

LE GUIDE DU DERNIER CHAPITRE

ACCOMPAGNEMENT À LA PRÉPARATION
DE LA SOUTENANCE DE THÈSE



Mars 2025

Réalisé par les représentantes des doctorant·es et les membres du Labo Junior

INTRODUCTION

Les représentantes des doctorant·es et les membres du Labo junior ont le plaisir de vous présenter ce guide de préparation des échéances qui concerne la fin de votre travail de thèse.

Si le parcours doctoral est un exercice d'endurance, les derniers temps peuvent être considérés comme un sprint final pendant lequel les interlocuteur·trices et les informations se multiplient.

Pour vous accompagner dans cette période charnière, nous avons rédigé ce livret qui est une synthèse de différents documents et informations publiés sur ADUM et qui échappent parfois aux doctorant·es, auxquels s'ajoutent nos conseils utiles.

La fin de la thèse nécessite une organisation rigoureuse. Aussi, la constitution d'un rétroplanning est indispensable pour respecter l'ensemble des délais. Il peut débuter un an avant la soutenance avec le choix de la date et la formation concernant le dépôt de thèse.

Le guide suit l'organisation chronologique de la préparation à la soutenance, étape par étape :

SOMMAIRE

- 1 an avant la soutenance
- 7 mois avant la soutenance
- 2 mois avant la soutenance
- 3 semaines avant la soutenance
- 2 semaines avant la soutenance
- Le jour de la soutenance
- L'après soutenance
- La poursuite de parcours

Les ❤️ sont des conseils personnels dispensés par de jeunes docteur·es.

Les 💡 sont des idées pratiques.

1 AN AVANT LA SOUTENANCE

1 Penser à son jury de thèse

Le jury est composé d'un·e président·e de soutenance, de la direction de thèse ; de la co-direction ou cotutelle de thèse ; de membres examinateur·trices dont les rapporteur·rices.

Le choix du jury de thèse doit être directement lié au projet professionnel du·de la doctorant·e. La discussion doit être ouverte avec le·la ou les directeur·rices pour réaliser des choix pertinents et adaptés. Pour être sûr·e que les membres de votre jury soient disponibles, n'hésitez pas à aborder la question environ un an, voire deux ans avant la soutenance.

Il faut connaître les contraintes de composition d'un jury : chaque membre a une fonction. Le jury doit comprendre entre 4 (5 pour les co-directions) et 8 personnes. La moitié des membres doit être extérieur (à l'école doctorale, à l'UMR EFTS, à l'Université de Toulouse). La moitié des membres doit être rang A (Professeur des Universités). Les chercheur·es étranger·ères doivent fournir un CV permettant de vérifier qu'ils·elles ont une expérience de recherche équivalente au rang A. Il faut avoir une représentativité équilibrée des femmes et des hommes au sein du jury. Les rapporteur·trices doivent être titulaires de l'habilitation à diriger des recherches (HDR) ou, pour les professionnel·les ayant été formé·es en dehors de la France, d'une équivalence.

Ces informations sont à retrouver notamment dans le document suivant :



Scannez-moi

[Cliquez ici](#)

1 an avant la soutenance

7 mois avant la soutenance

2 mois avant la soutenance

3 semaines avant la soutenance

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance

La poursuite de parcours



Les membres du comité de suivi individuel (CSI) ne peuvent pas être rapporteur·trices. Les professeur·es, chercheur·es ou maître·sses de conférences émérites peuvent continuer à participer à un jury de soutenance en tant qu'examinateur·trice et rapporteur·trice mais ne peuvent pas présider un jury. Il ne peut pas y avoir plus d'un·e émérite. Les rapporteur·trices et la direction de thèse sont intégrés au jury.

Les co-encadrant·es sont membres invité·es et ne sont pas considéré·es comme membres du jury. La direction de thèse, ainsi que toute autre personne ayant participé à la direction de la thèse, co-direction, co-encadrement, ne prend pas part à la décision. En revanche, l'ensemble des membres peut prendre la parole.

Le déplacement des membres du jury est pris en charge par l'unité de recherche, mais son prix ne doit pas excéder 1000 euros pour l'ensemble. Si certain·es membres du jury devaient assister à la soutenance en visioconférence, cela serait organisé par l'école doctorale.

