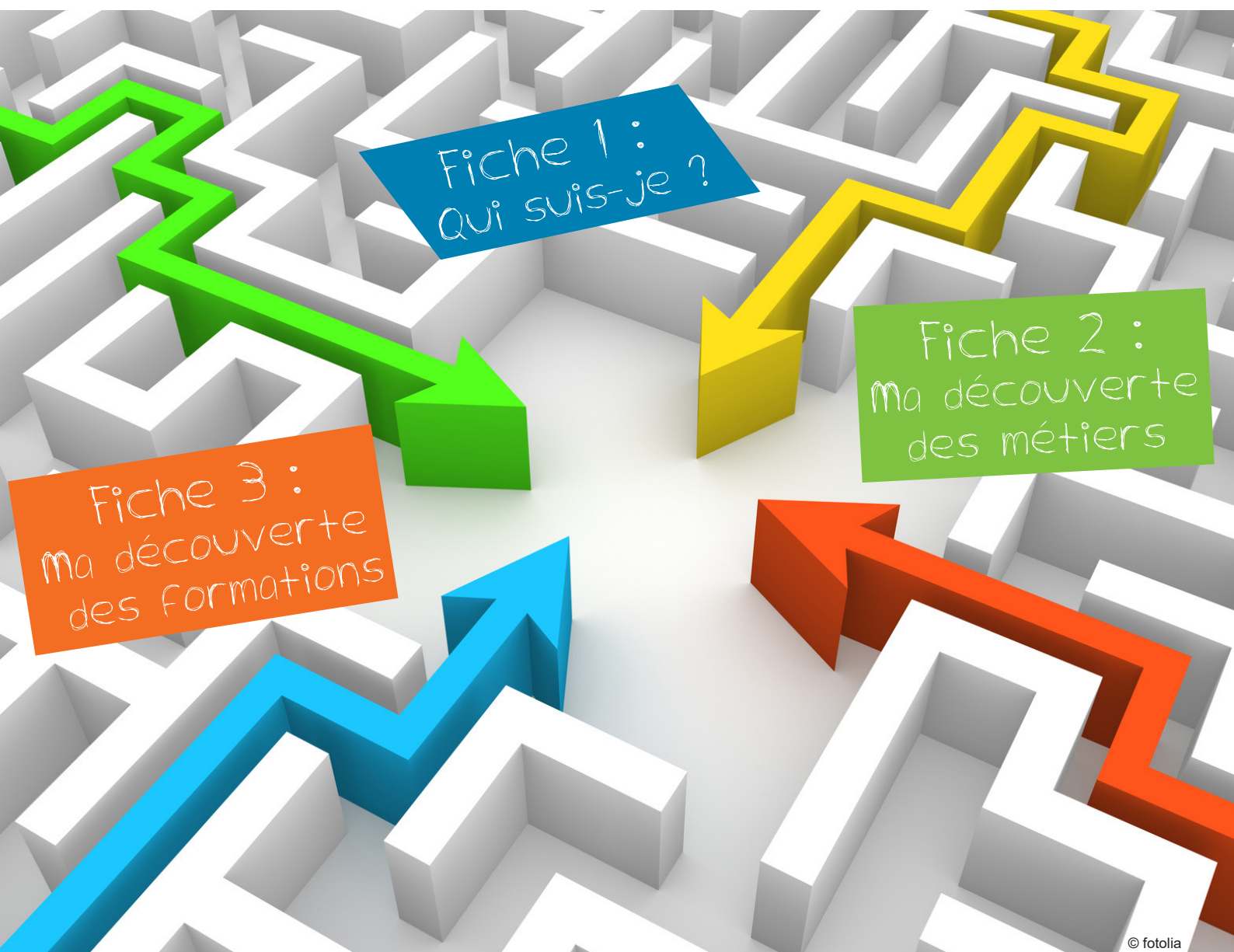


TROUVER SA VOIE : *comment s'y prendre*

Vous êtes au lycée et l'on vous demande de construire un parcours de formation et donc de faire des choix. Choix de bac, choix de filière... Pas de panique. Avec un peu de méthode, on y arrive ! S'orienter c'est enquêter sur vous. Découvrir qui vous êtes, ce que vous aimez ou n'aimez pas. Mais c'est aussi découvrir des métiers et des formations dont vous ne soupçonniez même pas l'existence.



Fiche 1 : Qui suis-je ?

Faire le point sur ses goûts, ses intérêts, ce que l'on a envie de faire plus tard... est la base de tout projet professionnel.

CE QUE JE PEUX DIRE DE MOI

Je liste des adjectifs qui me représentent (calme, désordonné.e, créatif.ve, impatient.e...) mais aussi des situations (je sais travailler à plusieurs, mes amis se confient souvent à moi...).

mes atouts

.....
.....
.....
.....

Je complète la liste en demandant à ma famille, mes amis, mes profs comment ils me perçoivent : mes atouts mais aussi mes points faibles.

mes points faibles

.....
.....
.....
.....

