

AZIMUT

23 Janvier 2016

**Je ne sais pas quoi faire
–s’orienter malgré l’indécision**

Isabelle Toussaint

CIO de BREST -
LANDERNEAU

Introduction

L'indécision en matière d'orientation

- ▶ - un mal pour un bien?

Se sentir obligé de choisir ou bénéficier de l'embarras du choix ?

Le vécu de l'indécision dépend des croyances relatives à l'orientation

- ▶ => privilégier l'apprentissage de capacités à s'orienter plutôt que de se définir un projet professionnel
- ▶ => rester ouvert au changement
- ▶ - néanmoins, 1^{ère} étape pour avancer : situer les raisons de l'indécision et comprendre que l'orientation n'est pas un état final mais un processus quasi en continu



Exposé en 2 parties

- ▶ Comprendre et sortir de l'indécision
- ▶ 6 raisons d'être indécis et des exemples d'actions pour lever l'indécision

AZIMUT

- ▶ Rencontrer des professionnels –
- ▶ Rencontrer les exposants de formation
- ▶ Sur quoi porter les échanges



I^{ère} partie

Les facteurs de l'indécision



▶ - **POUR VOUS ETRE INDECIS(E), C'EST QUOI ?**

(en quelques mots sur un post-it)



Les facteurs d'indécision

Manque de développement vocationnel => *« Immaturité »*

« Expériences peu capitalisées » <=

**Connaissance de soi insuffisante
(aptitudes, compétences, intérêts ou valeurs)**

**Informations insuffisantes sur les
formations ou les activités
professionnelles**

=> *« Des repères insuffisamment stabilisés »*

« Choisir, c'est toujours renoncer » <=

**Manque de méthode de prise de
décision face à 2 ou plusieurs
options**

Anticipations trop pessimistes

=> *sentiment d'autoefficacité faible*

« obstacles réels ou accentués » <=

Obstacles – projet contrarié



Les facteurs d'indécision

Manque de développement vocationnel

- ▶ *Sentiment que la question du choix du métier arrive trop tôt*
- ▶ *Sentiment d'indifférence par rapport au monde professionnel*

- ⇒ *Avant l'heure, ce n'est pas l'heure ! Ce n'est pas à l'ordre du jour*
- ⇒ *Ex: Projection de soi davantage dans le monde des études que celui professionnel*
- ⇒ *Ne pas encore se sentir concerné(e) par la vie professionnelle (sentiment de ne pas être encore abouti sur la plan personnel)*
- ⇒ *Beaucoup d'affectivité à l'origine des préférences
(identification à un personnage, fixation sur un aspect externe du métier.....)*



Les facteurs d'indécision

▶ **Manque de connaissance de soi**

▶ Sentiment de ne pas suffisamment se connaître

▶ Critères internes nécessaires pour caractériser ce qui intéressant pour soi dans un métier

▶ Sentiment d'avoir peur de se tromper

▶ => Apprendre à réfléchir sur soi

▶ Synthèse , conclusion pour soi après chaque expérience

▶ Comprendre les résultats de ses actions

▶ => Rencontrer un professionnel de l'orientation (entretien, questionnaires, tests, ...) pour parvenir à voir plus clair.

Outils

Se connaître permet de repérer ce qui est intéressant pour soi dans les environnements professionnels



Les facteurs d'indécision

- ▶ **Manque d'information sur les formations et les contenus de métiers**
- ▶ Sentiment de ne pas avoir assez de précisions sur ce qui est requis, sur les évolutions, les activités, ...

- ▶ Face à l'immensité du nombre de métiers, mieux vaut se construire des repères
=> *les fonctions professionnelles*
(*administration-gestion; management; conseil – expertise; innovation-recherche; réalisation; information-communication; commerce –échange; ...*)
- ▶ **Métiers vus de dehors/vécus du dedans:**

Le plaisir au travail et le sentiment de se réaliser : est-ce les activités menées ou le sens que l'on y met ?



Processus de décision en orientation

▶ Interaction entre connaissance de soi et connaissance des activités professionnelles

- ⇒ *Se connaître permet de trouver des points d'accroches dans son environnement et de comprendre pourquoi telle activité attire ou pas*
- ⇒ *Connaître les activités professionnelles donne matière à se questionner sur soi : est-ce que je me verrais, comment je m'y verrais pourquoi ? Qu'est-ce qui motive le professionnel que je rencontre ? Comment cela résonne en moi ou pas?*



Les facteurs d'indécision

- ▶ **Manque de méthode pour choisir entre plusieurs options**
- ▶ Plusieurs études ou métiers m'intéresse mais je n'arrive pas à choisir
- ▶ Est-ce essentiel de choisir maintenant ? Pourquoi ?
- ▶ Les raisons de l'attrance
- ▶ Les atouts et contreparties de chaque option
- ▶ Rencontrer un professionnel de l'orientation
(entretien guidé)



Les facteurs de l'indécision

- ▶ **Anticipation pessimiste**

ex: Peur de ne pas y arriver, de ne pas réussir les diplômes



Ces craintes sont-elles réalistes ou exagérées ?

- ▶ **Obstacle à la réalisation du projet**

- ▶ Mes parents souhaitent autre chose pour moi.

- ▶ Ce qui m'intéresse m'oblige à m'éloigner



- ▶ Stratégies de contournement des obstacles disponibles ?

Travail de remaniement des aspirations à opérer

Transfert d'intérêt sur d'autres objets

C'est très fréquent et souhaitable de pouvoir le faire dans le contexte instable dans lequel nous évoluons



2ème partie
AZIMUT

***QUI RENCONTRER POUR
PARLER D'ORIENTATION ?***



Exposants de formation

- ▶ Une fois en formation, on peut être encore indécis, comment est-on accompagné?
- ▶ De combien de temps on dispose pour se réorienter en cours de formation ? (passerelles)
- ▶ Les diplômés exercent-ils tous dans le domaine où ils ont été formés ?
- ▶ CAP avenir – UBO
UBS, RI, R2
(Licence, PACES,.....)
IUT - DUT
- ▶ Lycées – BTS-CPGE
- ▶ Ecoles (ingénieurs, commerce



Professionnels dans les espaces pro

- ▶ Quel a été votre parcours (quel lien entre la formation et l'emploi?)
- ▶ A 17 ans , ce que vous envisagiez et ce que vous êtes
- ▶ - en quoi cela se ressemble?
- ▶ -en quoi cela est différent?
- ▶ Mer
- ▶ Tertiaire-Commerce
- ▶ Industries- Technologie
- ▶ Aéronautique
- ▶ Fonction publique territoriale
- ▶ Social – Sport
- ▶ Santé
- ▶ Droit
- ▶ Agriculture



Professionnels de l'orientation et accompagnement

- ▶ Si niveau faible d'indécision élargir son champ de recherche en rencontrant des stands nouveaux
- ▶ Si niveau important d'indécision, faire le point sur sa situation et identifier les démarches pour la faire évoluer

Les organismes ressources présents à azimut

- ▶ CIO du Finistère à l'espace CIO
- ▶ Services aux étudiants
- ▶ Cap avenir
- ▶ La Touline
- ▶



Merci de votre attention