Au préalable, la liste des membres du jury est soumise à l'approbation de la direction de l'UMR-EFTS avant de compléter la procédure sur ADUM. Ensuite, c'est à l'école doctorale de donner son accord.

💡 C'est important de connaître les dynamiques entre les chercheur·es pour permettre d'aller vers la synergie et l'émulation collective. Prêtez attention aux divergences théoriques. La complémentarité est primordiale, l'opposition peut être une difficulté. Il faut savoir que chaque décision peut jouer un rôle dans le déroulé de la soutenance et il faut avoir en tête que la soutenance est un débat d'idées entre chercheur·euses.

7 MOIS AVANT LA SOUTENANCE

1 Les relectures

Les jeunes docteur.es recommandent des relectures et corrections entre 7 mois et 3 mois avant le rendu de la thèse. Ici, il est indispensable de faire appel à des personnes tierces pour revenir sur le travail que vous avez produit pendant plusieurs années et dont vous ne voyez peut-être plus les défauts ! Il peut y avoir une disparité importante en fonction des ressources des doctorant-es, n'hésitez pas à faire appel à vos pairs ! Plus encore, les regards naïfs sont toujours les bienvenus (cercle familial et amical par exemple).

Certain-es font le choix de faire appel à des professionnel·les, notamment pour la mise en page. Vous pouvez utiliser une partie de votre dotation pour ça, si vous n'avez pas utilisé la totalité du montant.

💡 De nombreuses ressources existent et peuvent vous aider pour la correction, comme le logiciel Antidote.

2 Le parcours de formation

Votre parcours de formation doit être obligatoirement validé par l'école doctorale via ADUM, avant le dépôt de thèse (certaines formations ne sont proposées que ponctuellement). Au moins 100h dont des formations obligatoires sont attendues (disponible sur ADUM).

1 an avant la
soutenance

7 mois avant la
soutenance

2 mois avant la
soutenance

3 semaines avant
la soutenance

2 semaines avant
la soutenance

Le Jour J

Après la
soutenance

La poursuite de
parcours

3 La date de soutenance

La date de soutenance doit être anticipée : vous pouvez déjà commencer à y penser activement. Dès que la date est fixée, vous devez l'indiquer à l'école doctorale afin qu'elle réserve une salle.

4 La réservation de la salle

Si une salle est disponible à la maison de la recherche (MDR) alors la réservation est faite par l'école doctorale.

En revanche, si la soutenance ne peut pas avoir lieu à la maison de la recherche (MDR), alors l'école doctorale ne réservera pas de salle. Dans ce cas, c'est au·à la doctorant·e et/ou le·la ou les directeur·trices de thèse de réserver une salle sur le campus (ou école/institut partenaire). Pensez à contacter la Maison de l'Image et du Numérique (MIN) pour la visiophonie.

Dans le cas où la soutenance se déroule à l'ENSFEA, c'est à leur service numérique qu'il faut s'adresser pour gérer la visiophonie.

1 an avant la soutenance

7 mois avant la soutenance

2 mois avant la soutenance

3 semaines avant la soutenance

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance

La poursuite de parcours

2 À 3 MOIS AVANT LA SOUTENANCE

C'est la période de dépôt des deux documents principaux : la composition du jury et la version électronique de la thèse. La procédure de soutenance est entièrement dématérialisée.

1 Inscription administrative

Vous devez vérifier votre inscription administrative sur ADUM, et la réaliser si elle n'est pas à jour. Si la soutenance est prévue pour le mois décembre au plus tard, vous pouvez demander une exonération des frais de scolarité à l'école doctorale.

2 Dépôt du dossier de soutenance

Après le choix du jury, la majorité de la procédure se passe dans votre espace personnel ADUM. Il faut compléter le dossier de soutenance pour qu'il soit validé. Vous devez déposer une version définitive de la thèse, mais l'école doctorale accepte des versions pour lesquelles il y aura encore des modifications : c'est alors à vous d'envoyer la version pré-soutenance aux membres du jury. Vous devez demander à chaque membre s'il préfère une version papier ou si une version électronique au format PDF suffit.

Cette demande de soutenance sera validée par l'école doctorale, l'UMR et la direction de thèse. Après validation du dossier complet, l'École Doctorale demande les pré-rapports aux rapporteur-trices. La couverture et la quatrième de couverture de la thèse sont générées automatiquement par l'école doctorale.

