



# Recherche d'emploi optimisée par l'IA

Éthique, sécurisée et tournée vers l'avenir



# Intervenant(e) du jour



**Anna Negyesi-Mouysset**

Head of Talent management,  
UNICC



**Sebastien Vanegas**

Cybersecurity Officer (Data Protection  
And Privacy), UNICC

# Équipe d'assistance Zoom



**Esther Herrero Cantero**

Human Resources  
Assistant, UNICC



**Lucia Rodenas Zuleta**

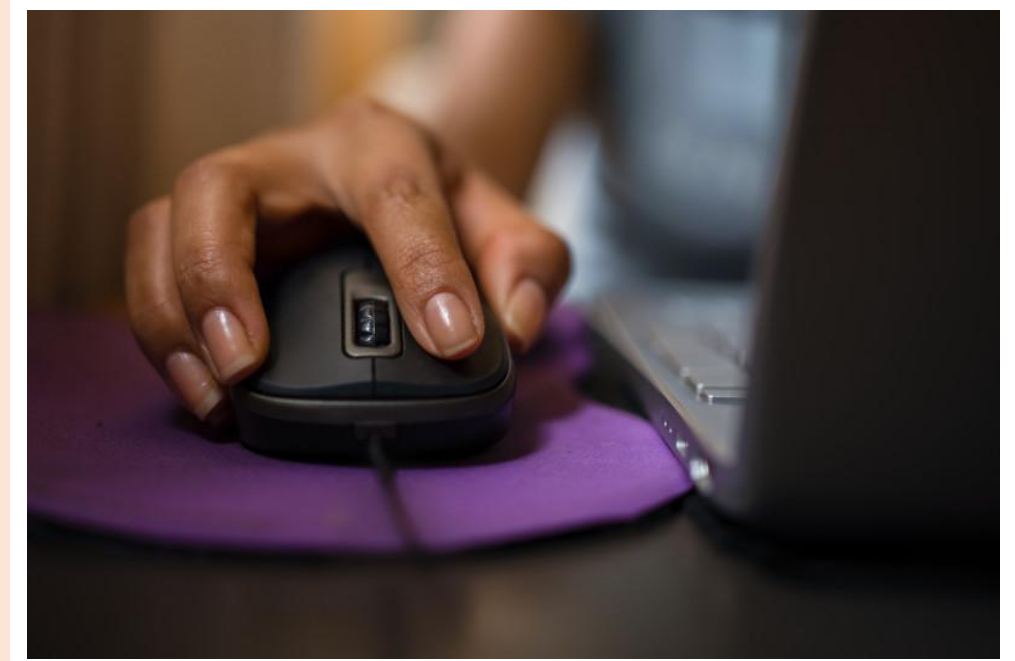
Human Resources  
Assistant, UNICC

# Consignes pratiques

Votre micro est désactivé par défaut. La fonction de chat est désactivée.

Si vous avez des questions, veuillez les soumettre via le **bouton Q&R de Zoom**.

La session sera enregistrée.  
L'enregistrement et la présentation seront disponibles sur la [page web de l'Inter-Agency Career Week 2026](#).



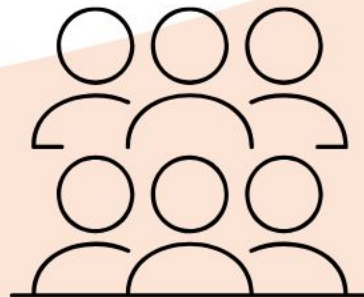
En raison du grand nombre de participant.e.s à cette session, il se peut que nous ne puissions pas répondre à toutes vos questions.

**Merci de votre compréhension.**



# Comment utiliser l'IA pour clarifier votre CV, personnaliser vos candidatures et préparer vos entretiens tout en protégeant vos données et en évitant la sur-automatisation

**L'IA soutient votre jugement, elle ne le  
remplace pas.**



# Objectifs de la session

## Cadrer l'IA

Comprendre ce que l'IA peut et ne peut pas faire dans votre recherche d'emploi. Positionner l'IA comme assistant

## Sécurité des données

Apprendre à protéger vos données personnelles

## Usage éthique et efficace

Identifier ce qui est acceptable et ce qui est risqué dans vos candidatures, et comment les rendre efficaces

## Coté employeur

Découvrir comment les employeurs utilisent l'IA et les outils ATS

# Quatre principes clés

*Pour un usage éthique et sécurisé de l'IA dans la recherche d'emploi*



## Authenticité

Vos expériences et résultats restent les vôtres

L'IA comme aide



## Transparence

Soyez clair sur l'usage de l'IA dans votre processus



## Protection des données

Pas de données identifiables ou sensibles dans les outils publics



## Cybersécurité

Mots de passe robustes, 2FA, vigilance face aux liens.

