

FICHE METHODE DE PREPARATION AUX ORAUX MEM₁ & MEM₂

Bonsoir les loulous, ceci est une fiche de ma méthode pour les oraux. Il s'agit d'UNE méthode parmi des centaines. C'est parti pour ma dernière fiche et après vraiment la retraite hein.

I. MEM1

Alors, exercice en apparence assez simple mais qui peut se révéler compliquer pour la plupart d'entre vous. 3 min pour présenter son projet d'orientation puis 7 min de questions.

A. Comment répartir les 3 minutes ?

- **30 secondes** → pour soi tout en restant ANONYME
- **1 min** → vos passions QUI SONT EN DEHORS DU CADRE SANTE avec un micro-rapport.
- **1 min 30 secondes** → la filière + spé

B. Comment se préparer aux questions ?

Les questions peuvent être très différentes d'une personne à l'autre. Vous devez vous préparer à tout mais il y a des petites astuces pour orienter les questions. Ils s'en fichent royalement de ce que vous dites, ils analysent surtout votre éloquence (on ne sort pas des dingeries non plus sinon vous allez passer pour des débiles)

Les astuces de popo

- Vous **devez tendre des perches** pendant l'oral à votre jury. Ça peut être par rapport à du bénévolat, des voyages, une langue que vous parlez. SOYEZ INTELLIGENTS ET MALINS.
- Pour **cerner** la question que l'on vous posera, faites des **petites pauses** quand vous réfléchissez. NE REPONDEZ PAS AU QUART DE TOUR. Vous devez **cerner** la question ! **C'est très important !**

C. Okay mais comment être naturel ?

- Être soi-même, c'est le plus important dans cet entretien. Vous ne dites pas des phrases bateau « je veux sauver des vies » « j'ai vu Grey's anatomy » « papa a un cabinet » NON NON & NON.
- **NE PAS RÉDIGER SON ORAL. Faites des tirets**, n'apprenez pas par cœur des phrases avec des mots 100 fois trop compliqués pour vous (*je vous vois*). Faire des tirets vous permettra d'apprendre à vous adapter, à cerner les points forts et surtout à rester naturel. *Pour avoir fait passer certains d'entre vous à l'oral, je peux vous dire que le par cœur c'est un enfer à écouter...*

D. Quand commencer à bosser et combien de temps par jour

Retenez bien cette phrase : l'oral ce n'est pas l'examen avec QCM. Travailler trop sera néfaste tout comme ne pas travailler du tout.

Les astuces de popo

- Revoyez pendant **30 min par jour votre MEM1** c'est amplement suffisant
- **Récitez tous les 3 jours votre oral** (*vous ne perdrez pas votre naturel en faisant ça*)
- **Filmez-vous !** Analysez vos gestes **parasites**.

E. CHOSES A NE PAS FAIRE

- Ne pas regarder son jury
- Phrases longues, compliquées
- Ne pas se renseigner sur la filière
- Gestes parasites

- Du par cœur
- Phrases bateau
- Manquer de respect auprès de certaines filières

FICHE METHODE DE PREPARATION AUX ORAUX MEM₁ & MEM₂

F. Le point anonymat ça va faire 3 lignes

VOUS NE DEVEZ PAS DIRE PASS/LAS

Exemple de phrase de début :

- Bonjour, je vais vous présenter mon parcours et ce, pourquoi je me présente ajd
- Bonjour, je vais commencer par présenter rapidement mon parcours scolaire, mes objectifs et mes passions, je terminerai par mon projet professionnel
- Bonjour, je rêve de devenir médecin et de sauver des vie *NONNNNNN si t'as bien suivi*

C'est amplement suffisant.

G. Mais je parle de quoi moaaaaaa ?

- Tes passions, tes hobbies *on est bilingue nous*
- Les langues que tu parles
- Tes sorties culturelles
- Les livres que tu lis
- Tes centres d'intérêts AUTRE QUE LA MEDECINE (les sorties entre potes ça compte)
- La musique
- Le sport
- Tes voyages +++
- Bref les choses que tu aimes

H. Les derniers conseils de Popo

Petite liste pratique des choses que vous devez avoir en tête :

- Le jury est là pour évaluer votre éloquence et pas vraiment votre contenu *mais c'en'est pas trop une raison pour dire nimp « gngngn ge veu sové vie »*
- FAITES VOUS CONFIANCE
- Soyez souriant ! être souriant c'est se montrer enthousiaste
- Parlez fort et dans un langage courant (pas soutenu)
- Prenez votre temps pour répondre aux questions (*il n'y a pas de mauvaise réponse tant qu'elles sont argumentées correctement*)
- Anonymat : pas de PASS/LAS/prépa (si on vous pose la question de la prépa, justifiez vous)
- Habillez vous dans une tenue simple, confortable (j'avais un pantalon tailleur avec un t-shirt blanc, vous êtes des étudiants pas des stars). Je déconseille les talons hein. J'étais en baskets.
- **Soyez fière de vous, de votre parcours, de vos difficultés, de vos erreurs ! C'est ce qui fera la différence.**

II. MEM2 *aka votre phobie*

→ Potit disclaimer : c'est ma méthode ! Une méthode d'oral HEC, prépa et lycée + FAC. Je n'ai pas la science infuse (*sinon je n'aurais pas eu 6 rattrapages sur 10 lol*).

