

## GUIDE PRATIQUE POUR S'ORIENTER EN TERMINALE

Etre en terminale, c'est bien sûr préparer le baccalauréat, mais c'est aussi se préparer à choisir.  
Ce n'est pas le Conseiller d'Orientation qui vous "oriente" ou décide à votre place.  
C'est vous-même qui devez choisir votre voie.

**Pour constituer votre projet, vous avez accès à de nombreuses sources d'information :**

### **Pour mieux vous connaître :**

Le Conseiller d'Orientation peut vous aider grâce à certains outils et à des entretiens.

Vous pouvez parler

- à vos professeurs qui vous connaissent au lycée.
- à vos parents et vos collègues qui vous connaissent dans le vie quotidienne.
- à votre médecin pour les éventuels contre-indications médicales.

Comment vos collègues vous voient-ils ?

Comment vos parents vous voient-ils ?

Comment vos professeurs vous voient-ils ?

Qu'est-ce que votre famille attend de vous ? En terme d'études, de métier, de vie ?

### **Pour mieux connaître une ou plusieurs formations :**

Vous pouvez consulter les brochures ONISEP au CDI ou au CIO.

Vous pouvez parler de votre projet d'études avec vos professeurs.

Vous pouvez contacter et aller voir les établissements d'enseignement supérieur.

Le Conseiller d'Orientation est à votre disposition pour répondre à vos questions.

### **Pour mieux connaître un ou plusieurs métiers :**

Vous pouvez consulter les brochures ONISEP - AVENIR au CDI ou au CIO.

Vous pouvez trouver des jobs d'été ou des stages pour mieux connaître le monde de l'entreprise.

Vous pouvez contacter vous-même des professionnels pour les interroger.

Le Conseiller d'Orientation est à votre disposition pour répondre à vos questions.

### **Il faudrait déterminer si :**

votre future formation vous correspond ;

vous avez les ressources, les motivations pour acquérir ce qui éventuellement vous manque ;

votre futur métier vous correspond ;

vous avez les ressources, les motivations pour acquérir ce qui éventuellement vous manque ;

votre future formation amène bien au métier que vous envisagez d'exercer ;

vous avez des solutions de rechange.

Si vous avez un projet, c'est le moment de le vérifier.

Si vous n'avez pas de projet, commencez à réfléchir et parlez-en autour de vous.

## POUR MIEUX ME CONNAITRE

Comment je me vois dans 15 ans ? (au niveau professionnel, familial, personnel, etc...)  
*envisagez le scénario "idéal", le scénario "moyen", le scénario "modeste"*

Où est-ce que j'ai envie de vivre ? (ici ou ailleurs)

Ai-je un projet d'études ? Ai-je déjà choisi une formation pour l'année prochaine ?  
Est-ce que mes résultats scolaires, mes connaissances, ma manière de travailler, mes qualités, mes aptitudes, ma personnalité, mon caractère, mes valeurs sont adaptés à ma future formation ?  
Est-ce que ma future formation m'intéresse vraiment ?  
Eventuellement, quelle formation me conviendrait le mieux ?

Ai-je un projet de métier ou professionnel ? Une idée de métier ou de secteur d'activités ?  
Est-ce que je connais bien mon éventuel futur métier ?  
Comment m'est venue cette idée, ce souhait ?  
Est-ce que mes connaissances, mes représentations concernant ce métier sont justes ?  
Est-ce que ma manière de travailler, mes qualités, mes aptitudes, ma personnalité, mon caractère, mes valeurs sont adaptés à ce métier ?  
Est-ce que ce métier m'intéresse vraiment ?  
Eventuellement, quel métier me conviendrait le mieux ?

### Mes intérêts :

Qu'est-ce qui m'intéresse dans la vie ? (avoir des relations avec les autres, bricoler, lire, etc...)  
Qu'est-ce qui ne m'intéresse pas ?  
Qu'est-ce que je fais en dehors du lycée ?  
Ai-je une passion, des loisirs ? lesquels ?  
Quelles matières scolaires m'intéressent ?  
Quelles matières scolaires ne m'intéressent pas ?  
Qu'est-ce qui au lycée et en dehors du scolaire m'intéresse ? (initiatives, camaraderie, etc...)

### Mes qualités, mes aptitudes, mes défauts :

Quelles sont les matières scolaires où je suis doué, celles qui me paraissent faciles ?  
Quelles sont celles où je rencontre des difficultés, celles qui me paraissent difficiles ?  
Quels sont les domaines en dehors du lycée où je pense être doué ?  
Quelles sont mes aptitudes ? (bonne mémoire, capacités de raisonnement, etc ...)  
Quelles sont mes qualités ? (sociable, précis, travailleur, persévérant ...)  
Quels sont mes défauts ?  
Qu'est-ce que je peux améliorer en moi ?