# Confidentialité des données personnelles avec l'IA

*Vos conversations alimentent les bases de données des fournisseurs. La plupart des plateformes gratuites conservent vos données par défaut.*



## DONNÉES IDENTIFIABLES

Ne jamais partager:

Nom complet, adresse, téléphone

- Numéro de sécurité sociale, RIB
- Plaque d'immatriculation
- Identifiants professionnels (email, badge)
- Photos personnelles

### ATTENTION AUX COMBINAISONS

*Ville + employeur + fonction peut suffire à vous identifier, même sans nom.*



## DONNÉES SENSIBLES

Informations confidentielles:

- Données médicales (diagnostics, traitements)
- Informations financières (revenus, dettes)
- Détails familiaux (situation, enfants)
- Secrets professionnels (projets, stratégies)

### POURQUOI C'EST CRITIQUE

*Ces données peuvent être stockées indéfiniment et servir à entraîner les futurs modèles d'IA.*



## PROTECTIONS ACTIVES

Actions à mettre en place:

- Désactiver l'historique des conversations
- Supprimer régulièrement vos données
- Vérifier les politiques de rétention
- Privilégier les plateformes transparentes

### PLATEFORMES RECOMMANDÉES

*ChatGPT et Claude proposent des modes sans conservation des données.*

# Sécurité numérique

*Sécuriser ses comptes et ses usages, en plus de protéger ses données.*



**COMPTES** : *protéger l'accès*



**USAGES** : *vérifier ses outils*

01

## Mots de passe robustes

Uniques par service, gérés via un gestionnaire de mots de passe

02

## Authentification 2FA

Activez systématiquement la double authentification quand c'est possible

03

## Sources officielles

Évitez extensions et outils issus de sources inconnues — risque de malware

04

## Vigilance sur les liens

L'IA peut générer des URLs ; vérifiez toujours avant de cliquer

# Adopter une attitude critique

*Des risques à toujours garder en tête*

## Hallucinations

### LE RISQUE

Réponses incorrectes ou inventées qui paraissent fluides et confiantes

### LE BON RÉFLEXE

Relisez et vérifiez les informations: même sans intention de fraude, un CV peut mentir

## Biais des données

### LE RISQUE

Les modèles peuvent reproduire des stéréotypes issus de leurs données d'entraînement

### LE BON RÉFLEXE

Croisez les informations et conservez votre esprit critique

## Résultats partiels

### LE RISQUE

Les réponses peuvent être incomplètes ou refléter une seule perspective

### LE BON RÉFLEXE

Considérez les réponses de l'IA comme un point de départ, pas une vérité finale

# Quatre usages acceptables de l'IA

## 01

### Analyse comparative du marché

Sectoriel, salaires, entreprises,  
candidatures spontanées

## 02

### Analyse de l'offre ciblée

Mots-clés, exigences, compatibilité,  
signaux d'alarme

## 03

### Optimisation du CV et de la lettre

Réécriture, chiffrage des résultats,  
adaptation au poste

## 04

### Préparation aux entretiens

S'entraîner, recevoir du feedback et  
améliorer son discours

L'IA s'utilise comme levier pour clarifier votre pensée, mais ne doit jamais la remplacer

# Analyse comparative du marché

*Avant de cibler une offre, utilisez l'IA pour explorer le terrain de manière structurée.*

## Annonces du secteur

Comparer les offres publiées dans votre secteur pour identifier tendances et exigences