Ce document reprend la procédure ADUM détaillée :

Scannez-moi

[Cliquez ici](#)



3 Procéder au dépôt électronique de la thèse

Le·la doctorant·e doit obligatoirement prendre rendez-vous avec le Service d'Appui à la Science Ouverte de la bibliothèque universitaire centrale pour le dépôt avant soutenance, en écrivant à scd-these@univ-tlse2.fr.

4 Envoi du manuscrit par le ou la doctorant·e

La thèse doit être envoyée dans un premier temps aux rapporteur·rices, puis aux membres du jury.

♥ À partir du moment où le tapuscrit de thèse est envoyé aux rapporteur·trices, vous avez un moment de répit, le travail est suspendu et il peut être contreproductif de revenir dessus directement. Prenez du temps pour penser à : votre tenue, les personnes par lesquelles vous avez envie d'être entouré·e le jour de la soutenance par exemple...

💡 La fin de la thèse et l'organisation des différentes échéances s'accompagnent de la rencontre d'une multitude d'interlocuteur·rices qui appartiennent à plusieurs instances à savoir repérer : la Bibliothèque Universitaire Centrale pour le dépôt de la thèse, l'École Doctorale, l'UMR EFTS, les rapporteur·trices, la direction de thèse. Attention, les soutenances qui ont lieu sur des sites autre que la MDR peuvent multiplier le nombre d'interlocuteur·rices.

5 Prévoyez des restitutions au terrain

La soutenance de thèse n'est pas un moment de restitution. La présence de l'ensemble de votre terrain est à réfléchir et peut être délicate. Vous pouvez toujours inviter les personnes qui ont participé à vos enquêtes de terrain si vous le souhaitez, mais pensez à programmer des dates de restitutions en dehors de cet exercice universitaire.

1 an avant la soutenance

7 mois avant la soutenance

2 mois avant la soutenance

3 semaines avant la soutenance

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance

La poursuite de parcours

3 SEMAINES AVANT LA SOUTENANCE

1 Réserver le buffet, le traiteur

Pour le jour de la soutenance, il est de coutume que le·la doctorant·e prévoit un buffet (sucré ou salé, en fonction de l'heure de la soutenance ou des convenances de chacun·e). Le buffet n'est pas à la charge du laboratoire. En revanche, si votre thèse est financée en dehors de l'université, vous pouvez demander un soutien à votre employeur.

Attention, c'est un budget à prévoir à votre charge (qui peut se situer entre 400 et 700 euros).

2 Choisir des personnes ressources

Pour gérer la commande, l'arrivée du traiteur, l'installation de la salle : pensez à déléguer à une autre personne ! Cette personne peut aussi accueillir le public, orienter les invité·es qui en ont besoin. Le moment de la soutenance peut être très impressionnant. Vous aurez bien assez à faire avec la soutenance, mobilisez des personnes de confiance qui prendront le relais sur les éléments organisationnels. N'hésitez pas à laisser des instructions précises sur ce qui vous tient à cœur dans l'organisation.

3 Impression de la thèse

L'UMR EFTS peut prendre en charge l'impression de la thèse ; 1 exemplaire pour chacun des membres du jury et 2 exemplaires pour le·la doctorant·e.

Pour cela, il faut obligatoirement confier le travail à l'imprimerie de l'université, il n'est pas possible de rembourser des travaux de reprographie faits à l'extérieur. Pensez à tenir compte des délais nécessaires à la fabrication : étant donné que la confection des thèses nécessite des opérations effectuées manuellement, notamment pour le collage et séchage des reliures, il faut prévoir en moyenne une dizaine de jours entre l'envoi du fichier à imprimer et la réception des tirages. Prévoyez au minimum 3 semaines, pour pallier tout problème d'impression !

1 an avant la soutenance

7 mois avant la soutenance

2 mois avant la soutenance

3 semaines avant la soutenance

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance

La poursuite de parcours



La procédure est la suivante :

→ Envoi de la thèse – vous devez envoyer le document prêt à imprimer au format PDF non compressé – à Sébastien REYNES : umr-efts@univ-tlse2.fr. Attention, quand les fichiers sont trop volumineux (10 Mo et plus) ils ne passent pas sur les messageries de l'université. Dans ce cas, vous pouvez utiliser une plateforme de dépôt (privilégier FileSender).

