

# Checklist

## Bien préparer sa soutenance

### Plusieurs mois avant

---

#### Jury

- Proposer des noms de membres du jury
- Vérifier les conflits d'intérêts

#### Observation

- Assister à plusieurs soutenances dans sa faculté
- Observer le déroulement et la posture des candidat-e-s
- Identifier le type de questions posées
- Collecter des retours d'expérience de jeunes docteur-e-s

#### Compétences

- Suivre des formations (communication scientifique, prise de parole en public, vulgarisation, gestion du stress, ect.)

#### Démarches administratives

- Consulter les règlements et directives de la faculté
- Vérifier les deadlines (soumission, rapports, soutenance)
- Planifier les étapes clés

### Les dernières semaines

---

#### Maîtrise du contenu

- Relire intégralement la thèse
- Identifier les points faibles, limites et points à clarifier

#### Construction de la présentation

- Structurer le récit scientifique
- Adapter la présentation au temps imparti
- Sélectionner l'essentiel (ne pas tout présenter)

#### Entraînement

- Organiser une ou plusieurs soutenances blanches

#### Anticipation des questions

- Identifier les questions probables (méthodologie, résultats, limites, choix théoriques)
- Préparer des réponses argumentées aux points sensibles
- Vérifier l'actualité scientifique récente sur le sujet

### La semaine avant

---

#### Gestion du stress

- Pratiquer une technique de relaxation (respiration, visualisation, TOP, ect.)
- Travailler la posture, la voix, la gestuelle

#### Finalisation

- Finaliser les diapositives
- Préparer des slides complémentaires pour répondre aux questions

#### Logistique

- Visiter la salle
- Tester le matériel informatique
- Vérifier la compatibilité du fichier
- Prévoir des backups (clé usb, version pdf, adaptateurs, ect.)

#### Organisation personnelle

- Choisir une tenue adaptée et confortable
- Organiser l'après-soutenance (repas, apéritif)

### Après la soutenance

---

#### Suivi

- Noter les corrections demandées
- Planifier leur intégration
- Déposer la thèse à la bibliothèque

Pour plus d'information et de conseils pour bien préparer sa soutenance, consulter la [page du Graduate Campus](#)