Je me situe par rapport aux qualités suivantes : réflexion, curiosité, attention, persévérance, autonomie, motivation, maturité, travail, sociabilité, aptitude à la prise de note, esprit critique, organisation, méthode, décontraction, volonté, discipline, sérieux, ambition, imagination, participation, intelligence, capacité d'expression, application, confiance en soi, etc, etc ...

*Connaître ses qualités, défauts, et aptitudes est primordial dans le choix d'un métier ou d'une formation.  
Les formations, les études exigent parfois des aptitudes précises.*

### Mes méthodes de travail :

Comment je travaille ?  
Est-ce que je sais m'organiser ?  
Est-ce que je sais planifier ?  
Je peux travailler de façon autonome ou j'ai besoin d'être encadré ?  
Est-ce que je peux faire plusieurs tâches en même temps ?  
Est-ce que je sais trouver des informations lorsque j'en ai besoin ?  
Est-ce que je sais reconnaître mes négligences et me remettre en question dans mon travail ?  
Est-ce que je peux consacrer encore plus de temps à mon travail ?  
Est-ce que j'ai tendance à m'angoisser, me stresser facilement au travail ?

*Certaines formations demandent beaucoup d'autonomie (universités), d'autres exigent un travail intensif*

*et sont très encadrées (classes prépas), etc...*

### **Mes valeurs :**

Quelles sont les valeurs de mon milieu d'origine ?  
Quelles sont les professions exercées dans ma famille ?

### **Dans ma vie, dans mon métier, qu'est-ce que je privilégie ?**

Aider et être utile aux autres.  
Avoir du temps libre.  
Inventer des choses, des idées, des produits nouveaux.  
Avoir des relations agréables et positives avec mes supérieurs.  
Vérifier à chaque fois le bon déroulement de mes actions.  
Avoir des activités variées, imprévues.  
Réfléchir et avoir la possibilité d'apprendre sans cesse.  
Avoir la reconnaissance des autres et une place prestigieuse dans la société.  
Encadrer et avoir une certaine autorité.  
Avoir un bon salaire.  
Bénéficier de la sécurité de l'emploi.  
Avoir de bonnes conditions de travail.  
Être indépendant et travailler comme je l'entends.  
Avoir des contacts chaleureux et solidaires avec mes collègues.  
Faire de belles choses ou de beaux objets.  
Avoir le genre de vie que je souhaite.

### **Mes traits de caractères :**

Je suis plutôt : réfléchi, impulsif, réservé, timide, sociable, anxieux, pointilleux ?

*Si vous choisissez un métier dans le secteur social, mieux vaudrait être équilibré et sociable.  
Si vous décidez d'être archiviste, il faut aimer être souvent seul.*

### **Ma santé, ma condition physique :**

Suis-je en bonne santé ?  
Quels sont mes problèmes de santé ?  
Mes problèmes de santé sont-ils compatibles avec certains métiers ou formations ?  
Quelle est ma condition physique ? (fort, résistant, endurant, fatigable, etc...)

*Par exemple, si vous êtes daltonien, pas question de travailler dans l'électricité. Si vous êtes myope, vous ne pourrez pas piloter d'avion.*

### **Mes résultats scolaires, ma filière actuelle :**

Quels sont mes résultats scolaires ?  
Quels sont mes points forts ?  
Mes points faibles ?  
Sont-ils suffisants (selon les domaines) pour réaliser mes objectifs d'études ou de profession ?  
Qu'est-ce que je dois améliorer ?  
Qu'est-ce que je peux améliorer ?  
Mon projet d'étude ou de métier est-il réaliste ?  
Sur quoi débouche ma filière d'étude actuelle ?  
Est-ce que le bac que je prépare est bien adapté à mon projet d'étude ou de métier ?

### **Ma façon de décider :**

Je suis plutôt impulsif ? (je me sers de mon intuition)  
Je suis plutôt réfléchi ? (j'hésite longtemps, je pèse le pour et le contre)  
J'attends de voir les opportunités, ce qu'on va me proposer ?  
Je me sers des avis extérieurs en me laissant volontiers influencer ?

## POUR MIEUX CONNAITRE MA FORMATION

### Quels diplômes ?

Une formation, pour quel diplôme ?  
Un diplôme, pour quel métier, quel secteur d'activité, quels débouchés ?  
Y a-t-il un ou plusieurs itinéraires de formation conduisant au diplôme ?  
Le diplôme peut-il conduire à plusieurs métiers ?  
Quelles peuvent être les solutions de remplacement ?