A. KESKE CETTE CHOSE

Objectifs :

- But : rechercher/faire écho à la problématique
- Qu'est-ce qui n'est pas dit ?
- Faire ressortir les messages sous-jacents
- Confronter les affirmations contraires
- Qu'est-ce qu'on peut rajouter de pertinent ? et confronter ses idées (*oui, les tiennes*)

FICHE METHODE DE PREPARATION AUX ORAUX MEM₁ & MEM₂

B. La méthode DESC (pas DSK PTDRRR)

<p style="text-align: center;">Décrire</p> <p>→ Présenter la situation avec des faits concrets et observables</p> <p>On recherche l'objectivité, c-à-d les faits et pas le jugement</p> <p><u>Méthode</u> : essayer de regrouper les faits qui décrivent un même problème</p> <p style="text-align: center;">Je CONSTATE</p>	<p style="text-align: center;">Exprimer ses émotions</p> <p>→ Parler avec le « nous »</p> <p>Expliquer pourquoi on n'est pas d'accord avec le texte</p> <p>Essayer de voir si c'est un texte polémique, scientifique, mais en restant OBJECTIF</p> <p style="text-align: center;">Je RELÈVE</p>
<p style="text-align: center;">Spécifier des solutions</p> <p>→ Comment améliorer la solution ?</p> <p>Emette des solutions via les hypothèses trouvées</p> <p><u>Les solutions doivent être</u> :</p> <ul style="list-style-type: none">- Claires et réalistes <p>Vous les classez du moins réalistes au plus réalistes selon trois domaines :</p> <ol style="list-style-type: none">1. Social2. Economie3. Juridique	<p style="text-align: center;">Conséquences</p> <p>Donnez les conséquences négatives et positives</p>

C. Un plan que vous pouvez suivre

1. Introduction : nature doc, date de publication, source
 2. Problématique
 3. Citez 2/3 chiffres
 4. Hypothèses
 5. Solutions
 6. Conclusions
- | |
|----------------------|
| Décrire |
| Solutions + Emotions |

D. S'entraîner

Les sites magiques :

- <https://www.santepubliquefrance.fr/recherche/#publications=article&sort=date> : vous prenez juste l'intro et si besoin des graphiques dispos dans les articles
- <https://www.lemonde.fr/>

Les journaux :

TOUT CE QUI SE TROUVE A LA BU

E. 📍 Les astuces de popo 📍

- **Trouvez des liens avec la santé ++++++**
- Les questions seront plus dures, il faudra bien réfléchir avant de répondre
- Bien cerner les points essentiels de l'article (mots clés)
- Ne pas rédiger sur son brouillon son oral (que problématique/chiffres et mots clés)
- Bien utiliser le temps de préparations
- Ne pas se laisser impressionner par les questions du jury
- TOUT DEFONCER

FICHE METHODE DE PREPARATION AUX ORAUX MEM₁ & MEM₂

Voilà c'est fini, je pense avoir mis tout ce que je savais, j'espère pour vous que ce sera utile. Je sors cette fiche tard mais il vous reste 10 jours et c'est parfait pour voir vos erreurs et vous améliorer. Entre la vidéo, l'oral blanc, et cette fiche vous devriez être rodés les pioux.

Moment motivation : ne vous laissez pas impressionner par des gens trop bien habillés le jour J. Vous et vous seuls pouvez y arriver et ce n'est pas un mec ou une meuf trop fraîches qui vont vous déstabiliser. Soyez confiants, soyez fières, personne d'autre que vous ne sait mieux que quiconque ce que vous valez. Je crois en vous, tout le monde croit en vous et le tutorat vous soutient jusqu'à la dernière minute.

Moment émotion : c'est ma dernière fiche en tant que tutrice de l'année. Je vous aime tous fort (même ceux qui m'harcèlent en pv mdrrrrr). Le tutorat c'est, et ça restera toute ma vie. Je vous souhaite à tous de connaître une expérience aussi dingue que ce que j'ai pu vivre cette année.

Moment merci :

- Merci au tutorat niçois
- MERCI MES COTUTS DU LOVE
- Merci aux chefs tuts (mention spé à Diegz pour les coups de pressions qui concerne tout sauf le tut)
- Merci aux nouveaux CT, vous êtes géniaux et je vous aime
- Dylan Paris tu me manques
- Merci au Pharmasutra (Lison, Lucas, Chloé et Alexis) d'être les meilleures rencontres marseillaises mmmmmh niçoises de cette année
- Merci à tous les tuts
- Merci à la crème
- Dylan Paris tu me manques
- Merci à Julia Verruchi pour le truc vert de 3L
- Merci le nouveau mandat de VP EVENT à l'AE2P *les futurs pharma je vais vous faire rêver*
- Merci à vous
- Enfin, merci à Dylan Paris aka Dydou aka CT PPBE qui sera le meilleur CT PPBE que tout le tut ait jamais connu (je tème même pour tes vents de 4 à 8 h grrrrr)

Moment pas merci :

- Pas merci le train marseille-nice tous les weekends
- Pas merci le réveil à 5h30 avant les EB
- Pas merci le COVID *que j'ai actuellement*
- Pas merci le stage
- Pas merci la canicule
- Pas merci ma promo de coincés
- Pas merci les profs
- Pas merci les rattrapages
- Pas merci Achille Monnet et Giorgio Avenoso pour me mettre dans la confiance de certaines choses, je vous hais <3
- Feur
- Pas merci la retraite, vous allez me manquer

NONOBTANT QUE DU LOVE

Paulinepome, pour vous servir 🍷