→ Validation du “bon à tirer” - Dans les 3 jours qui suivent, vous êtes contacté-e par l'imprimerie pour venir examiner et valider le « bon à tirer » (BAT). C'est un exemplaire témoin que vous devez examiner attentivement. À ce stade, si vous repérez des erreurs ou coquilles importantes, il est encore possible de modifier le fichier pour effectuer les corrections. Si vous n'êtes pas sur place pour cette opération, vous pouvez mandater quelqu'un pour s'en occuper ou envoyer un message à l'imprimerie pour leur indiquer que vous ne pouvez pas vous déplacer et que vous renoncez à cette étape.

→ Livraison des exemplaires de la thèse : Une fois le BAT validé, comptez environ 5 jours ouvrables pour que l'ensemble des exemplaires soient imprimés et reliés. L'imprimerie vous contactera pour venir les chercher à l'accueil (les locaux de l'imprimerie sont sur le campus de l'UT2J, bâtiment Henri Mayer près du parking P7).

→ Attention, afin de limiter les coûts et l'impact sur l'environnement, l'imprimerie demande à ce que l'usage des couleurs soit limité. Les couleurs doivent donc être réservées aux documents où elles sont nécessaires à la compréhension : schémas, tableaux, illustrations... Il vaut mieux laisser le texte en noir et d'éviter d'utiliser des couleurs pour les titres, soulignements, ou autre formatage, à l'exception de la couverture.

💡 Si les membres du jury souhaitent une version papier, pensez au temps de livraison des colis. Par exemple, pour rendre la lecture plus agréable, l'une des jeunes docteurs du laboratoire a envoyé un colis contenant une lettre, le tapuscrit, un glossaire plastifié. Les annexes peuvent aussi être rendues accessibles uniquement aux membres du jury de thèse, s'ils-elles le souhaitent, par voie électronique ou sur clef USB (peut être envoyée en amont ou consultable le jour de la soutenance).

2 SEMAINES AVANT LA SOUTENANCE

1 Démarches effectuées par l'Université de Toulouse

Vous recevrez l'autorisation finale de la soutenance et les convocations seront envoyées aux membres du jury et au·à la doctorant·e.

2 Démarches effectuées par l'École Doctorale

L'avis de soutenance sera édité officiellement par l'École Doctorale puis relayé par l'UMR EFTS.

3 Les rapports

Les rapporteur·trices déposent leurs rapports 15 jours avant la soutenance sur ADUM. Ces 15 jours vous permettront de préparer votre soutenance au regard du contenu des rapports.

Le retour des rapporteur·trices (environ vingt pages) vous permettra de préparer votre propos : quelles questions pourraient vous être posées ? Quels éléments sont à souligner ou à éclairer dans votre présentation ? Ces rapports vous permettront de repérer les points forts et les points faibles de votre soutenance "première version".

Pour la création du support de la soutenance, il est préférable d'attendre d'avoir les rapports finaux. La soutenance ne doit pas être une redite de la totalité de votre thèse, et elle peut répondre en partie à ce qui a été soulevé dans les rapports. Pensez aussi à conserver certains éléments de réponse pour le temps de questions.

Le plan de la soutenance est très différent du plan de la thèse puisqu'il ne s'agit pas d'un résumé. Quelle est votre thèse ? Que voulez-vous défendre ?

1 an avant la
soutenance

7 mois avant la
soutenance

2 mois avant la
soutenance

3 semaines avant
la soutenance

2 semaines avant
la soutenance

Le Jour J

Après la
soutenance

La poursuite de
parcours

4 Soutenance blanche

1 an avant la soutenance

Pour la soutenance, il faut vous préparer au mieux à verbaliser la position dans laquelle vous êtes, à être clair. L'organisation d'une soutenance blanche est vivement conseillée, avec des personnes qui pourront vous faire des retours sincères et précis.

7 mois avant la soutenance

Vous pouvez aussi demander un entraînement dans votre salle avec les technicien·nes, pour être sûr que tout fonctionne. Les soutenances se succèdent souvent à la même période : pensez à réserver un créneau d'entraînement directement auprès des personnes concernées !

2 mois avant la soutenance

Si vous avez besoin d'une visioconférence publique, il vous faudra une autorisation de la direction de thèse, de l'École Doctorale et de l'UMR. Le cas échéant, vous devez le prévoir et le tester en amont dans le cas où ces deux dernières ne le prennent pas en charge. Il ne faut pas d'interférence avec la visioconférence du jury !