MES MATIÈRES PRÉFÉRÉES

Quelles sont les matières scolaires où je réussis le mieux et celles que je préfère ?

Attention ce ne sont pas forcément les mêmes.

.....
.....
.....
.....

CE QUE J'AIME FAIRE EN DEHORS DES COURS

Les activités artistiques, sportives, manuelles... peuvent être des pistes pour réfléchir à mon avenir professionnel.

mes activités

.....
.....
.....
.....

pourquoi je pratique ces activités ?

.....
.....
.....
.....

ce qui me plaît le +

.....
.....

DANS QUELS SECTEURS PROFESSIONNELS J'AI ENVIE DE TRAVAILLER ?

Plus tard j'aimerais travailler dans quels domaines ? Je coche ceux qui m'attirent.

- | | | |
|---|---|---|
| <input type="checkbox"/> Agriculture | <input type="checkbox"/> Défense | <input type="checkbox"/> Maintenance, entretien |
| <input type="checkbox"/> Architecture, urbanisme, paysage | <input type="checkbox"/> Droit, justice | <input type="checkbox"/> Marketing, publicité |
| <input type="checkbox"/> Art, design | <input type="checkbox"/> Edition, librairie, bibliothèque | <input type="checkbox"/> Médical |
| <input type="checkbox"/> Artisanat d'art | <input type="checkbox"/> Enseignement | <input type="checkbox"/> Paramédical |
| <input type="checkbox"/> Arts du spectacle | <input type="checkbox"/> Environnement | <input type="checkbox"/> Recherche |
| <input type="checkbox"/> Audiovisuel | <input type="checkbox"/> Filière bois | <input type="checkbox"/> Sécurité |
| <input type="checkbox"/> Banque, assurance | <input type="checkbox"/> Fonction publique | <input type="checkbox"/> Social |
| <input type="checkbox"/> Bâtiment et Travaux Publics | <input type="checkbox"/> Hôtellerie, restauration | <input type="checkbox"/> Sport |
| <input type="checkbox"/> Commerce, distribution | <input type="checkbox"/> Informatique et réseaux | <input type="checkbox"/> Tourisme |
| <input type="checkbox"/> Communication | <input type="checkbox"/> Jeu vidéo | <input type="checkbox"/> Traduction, interprétariat |
| <input type="checkbox"/> Comptabilité, gestion, ressources humaines | <input type="checkbox"/> Journalisme | |
| <input type="checkbox"/> Culture, patrimoine | <input type="checkbox"/> Logistique, transport | |

Quels sont les métiers correspondants aux secteurs professionnels que j'ai sélectionnés ?

Je m'aide du site

www.onisep.fr

rubrique **Métier/**

Des métiers par secteur

.....

.....

.....

.....

.....

MES CENTRES D'INTÉRÊT

Je coche ce que j'aime ou ce que j'aimerais faire plus tard.

- | | | |
|--|--|--|
| <input type="checkbox"/> Bouger | <input type="checkbox"/> Le multimédia | <input type="checkbox"/> Faire des expériences scientifiques |
| <input type="checkbox"/> Dessiner | <input type="checkbox"/> Etre aux commandes | <input type="checkbox"/> Faire respecter la loi |
| <input type="checkbox"/> La nature | <input type="checkbox"/> Etre branché.e high-tech | <input type="checkbox"/> Jongler avec les chiffres |
| <input type="checkbox"/> La mode | <input type="checkbox"/> L'audiovisuel | <input type="checkbox"/> Protéger la planète |
| <input type="checkbox"/> Le commerce | <input type="checkbox"/> Le spectacle | <input type="checkbox"/> Réparer, bricoler |
| <input type="checkbox"/> Le sport | <input type="checkbox"/> Les langues vivantes étrangères | <input type="checkbox"/> S'occuper d'animaux |
| <input type="checkbox"/> Les sensations fortes | <input type="checkbox"/> Conduire | <input type="checkbox"/> S'occuper d'enfants |
| <input type="checkbox"/> Le sens du contact | <input type="checkbox"/> Etre un ou une pro du bâtiment | <input type="checkbox"/> Soigner |
| <input type="checkbox"/> Communiquer | <input type="checkbox"/> Etre utile aux autres | <input type="checkbox"/> Travailler de ses mains |

Quels sont les métiers correspondants à mes centres d'intérêt ?

Je m'aide du site www.onisep.fr

rubrique **Métier/Des métiers selon**

mes goûts

.....

.....

.....

.....

COMMENT JE M'IMAGINE PLUS TARD ?

Parmi les propositions qui suivent, je barre ce qui ne me correspond pas.
Plus tard j'ai envie de.....

