils ne consacrent que très peu de temps à la lecture du CV, et sont capables en un seul coup d'œil de vérifier si le profil convient ou non. Avec le CV vidéo, pas question de traîner en longueur. La vidéo doit être formelle, dynamique et concise. Je vous conseille de ne pas dépasser **une minute au total.**

### +3- **Incruster des sous-titres pour présenter le CV vidéo**

- + Les sous-titres permettent au recruteur de suivre la vidéo, même s'il y a du bruit autour d'eux. Ne les omettez pas lors du montage de votre CV vidéo.
- + Privilégiez un type de police classique.
- + À l'inverse, évitez les polices trop chargées, celles-ci, mêlées aux pixels rendent la lecture impossible.

#### +4- **Soigner la tenue vestimentaire**

- + Côté vêtements, évitez de vous habiller en rouge ou de porter des rayures qui pourraient baver à l'écran.
- + Même en vidéo, le CV est votre vitrine professionnelle. Vous devez donc porter une tenue vestimentaire adéquate.
- + La vidéo doit être professionnelle, donc habillez-vous comme un candidat qui se rend à un entretien d'embauche.
- + Dans tous les cas, vos habits doivent correspondre aux codes de votre profession.



## +5- **Choisir un plan statique**

- +Pour montrer votre dynamisme, inutile de faire des gestes grandiloquents ou de marcher face caméra, vous risqueriez de donner le mal de mer au recruteur.
- +Concernant le choix du plan, la simplicité est de mise. Évitez les gros plans ou les plans trop larges, et restez statique pendant que vous parlez.

## **6- Miser sur un arrière-plan sobre**

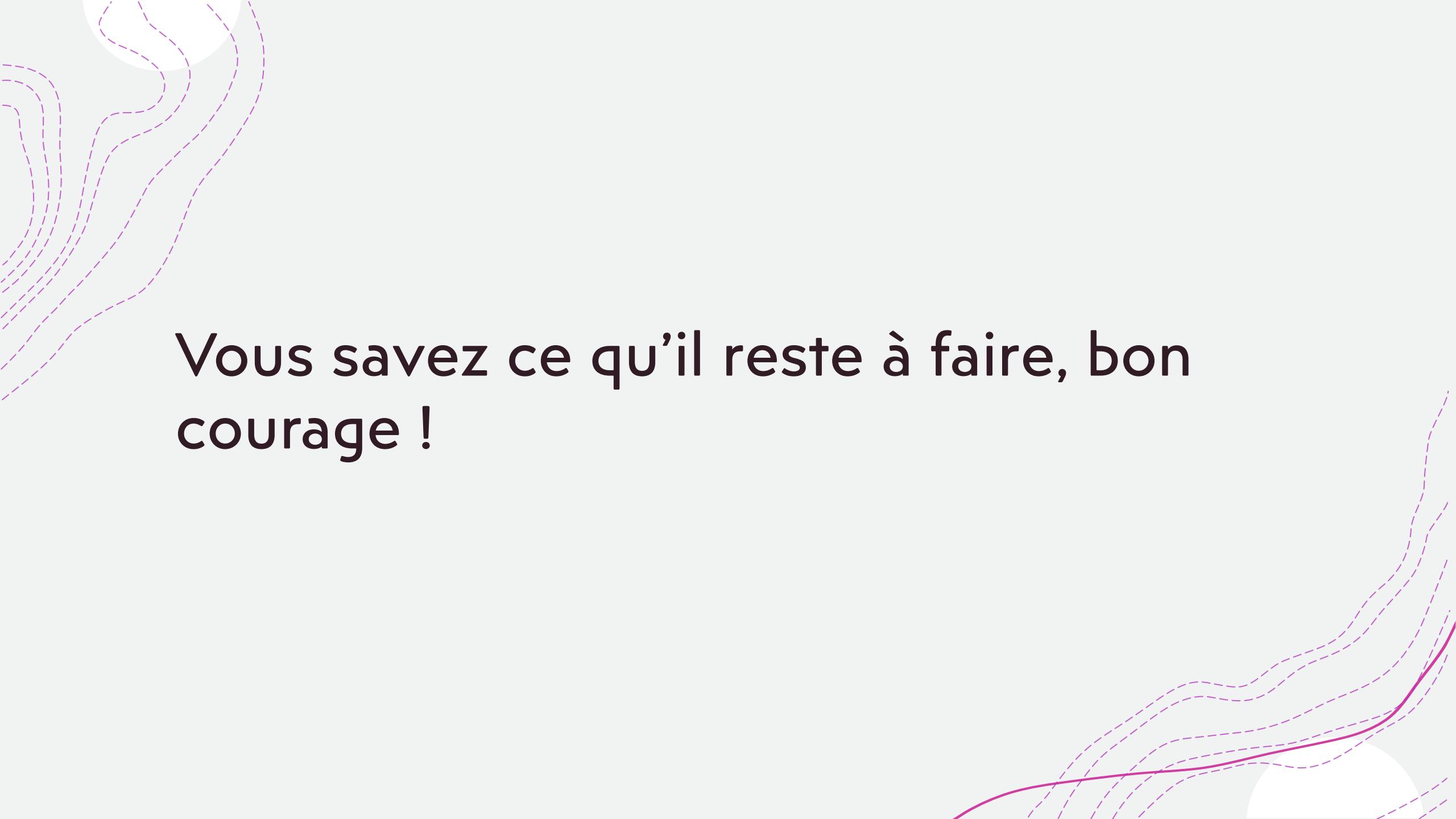
- + Là encore, il n'existe pas vraiment de règles, mais le bon sens s'impose.
- + On oublie le CV vidéo dans sa chambre, sur son lit, et on s'impose d'être derrière un bureau ou debout devant un mur blanc.
- + Inutile de faire découvrir son intérieur au recruteur, la position statique est à privilégier.

## +7- Soigner la qualité audio du CV vidéo

- + Dans un CV vidéo, si l'image est importante, le son l'est autant. La qualité audio doit être impeccable pour que le recruteur ait tous les renseignements nécessaires. Il faut donc attacher un soin tout particulier aux interférences et aux bruits extérieurs.
- + Mon astuce pour être audible en toutes circonstances : un micro-cravate.

## +8 - Soigner l'éclairage du CV vidéo

- + Pour éviter les bruits ambients, mieux vaut tourner de chez vous. Privilégiez une pièce très claire et allumez toutes les lumières.
- + Fuyez les pièces éclairées au néon qui déforme les couleurs.
- + Pour faire simple, installez-vous devant un mur blanc ou tendez un drap blanc derrière vous.



**Vous savez ce qu'il reste à faire, bon  
courage !**