### Le temps d'études :

Pendant combien de temps vais-je étudier ?  
Combien de temps ai-je envie d'étudier ?

*Certaines formations post-bac durent 2 ans d'autres 10 ans.*

### Le coût financier des études :

Quels sont les frais financiers à engager dans ma future formation ? (frais de scolarité, d'inscription, d'hébergement).  
Ma famille a-t-elle les moyens de financer ma future formation ? Sinon quelle solution adopter ?

*Certaines formations sont très coûteuses. Pour un hébergement étudiant comprenant la chambre universitaire, le restau U, le transport et les "à cotés" comptons 3000 frs par mois.*

### Le contenu de la formation :

Qu'est-ce qu'on fait dans ma future formation ? (programmes, coefficients, modes d'évaluation)  
Qu'est-ce qu'elle demande comme investissement en travail ?  
Est-ce une formation plutôt généraliste ou plutôt spécialisée ?  
Y aura-t-il des stages ou non ?

### Le recrutement de la formation :

Est-ce que ma future formation est difficile d'accès ?  
Comment se fait le recrutement dans l'établissement ? (concours, sélection sur dossier, procédure Masalyl, procédure spéciale, dates d'inscription)

*Attention certaines formations sont difficiles d'accès, il y a sélection. Parfois la sélection a lieu en début de cycle (écoles du secteur social ou para-médical, classes prépas), après un an (comme en médecine) ou tout au long du cursus (formations universitaires).*

### Le lieu de formation :

Où est située ma future formation ?  
Est-ce que je suis prêt éventuellement à partir ailleurs pour me former ?  
Est-ce que je peux, sans difficulté, me retrouver seul ailleurs sans parents, ni amis ?  
Est-ce que je préfère rester dans mon environnement familial ?

### Qu'est-ce que je vais privilégier dans mon choix ?

Les débouchés du diplôme ?  
Un lieu d'étude qui me convient ?  
Une durée d'étude qui me convient ?  
Des études qui correspondent à mes moyens financiers ?  
Des études adaptées à mon niveau ?  
Des études adaptées à mes capacités de travail ?  
Des études qui me semblent accessibles ?  
Des études où je retrouve des amis ?

## POUR MIEUX CONNAITRE MON FUTUR METIER

### L'activité :

En quoi consiste le métier ? Qu'est-ce qu'on y fait ?  
Quelles sont les tâches quotidiennes ?  
Quels sont les outils, machines, accessoires utilisés couramment ?  
Quelles techniques, méthodes utilise-t-on ?

### Le relationnel dans le métier :

Travaille-t-on seul ou en équipe ?  
A-t-on plutôt beaucoup de contacts ou peu de contacts avec les autres ?  
Avec quels collaborateurs ou autres professionnels travaille-t-on ?  
Quel est le niveau de responsabilité ?  
A-t-on un rôle plutôt subalterne ou d'encadrement, de commandement ? Quand ?

### Les conditions de travail :

Quel est le statut ? (salarié, artisan, fonctionnaire, profession libérale, etc ...)  
Quel salaire, quelle rémunération ?  
Quels avantages ?  
Quels horaires ? (de bureau, fin de semaine, de nuit, de jour...)  
Quels contraintes ? (déplacement, investissement...)  
Intérieur, extérieur ?  
Bruyant ou non ?  
Salissant ou non ?  
Travail physique ou intellectuel ?  
Travail plutôt routinier ou plein d'imprévus ?

### Profil :

Quelles qualités, connaissances, aptitudes, caractères, valeurs, personnalité, faut-il avoir ?

### Emploi :

Quel diplôme faut-il posséder pour s'insérer ?  
Quelles compétences sont demandées en plus du diplôme ?  
Débouchés du métier ou de la spécialité en terme d'emplois ?  
Comment recrute-t-on et à quel moment ? (entretien, concours, promotion, etc...)  
Secteur porteur ou secteur en déclin ?

### Perspectives de la profession :

Est-ce un métier plutôt ancien ou plutôt nouveau ?  
Dans quel secteur d'activité ? (industrie, agriculture, service, commerce, armée, enseignement ...)  
Dans quelles entreprises ? (PME, grandes entreprises, administrations, etc...)  
A partir du métier, comment peut-on évoluer vers d'autres postes, fonctions ou métiers ?

### Ce que je vais privilégier dans mon choix de métier :

Un métier qui m'intéresse ?  
Un métier offrant des débouchés ?  
Un métier correspondant à mon caractère, ma personnalité ?  
Un métier correspondant à mes valeurs ?  
Un métier correspondant à mes capacités ?  
Un métier que je puisse exercer à côté de chez moi ?