

Ateliers méthodes - Tutorat Niçois

CONSEILS POUR BIEN RÉUSSIR

SON ORAL : LE TUT'ORAL

Présenté par vos petits tuteurs : Chiraz, Mathilde, Meyli, Kilian et Ramm



SOMMAIRE

01

MEM1 MÉTHODO

Comment se préparer au MEM1 ?
Quelle est la méthodologie ?

02

MEM1 & 2 CAT

Quel est le comportement à tenir
face aux jury ? MEM1 & 2

03

MEM2 MÉTHODO

Comment se préparer au MEM2 ?
Quelle est la méthodologie ?

04

Q&A

Comment répondre aux jury ? Ce
qu'il faut dire et ce qui ne faut
absolument pas dire



INFOS CLÉS DU MEM1 :



OBJECTIF DU P1 :

- séduire le jury
- leur montrer que vous vous projetez dans votre future filière

OBJECTIF DU JURY :

- vous déstabiliser
- vous surprendre avec des questions
- vous confronter au choix de votre filière

ENJEUX DE L'ORAL :

- prouver que vous avez votre place
- prendre des places en se démarquant



PRÉPARATION DU MEM1

A FAIRE :

- toujours garder un fil conducteur (moi/mes qualités/mon projet perso)
- ne pas trop faire de par coeur
- illustrer ses qualités par des compétences
- être original, donner des anecdotes par ex
- montrer son ouverture d'esprit envers son projet personnel

A NE PAS FAIRE :

- réciter son oral
- "être médecin c'est mon rêve" ou "je veux soigner des gens"
- ne pas avoir de recul et idéaliser une filière
- critiquer les autres filières
- parler de faits inutiles, trop en dire !

MÉTHODOLOGIE

N'oublies pas, tu as 5 minutes pour plaire à ton petit jury ! Prépare bien ton oral afin de donner assez d'informations pour qu'il puisse t'interroger là dessus, ça te permet de préparer certaines questions à l'avance

Ouvre un document, et écris ce que tu pense être pertinent !
Fais des tirets et créer tes parties en fonction de ce qui te défini et de ce dont tu souhaite vraiment parler !!



Structure ton oral et prends en compte ton temps de parole, sois concis et parle de tes expériences !!
Anticipe les questions du jury et tend des perches+++



Construis un oral à TON image et transmet ta passion, tes ambitions et tes qualités !
Démarque toi des autres, tu en es capable <33





EXEMPLE DE PLAN :

Antécédents

Stages, expériences

Mes qualités

Mes passions

Pourquoi cette filière ?

Anecdotes ?

Remerciements

CAT

Comment se tenir face aux jury ?

Tenue propre et respectueuse :
le dit et le non dit



Position de confiance : body
language



Eloquence, débit, volume &
impro : be pro





POTENTIEL

Vous avez 5min pour parler de vous et de montrer à travers votre expression verbale et non verbale qui vous êtes, pourquoi vous et pas un autre, et enfin votre motivation profonde et réfléchis !

La P1 reste une année à part des autres d'autres filières. Il est essentiel d'être prêt les années à suivre.

5min ce n'est pas grand chose mais ils suffisent pour repérer le candidat potentiel. Mettez-vous dans la peau d'un politicien qui ferait tout pour vous convaincre !

STRATEGIES

Pour pouvoir viser juste, rapidement et efficacement, il vous faut être prêt pour tous types de jury, de questions et de réflexions.

Il faut mobiliser connaissances scientifiques et psychologique pour saisir votre jury du début jusqu'à la fin. En face de vous, vous avez des humains comme vous et moi, facilement distraits et fatigués par leur travail/vie/journée

Les points clés pour un oral marquant sont :

- la tonicité de votre comportement,
- la dynamique de votre plan,
- la posture encreée dans l'espace et le temps
- L'assurance associé à la modestie face à ces professionnels.



INFO CLÉ

Trouver une/des infos clé dans votre oral, n'en dite pas trop, juste ce qu'il faut pour attiser l'intérêt des sujets. Vous pouvez pour le MEM1 jouer soit la carte du personnel, ou bien la carte du professionnel (être perso ou être pro), cela dépend de vous, votre capacité, votre confort, in fine votre personnalité.



RESTRICTION

Surtout restez ouvert à d'autres perspectives, d'autres points de vues, vous devez pouvoir être inclusif et bienveillant. Vous ne connaissez la position de vos jury et finalement s'adapter à notre interlocuteur fait partie de notre cœur de métier.

ASSERTIVE

être assertive désigne une personne qui exprime ses opinions, besoins, désirs ou sentiments de manière directe, claire, et respectueuse. Il faut faire néanmoins très attention comme évoqué précédemment.

Equilibre !



REPÈRE

Que faire en cas de blanc.. d'oubli ou de doute ? On rebondit (encore dis donc on c'est sportif l'oral lol) en d'autres terme on retiens des mots clés. Des mots sur les lesquels se raccorder. Ex : vous parlez des discriminations et hop blanc >> rebondir sur le mot clé préparé comme "représentativité" et hop vous passez à la critique du texte et pq pas revenir sur votre oubli >> c'est OK.