## Benchmark salarial

Comparer fourchettes de rémunération et localisation des opportunités

## Cibler des entreprises

Identifier les employeurs qui recrutent et partagent vos valeurs

## Avis employeur

Consulter les retours d'expérience de salariés ou de consultants

## Candidatures spontanées

Générer des messages personnalisés aux RH pour candidature ciblée

## Veille et tendances

Suivre les compétences émergentes pour anticiper les attentes des recruteurs

# Analyse de l'offre ciblée

*L'IA permet de décoder l'offre, évaluer son adéquation et repérer les signaux faibles.*

## Mots-clés

Extraire mots-clés, compétences techniques et comportementales de la fiche de poste

## Positionnement de profil

Évaluer la correspondance de votre profil par rapport à l'offre

## Signaux d'alarme

Détecter biais (ex. mots masculinisés), formulations discriminantes ou exigences illégales

## Exigences obligatoires

Distinguer responsabilités principales obligatoires du rôle

## Score de compatibilité

Demander un score sur 100 entre votre CV et l'offre pour s'auto-évaluer

## Risques de surcharge

Repérer les profils « multi-casquettes » ou exigences incohérentes

# L'IA comme copilote, pas comme pilote

*Ces pratiques nuisent à votre crédibilité et peuvent entraîner le rejet de votre candidature.*

## ✓ ACCEPTABLE — LE COPILOTE

### L'IA assiste votre jugement

- Lecture attentive de chaque offre ciblée
- Analyser une offre et extraire les mots-clés
- Optimiser CV et lettre avec relecture humaine
- S'entraîner aux entretiens en amont

## ✗ RISQUÉ — L'AUTOPILOTE

### L'IA décide à votre place

- Envoi automatisé de candidatures
- Suivre aveuglément les recommandations de l'IA
- Inventer des compétences ou contourner l'ATS
- Utiliser l'IA en direct pendant un entretien

# Documents à exploiter pour votre CV

*Sources internes fiables à ingérer dans l'IA pour un profil solide*

## Profil LinkedIn

Vue publique structurée: socle de départ  
Le CV et le profil LinkedIn doivent être alignés

## Revue de performance

Évaluations annuelles: elles sont un inventaire de nos réalisations et donnent d'excellentes informations sur les compétences et les projets réalisés, elles aident à identifier les exemples à mettre en avant

## Inventaires de compétences

Descriptions des postes occupés (Post/job Descriptions), rubrique compétences. Aident aussi pour l'alignement du vocabulaire

## Rapports de projet

Reporting sans données sensibles: sont des preuves de livrables

## Carrière onusienne

Historique de postes (Personal Action, extrait du système ERP)  
Pour seniors : rapports annuels des divisions, de l'organisation, stratégie

## Formations & visibilité

Formations, prises de parole, articles, blogs (on peut partager les présentations que l'on a faites)

# Construire un CV avec l'aide de l'IA

*Plusieurs approches pour exploiter vos sources internes sans compromettre vos données.*

**01** **Extraire vos points forts** Après ingestion des documents, demandez réalisations, exemples et succès clés

**02** **Matcher les compétences** Aligner votre profil aux compétences exigées par l'annonce

**03** **Drafting amélioré** Améliorer la rédaction et la présentation, y compris la photo pour CV ou Personal History Form

**04** **Culture d'entreprise** Analyser la culture cible et adapter votre CV en conséquence

**05** **Résumé exécutif** Construire un résumé exécutif percutant autour de vos réalisations clés

# Exemples de prompts responsables

*S'exprimer plus clairement sans laisser l'IA embellir ou déformer*

## Structurer l'expérience

*« Structure mon expérience professionnelle en mettant en avant mes responsabilités réelles, résultats mesurables et compétences mobilisées sans exagération ni ajout d'informations. . »*

## Adapter au poste

*« Mets en avant les compétences pertinentes pour cette offre, sans surinterpréter. »*

## Vers le privé · Impact orienté résultats

*« Transforme mes missions en réalisations orientées résultats, sans inventer d'indicateurs. »*

## Clarifier les résultats

*« Reformule ces réalisations de façon impactante, sans inventer de chiffres. Signale ce qui manque. »*

## Vers le privé · Traduire l'expérience

*« Reformule mon expérience pour le privé (résultats, impact), sans en changer le sens. »*

## Précision

*« Si une info manque, ne l'invente pas, demande-moi. Indique ce qui doit être vérifié. »*

# Adapter votre CV à l'ATS (Applicant Tracking System)

*Lisible par la machine ET par l'humain*

## RÈGLE D'OR

**1 mot-clé = 1 preuve concrète**

### Mots-clés naturels

Réintégrez les termes de l'annonce dans des exemples concrets, chaque mot-clé est soutenu par une expérience réelle.