3 semaines avant la soutenance

- 💡 Noter des repères de temps en bas de vos pages de notes
- 💡 N'hésitez pas à réaliser des soutenances blanches avec vos proches
- 💡 Une relecture des rapports de votre côté, puis avec votre/vos directeur·trices
- 💡 Préparez l'ensemble de votre propos si vous avez peur de vous égarer – à l'inverse, si vous êtes très à l'aise, vous pouvez noter uniquement vos idées sur les diapositives.
- 💡 Préparer des fiches avec les questions qui pourront vous être posées, notamment celles identifiées dans les rapports auxquelles vous n'auriez pas répondu dans votre présentation.

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance

❤️ Les personnes que vous invitez à votre soutenance peuvent être à la fois un soutien et une source de stress supplémentaire. Réfléchissez bien à ce qui vous correspond au mieux.

La poursuite de parcours

LE JOUR J

1 an avant la soutenance

7 mois avant la soutenance

2 mois avant la soutenance

3 semaines avant la soutenance

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance

La poursuite de parcours

♥ Cette période est aussi un challenge émotionnel et psychologique et c'est normal ! Chaque doctorant·e trouve des espaces de décharge. Vous pouvez avoir besoin de vous isoler, de faire du sport, de vous détendre.

♥ Une soutenance de thèse dure environ quatre heures. C'est un moment aussi stimulant qu'épuisant. Il faut profiter de ce moment unique au cours duquel vous pourrez vous exprimer sur le fond et échanger avec des personnes, expertes de la discipline, qui ont lu avec attention, compris et se sont intéressées à votre travail. Économisez-vous ! Pensez à prendre une gourde d'eau et éventuellement quelques en-cas discrets (fruits secs par exemple).

💡 Vous pouvez mobiliser des techniques d'optimisation du potentiel et de relaxation :

- Inspirez profondément, fermez les yeux et imaginez que vous avez deux tigres en laisse dans vos mains. Serrez fort vos mains. Cet exercice est un outil pour aller vers plus de confiance en vous et de sérénité.
- Utiliser une application de cohérence cardiaque comme RespiRelax+.
- ...

💡 Pensez à vos personnes ressources pour gérer les arrivées, orienter les invité·es, préparer la salle du buffet, etc.

1 L'école doctorale

Elle imprime les documents nécessaires et prépare la pochette de soutenance.

2 Les membres du jury

Ils doivent signer la feuille d'émargement, désigner le·la président·e du jury, décider de l'admission (avec ou sans correction) ou de l'ajournement de la thèse, signer le procès-verbal de la soutenance.

3 Défendez votre projet !

Vous devez être convaincu·e et fier·e, défendre votre projet. Vous pouvez adopter une posture d'enseignant·e chercheur·e et non pas en posture de doctorant·e : il faut trouver un équilibre, un positionnement, une approche entre fierté et humilité.

♥ Envisager la soutenance comme le début d'un parcours, une étape dans la vie d'un·e chercheur·e.

1 an avant la soutenance

7 mois avant la soutenance

2 mois avant la soutenance

3 semaines avant la soutenance

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance

La poursuite de parcours

APRÈS LA SOUTENANCE

1 an avant la soutenance

7 mois avant la soutenance

2 mois avant la soutenance

3 semaines avant la soutenance

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance

La poursuite de parcours

♥ Pensez à souffler et à célébrer cette étape !

1 Les modifications

Après la soutenance, votre thèse peut :

- être validée avec correction,
- être validée sans correction,
- ne pas être validée au grade.

Pour les modifications, vous pouvez demander au jury un délai supplémentaire pour avoir le temps de faire des relectures de bonne qualité. En général, vous pouvez compter 1 à 3 mois.

2 Dépôt des versions définitives

Vous devez réaliser le dépôt du fichier PDF de la thèse en version archivage, ainsi que les annexes et l'autorisation de diffusion de la thèse. Cette autorisation est une mise en valeur de votre travail. Il est aussi possible de poser un embargo sur cette diffusion si besoin.