Etre mon propre patron

Etre salarié.e d'une entreprise

Voyager

Avoir du temps pour mes loisirs

Travailler sans compter mon temps

Rester dans ma région

Habiter à l'étranger

Encadrer une équipe

Ne pas avoir de responsabilités

Utiliser régulièrement des langues étrangères

Travailler dans la fonction publique

Travailler dans le privé

Habiter à la campagne

Habiter en ville

Travailler seul.e

Travailler en équipe

Travailler dehors

Travailler dans un bureau

Autres :

.....

Mon premier bilan

J'utilise mes réponses précédentes pour faire un premier bilan.

Mes 2 principaux atouts :

.....

Les 2 domaines scolaires où je suis le ou la plus à l'aise :

.....

Les 2 principaux secteurs professionnels que j'ai retenus :

.....

Mes 2 principaux centres d'intérêt :

.....

Les métiers pouvant me correspondre :

.....

Plus tard j'ai envie, mes priorités :

.....

**POUR
ALLER
PLUS
LOIN :**

www.lesmetiers.net (rubrique orientation) :

je réalise le test « Pour quels métiers êtes-vous fait ? ».

Il permet de découvrir mes centres d'intérêt dominants et les métiers associés.

Fiche 2 : Ma découverte des métiers

Pour découvrir de nouveaux métiers ou enrichir vos connaissances, pas de secret : consultez la documentation à votre disposition.

- * Dans votre CDI ou au CIO, fouillez dans les casiers du Kiosque Onisep.
- * Sur votre ordinateur, surfez sur le site www.onisep.fr (rubrique Métier).
- * Et comme rien ne vaut le terrain, allez à la rencontre des professionnels qui vous entourent (famille, commerçants...). Participez au «Quart d'heure métiers» lors du Forum du lycéen à l'étudiant en janvier à Mégacité Amiens...

Vous avez trouvé des métiers qui vous intéressent, remplissez le tableau qui suit pour comparer votre profil à celui des métiers.

Ce que je sais de moi (j'utilise la fiche 1 «Qui suis-je ?»)	Ce que je sais des métiers
	Métier 1 : Métier 2 :
Mes centres d'intérêt et mes envies	<p>Activités (nature et conditions de travail)</p>
Mes qualités	<p>Profil (qualités et compétences exigées)</p>
Durée d'études souhaitées <input type="checkbox"/> bac <input type="checkbox"/> 2/3 ans après le bac <input type="checkbox"/> + de 3 ans après le bac <input type="checkbox"/> + de 5 ans après le bac	<p>Etudes nécessaires</p>
Lieux de travail souhaités	<p>Débouchés (type d'entreprise, état de l'emploi, salaire)</p>

Mon deuxième bilan

Métier 1 :

ce métier me correspond : complètement beaucoup moyennement un peu pas du tout

pourquoi ?

Métier 2 :

ce métier me correspond : complètement beaucoup moyennement un peu pas du tout

pourquoi ?

Autres métiers choisis :

Fiche 3 :

Ma découverte des formations

Pour découvrir les formations, ce n'est pas sorcier, il suffit de reprendre la même logique que pour la fiche 2 : « Ma découverte des métiers ».

- * Feuilletez les documents ONISEP au CDI ou au CIO (centre d'information et d'orientation).
- * Naviguez sur le site www.onisep.fr (rubrique Après le bac).
- * Enfin, rencontrez des étudiants, des profs au Forum du lycéen à l'étudiant en janvier et allez aux journées portes ouvertes des établissements.

Vous avez encore des questions ou des doutes ? Prenez rendez-vous avec un ou une psychologue de l'Education nationale dans votre lycée ou au CIO.

Formation choisie :

Les raisons pour lesquelles je choisis cette formation :

.....

Quels débouchés offre cette formation (poursuite d'études, insertion professionnelle, type d'emploi...) ?

.....

Que suis-je capable de décider pour réussir dans la formation souhaitée :

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> M'éloigner de ma famille | <input type="checkbox"/> Travailler en apprentissage |
| <input type="checkbox"/> Faire un parcours différent de celui de mes amis | <input type="checkbox"/> Faire un prêt |
| <input type="checkbox"/> Etre interne | <input type="checkbox"/> Travailler pour financer mes études |
| <input type="checkbox"/> Prendre un logement étudiant | <input type="checkbox"/> Faire des études longues |
| <input type="checkbox"/> Prendre les transports en commun (bus, train...) | <input type="checkbox"/> Apprendre de nouvelles matières |
| <input type="checkbox"/> Quitter mon département | <input type="checkbox"/> Fournir du travail personnel |
| <input type="checkbox"/> Etudier à l'étranger | <input type="checkbox"/> Etudier à la bibliothèque |
| <input type="checkbox"/> Etudier davantage (le soir, le week-end, les vacances) | <input type="checkbox"/> Autres : |
| <input type="checkbox"/> Faire des stages | |
| <input type="checkbox"/> Suivre des cours de soutien | |

Ce que mes parents et amis pensent de ce projet ?

.....

J'envisage aussi d'autres formations :

.....

Mon troisième bilan

Mon projet de formation :

.....

Mes attentes :

.....