Encore une fois c'est votre capacité de vous ADAPTER et de gérer qui compte >> perspective de votre futur métier.



ANALYSE

Afin de s'entraîner un maximum pour le MEM2, il faudra s'entraîner avec divers textes sur des sites fiables comme santé publique pour développer son analyse critique et également se préparer à comprendre les graphiques et leurs fonctionnements.



CULTURE

Sa culture générale personnelle est essentielle pour cet oral. Il marquera la différence de votre oral avec celui des autres candidats. Vos connaissances peuvent être liées à vos échanges, vos passions, vos recherches, vos curiosités ainsi qu'aux entraînements pour le MEM2.

Ça permettra de voir l'étendu de vos connaissances et votre engagement dans notre société qui est une caractéristique essentielle pour les praticiens du domaine de la santé



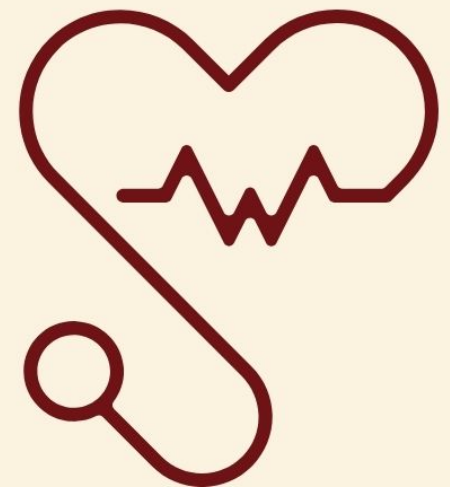
DES STAGES

Les stages peuvent aider dans vos choix et vous confirmez certains doutes.

Essayez de trouver des praticiens dans la domaine dans lequel vous aimeriez vous entrainez afin de poser quelques question pour vous aidez pour l'oral, maitriser encore plus votre sujet.

Pouvoir observer cette relation avec les patients ou non, en connaitre d'avantages

Cela serait une source de motivation si c'est vraiment le domaine dans lequel vous voulez exercez +++



LE TUTORAT

- Participer aux Oraux Blancs ++++
- Demandez conseils aux tuteurs et à ses parrains/marraines
- Lire le guide des oraux et regarder la rubrique des témoignages



EXERCICES DE CONFIANCE

01

LANGAGE CORPOREL +

Un langage corporel positif, rappelle-toi la force et des capacités, eues-contact

02

PRENDS D'INITIATIVE

la présentation doit être active, une introduction et dans la tram du sujet

03

RESTE CALME

L'attitude doit rester calme et posée, projetez votre confiance

04

MANAGE TON TEMPS

Un temps de parole bien organisé ça fait la ≠ pas de rush mais pas dépasser avec excès

05

ECOUTE ACTIVE

Bien montrer notre attention, reformuler, hocher la tête..

06

POSTURE

Assis ou debout, avec le dos droit, les jambes non croisées, la tête haute, pas de geste parasite > BAZ

07

PMP

Practice makes perfect, entraînez-vous, face au miroir, face à de la famille, des étrangers ? d'autres p1 ? des tuteurs ? la répétition +++

01

RESTER POSITIF

jusqu'au bout ! Ne vous laissez pas noyer dans les pensées négatives

TIMIDE ET ORAUX ?

By ramification

Ce trait de caractère n'est clairement pas facile dans la vie de tous les jours ... encore moins le jour d'un oral si important.

Profil de la personne shy :

- Parole : voix qui tremble et qui sort à peine / vocabulaire fébrile
- très vite déstabilisé par les interactions sociales (surtout en groupe +++)
- Gestuelles révélatrices : pour paraître le moins mal à l'aise possible, la personne concentre tout son inconfort grâce à un langage corporel (mains, pied, cheveux ...)
- Regard : fuit tout regard direct avec les yeux de la prsn en face (comme avec vos crushs lol)



Bref, si cette personne se présente comme ça à l'oral, c'est un échec assuré ...

TIMIDE ET ORAUX ?

By ramification

En 1 mois ce serait vous mentir de vous dire que vous allez devenir extraverti et sociable mdrrrr mais vous allez pouvoir changer assez afin de gérer les oraux.



Temps de préparation = challenge quotidien, je m'obligeais à parler ... bad dur je vous l'accorde mais vasy faut bien commencer quelque part :

- demander un renseignement dans la rue
- demander l'heure / le bus ...
- faire des vidéo sur les RS = moins productif car virtuel mais ça aide
- bref obligé vous à parler quoi

TIMIDE ET ORAUX ?

By ramification

Normalement vous devriez être un peu plus à l'aise à l'oral après 1 mois. Moi ce n'était toujours pas assez donc j'ai décidé d'embellir ma personne à l'oral
#jeu d'acteur



à ne pas en faire bcp tout de même ... dosez un peu jppp

- sourire au max
- on s'imagine dans une série
- et c partieeee pour tourner une scène



PLACE AUX QUESTIONS <3

En espérant que ce petit atelier a pu vous aider, on a été ravie de pouvoir vous accompagner pour finir cette année en beauté ! Soyez fiers de vous, foncez et cassez nous cet oral !