💡 Les démarches de Science Ouverte portent avec elles de nouveaux enjeux liés aux données. Les doctorant-es doivent notamment décider des annexes qui pourront être publiées ou non, au regard des données sensibles qu'elles contiennent. Certain-es décident de ne pas publier les annexes. D'autres considèrent que les données (entretiens, observations) ne sont pas identifiantes et sont donc diffusables et consultables. D'autres enfin en diffusent certaines seulement. Par exemple, les entretiens peuvent être consultés, mais pas les journaux de bord. Le règlement général de protection des données ainsi que la cellule DPO de l'université sont des alliés pour vous aider dans ces décisions.

💡 N'oubliez pas de récupérer votre diplôme officiel également.

LA POURSUITE DU PARCOURS

L'après-thèse peut vous faire traverser des émotions dont vous n'avez pas encore connaissance. Certain·es vivent un équivalent du babyblues; d'autres multiplient les projets ou ont au contraire un besoin intense de se reposer. Que vous ayez envie de passer à autre chose immédiatement ou que vous souhaitiez rester dans le monde de la recherche, la soutenance n'est pas une fin en soi, c'est une étape importante dans le parcours d'un·e chercheur·e !

1 La qualification

La soutenance de thèse est une première étape dans la perspective d'une demande de qualification dans votre discipline. La qualification se demande auprès du Conseil National des Universités (CNU) de la section disciplinaire.

Pour pouvoir y participer, il faut s'inscrire sur la plateforme Odyssée.

Ensuite, il y a une seule période de dépôt chaque année, actuellement entre mi-septembre et mi-décembre. Vous devez constituer un dossier au fur et à mesure de votre parcours doctoral, dans lequel vous donnerez à voir vos publications, vos communications, vos expériences d'enseignement, mais aussi les responsabilités académiques que vous avez pu prendre durant votre thèse. Vous devez ajouter des attestations pour ces différents éléments. N'oubliez pas de valider votre dossier avant le 15 décembre ! Les instructions de candidature sont disponibles sur le site des CNU.

La qualification est valable 4 ans. Il faut donc être stratégique : mesurez vos chances d'avoir un poste. Assurez-vous que vous avez un dossier suffisamment construit. Renseignez-vous aussi sur les postes qui vont s'ouvrir. Est-ce que l'un d'entre eux pourrait correspondre à votre profil et à vos spécialités ?

La publication d'articles scientifiques est l'une des conditions pour la qualification. Pensez à publier un ou des articles - dans des revues qualifiantes - pendant le parcours de thèse ou après la soutenance, si cela correspond au parcours professionnel de votre choix. Il s'agit de l'un des enjeux majeurs des campagnes de recrutement aux postes de Maître·sse de Conférence (MCF).

1 an avant la soutenance

7 mois avant la soutenance

2 mois avant la soutenance

3 semaines avant la soutenance

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance


La poursuite de parcours

2 ATER et Post-doc

En attendant les différentes campagnes, vous pouvez candidater sur les postes d'attaché temporaire d'enseignement et de recherche (ATER) ou sur des post-doc. Les jeunes docteur-es privilégient en général les postes d'ATER qui permettent d'enseigner, de faire de la recherche et d'avoir des responsabilités administratives.

Pour les doctorant.e.s sans financement, vous pouvez chercher des postes d'ATER pendant le parcours doctoral pour acquérir l'expérience d'enseignement dans le supérieur. C'est également un atout pour la qualification.

Si vous visez des postes au sein du CNRS ou des postes de recherches dans des structures privées, le post-doc peut être un choix stratégique.

 Les offres d'emploi sont notamment disponibles sur le portail Galaxie.

3 Postes extérieurs à l'Université

Vous pouvez aussi vous insérer professionnellement dans d'autres types de postes. Durant votre parcours de thèse, vous avez développé une expertise précieuse que vous pouvez valoriser sur le marché de l'emploi. Au sein de l'UMR EFTS, nous avons de nombreux exemples de docteur-es qui ont trouvé une place leur permettant de poursuivre la recherche hors milieu académique.

1 an avant la soutenance

7 mois avant la soutenance

2 mois avant la soutenance

3 semaines avant la soutenance

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance

La poursuite de parcours

4 Statut de chercheur·e partenaire

Le statut de chercheur·euse partenaire permet de conserver un ancrage dans l'UMR EFTS sans avoir un poste universitaire. C'est ce qui vous permet de participer à des colloques, des événements scientifiques, de réaliser des publications en premier.e auteur.e.