### Plusieurs formulations

« Gestion de projet », « coordination de programme », « pilotage d'activités »

### Bons emplacements

Titre du poste, résumé, descriptions d'expérience, section compétences

 Attention au copier-coller de l'offre! Les recruteurs le repèrent vite, ce sont souvent eux qui ont rédigé l'annonce.

# Préparer vos entretiens avec l'IA

*Pendant la préparation : oui. Pendant l'entretien : c'est tricher*

✓ EN AMONT — OUI

## Préparation hybride

- Générer des questions types depuis l'offre pour s'entraîner
- Identifier les projets et expériences pertinents pour ce poste
- Préparer des réponses STAR en s'appuyant sur des exemples réels
- Tester différentes formulations pour gagner en clarté

✗ PENDANT — NON

## Bons réflexes

- Ne jamais utiliser l'IA en direct: cela se repère immédiatement
- Ne pas reciter: pratiquer puis reformuler avec vos propres mots
- Croiser les retours de l'IA avec du feedback humain
- L'idéal : préparation hybride IA + humain

# Outils gratuits de simulation d'entretien

*Feedback instantané, méthode STAR, multilingues pour pratiquer et progresser.*

1

## VirtualInterview.ai

Feedback instantané sur vos réponses pour identifier rapidement les points faibles

2

## Final Round AI

Questions personnalisées selon votre CV et le poste visé

3

## MockIF

Analyse de la structure, de la clarté et de la méthode STAR de vos réponses

4

## Google Interview Warmup

Outil simple pour s'entraîner aux questions classiques avec analyse vocale

5

## Indeed Interview Practice

Simulation vidéo avec retour IA pour travailler posture et réponses

6

## Pramp

Entraînement entre pairs avec d'autres candidats, pratique humaine complémentaire

*Bon usage : pratiquer pour améliorer clarté et structure, tester différentes formulations, identifier vos points faibles*

# Comment fonctionne un ATS

*UNICC peut recevoir jusqu'à 500 CV par offre. L'ATS structure le tri.*

# 500

*candidatures pour une seule offre — l'ATS structure le tri*

## 1 Scanner

L'ATS scanne tous les CV reçus

## 2 Extraire

Compétences, diplômes, certifications, expériences

## 3 Classer

Comparaison aux critères, classement par groupes pour revue humaine

# Pourquoi l'ATS est un atout pour les bons candidats

*Contrairement aux idées reçues, l'ATS valorise les profils qualifiés.*

01

## Visibilité accrue

Vos compétences sont repérées dans des centaines de candidatures

02

## Reconnaissance objective

Analyse sans biais humain initial — adéquation technique valorisée

03

## Moins de concurrence

Les candidatures génériques sont rapidement filtrées

04

## Gain de temps

Délais et temps de recrutement nettement réduits

05

## Processus équitable

Focus sur les compétences, pas l'apparence ou l'âge

# Côté employeur : gouvernance & cybersécurité

À UNICC, l'usage de l'IA pour le recrutement est strictement encadré par les principes de l'ONU

## Valeur ajoutée

L'IA doit améliorer la qualité du recrutement, pas seulement réduire les coûts ou délais

## Protection des données

Sécurité informatique, éthique numérique et gouvernance responsable strictement appliquées

## Mesures correctives

Ajustement des paramètres, pseudonymisation ou masquage des données candidats

## Risques identifiés

Risques réglementaires, opérationnels, RH (omission de candidats qualifiés)

## Évaluations d'impact

Réalisées avant toute acquisition, conception ou mise en production d'un système d'IA