Selon le règlement intérieur :

- La demande de rattachement en tant que chercheur·e partenaire, est à l'initiative de l'intéressé·e sur la base d'un projet et d'un CV incluant les publications scientifiques. La décision de rattachement relève du Conseil d'Unité de l'UMR EFTS pour une durée de deux ans. À l'issue des deux ans, la participation effective du·de la chercheur·e partenaire à EFTS est évaluée par le Conseil Scientifique qui transmet au CU pour une décision de reconduction ou non la décision pour une durée de deux ans.
- Pour les docteur·es d'EFTS : le·la docteur·e est associé·e à un seul thème de l'UMR à sa demande pour quatre ans après la thèse. En tant que docteur·e, il ou elle doit participer aux activités du thème et préparer son insertion professionnelle.

1 an avant la soutenance

7 mois avant la soutenance

2 mois avant la soutenance

3 semaines avant la soutenance

2 semaines avant la soutenance

Le Jour J

Après la soutenance

La poursuite de parcours

Les recommandations de nos jeunes docteur·es :

♥ Prendre le temps ! Entre le master et la thèse, mais aussi à la fin de la thèse si nécessaire.

♥ Prendre des vacances, un peu de repos.

♥ Concilier les différents espaces, garder des activités autres que celles liées à la thèse, partir en vacances.

♥ Garder en tête que le travail de recherche est un emploi, même s'il vous habite !

♥ Préparer des publications, au-delà d'être un enjeu important c'est une manière de valoriser votre travail !

♥ Durant l'ensemble de votre parcours de thèse, le maintien d'une bonne hygiène de vie est primordial. Cette rigueur doit vous accompagner jusqu'à la soutenance. Les jeunes docteur·es comparent la thèse à un sport d'endurance. Il faut préserver ses efforts pour travailler dans la durée et faire une performance à la fin, connaître ses limites, s'alimenter correctement et dormir suffisamment. Vous pouvez avoir besoin de vous isoler pendant certaines périodes, mais pensez à maintenir du lien et une vie sociale. Les liens sociaux avec des pairs sont précieux, notamment pour pallier l'isolement de la période d'écriture. Durant l'ensemble de votre parcours, tout est une question d'équilibre.

♥ Concernant la rédaction, le conseil sera toujours de débiter le travail d'écriture de la thèse dès la première année afin d'avoir des parties déjà écrites et corrigées au fur et à mesure. Au dernier moment, un chapitre peut bouger ou être divisé sur plusieurs parties. Si les parties sont déjà rédigées, ce sera évidemment plus facile de faire des modifications à la marge. Durant cette phase, il est aussi nécessaire d'accepter de « modifier son œuvre » et de revenir sur ce que vous pensiez acquis. Le projet et l'écriture mûrissent et c'est bon signe !

SYNTHÈSE DES ÉTAPES

1 an avant la soutenance

Pensez à votre jury de thèse

2 à 3 mois avant la soutenance

Inscription administrative
Le dépôt du dossier de soutenance
Version électronique thèse
Envoi du manuscrit
Prévoir les restitutions au terrain

2 semaines avant la soutenance

Démarches faites par l'Université et par l'école doctorale
Réception des rapports
Soutenance blanche

L'après soutenance

Les modifications
Dépôts des versions définitives

7 mois avant la soutenance

Les relectures
Le parcours de formations
La date de soutenance
La réservation de la salle

3 semaines avant la soutenance

Réservation du buffet/traiteur
Choix des personnes ressources
Impression de la thèse

Le jour J

Défendez votre projet !
Les membres du jury
L'école doctorale

La poursuite de parcours

La qualification
Les post-doc et ATER
Les postes extérieurs à l'Université
Le statut de chercheur·e-associé·e



Remerciements

Ce guide a été réalisé par les coordinatrices (Manon Aussillou Boureau et Jeanne Gente) et les membres du Laboratoire junior (Paul-André Garessus, Léa Gnädig), ainsi que les représentantes des doctorant·es de l'UMR EFTS (Laura Barizza, Yolande Bilouka).

Nous souhaitons remercier les jeunes docteur·es qui nous ont partagé leur expérience de parcours doctoral. Manon Delbreil, Aurélien Lapouge, Naïma Marengo, Sarah Tellier, Julien Virgos : un grand merci pour votre honnêteté et vos conseils, qui nous seront précieux.

Nous remercions également Céline Pottier et Sébastien Reynes. Leurs connaissances ont éclairé - de nombreuses fois - ce guide.