## Monitoring continu

Détection des dérives algorithmiques et baisses de performance pour réagir vite

	Lundi, 4 mai	Mardi, 5 mai	Mercredi, 6 mai	Jeudi, 7 mai	Vendredi, 8 mai
03:00-04:00 (New York) 09:00-10:00 (Europe) 10:00-11:00 (Nairobi) 14:00-15:00 (Bangkok)	Pres (E) - From the UN to the Private Sector: Skills that enable Career Transition	Pres (E) - Thriving in Uncertainty	Pres (E) - Beyond the algorithm: Preparing your career for Life 3.0	Pres (E) - Habits under Pressure: working more intentionally	Pres (E) Behavioural Science for Career Development: Evidence-Based Steps for Action
04:30-05:30 (New York) 10:30-11:30 (Europe) 11:30-12:30 (Nairobi) 15:30-16:30 (Bangkok)	PD (E) - Inside the Recruiter's Mind: How Hiring Really Works in the UN and Beyond	PD (E) - Private Sector Unlocked: How to Enter, Adapt, and Succeed	Pres (E) - Upskilling for the Future: How to Stay Marketable Inside and Beyond the UN	Pres (E) - Becoming a UN Volunteer: What is in it for you? The Hidden Benefits of Volunteering.	PD (E) - Beyond the UN Blue: Navigating Your Career Transition to Other IGOs
06:00-07:00 (New York) 12:00-13:00 (Europe) 13:00-14:00 (Nairobi) 17:00-18:00 (Bangkok)	PD (E) - Talent on the Move: Growing your career through mobility	Pres (F) - Recherche d'emploi optimisée par l'IA : éthique, sécurisée et tournée vers l'avenir	Clinic (E) - AI for Your Career: Practical Tools and Prompts for Career Management	Pres (E) - Leading from Within: Self-Awareness, Authenticity, and Inner Resilience	Pres (F) - Maîtriser les entretiens d'embauche: Transformer son expérience en levier de réussite
07:30-08:30 (New York) 13:30-14:30 (Europe) 14:30-15:30 (Nairobi) 18:30-19:30 (Bangkok)	Clinic (E) - Mapping Your Motivators for Career Choices	Pres (E) - Mapping Professional Achievements to Job Application and Interview	Pres (E) - Breaking Down Job Descriptions	Pres (E) - What remains when everything changes: Insights from Third Culture and Global Nomad Research	Clinic (E) - The skills shift: What skills-based hiring and AI agents might mean for a UN career
09:00-10:00 (New York) 15:00-16:00 (Europe) 16:00-17:00 (Nairobi) 20:00-21:00 (Bangkok)	Pres (E) - Your Career, Your Conversation	Pres (E) - Strengthening Your Adaptability Muscles - AQ: The Adaptability Quotient	Pres (E) - Managing Your Saboteurs: Removing Barriers to Your Career Growth	Pres (E) - Use Your Strengths to Boost Your Career	Pres (E) - Activating Inner Resources in Uncertain Times
10:30-11:30 (New York) 16:30-17:30 (Europe) 17:30-18:30 (Nairobi) 21:30-22:30 (Bangkok)	Pres (E) - A Mind-Blowing Tour of AI Tools to Accelerate Your Career	Pres (E) - From Sat Nav to Compass: Navigating Your Career in a Changing UN System	Pres (S) - Construye tu Asistente de Carrera con IA	Pres (E) - Building a winning profile from application to interview	Pres (E) - Mentoring 2.0: From Top-Down to All-Around
13:00-14:00 (New York) 19:00-20:00 (Europe) 20:00-21:00 (Nairobi) 00:00-01:00 <sup>-1</sup> (Bangkok)	Pres (F) - Opportunités de carrière aux Nations Unies pour les jeunes professionnels et conseils pour réussir sa candidature	PD (E) - Thriving Globally - The human side of relocation	Pres (E) - Career Development: How you can turn a Psychosocial Hazard into a Thriving Strategy	Pres (E) - Youth Engagement: Put in Practice! (Young Talents in the UN System)	Pres (E) - Working for Justice
14:30-15:30 (New York) 20:30-21:30 (Europe) 21:30-22:30 (Nairobi) 01:30 <sup>-1</sup> -02:30 <sup>-1</sup> (Bangkok)	Pres (E) - Mastering Job Interviews: Turning Your Experience into Impact	Pres (S) - Cómo dominar las entrevistas de trabajo: refleja tu experiencia con impacto	Clinic (S) - Desarrollo de habilidades y redes profesionales a través de la mentoría	Pres (E) - Make career moves with confidence using the 5i Framework	Pres (E) - Own your Future, Make your Role Matter

