

myOrientation – le choix professionnel en 7 étapes

Aperçu des étapes

1. J'identifie mes intérêts, mes points forts et mes attentes professionnelles

Apprends à mieux te connaître en découvrant ce que tu aimes faire, quels sont tes points forts et les attentes que tu as envers ton futur métier. Questionne également ta famille et tes ami-e-s pour découvrir des qualités auxquelles tu ne penserais pas. Après cette réflexion sur toi-même, des préférences pour certains domaines professionnels vont se dessiner.

L'étape 1 de myOrientation t'aide à définir tes intérêts et tes points forts.

2. J'explore le monde des professions et des formations et je choisis des métiers que je trouve intéressants

Quels sont les métiers qui t'intéressent ? En quoi consistent ces métiers ? Par quels parcours peut-on apprendre ces différentes professions ? Après avoir identifié des professions et formations intéressantes, informe-toi à leur sujet. Il existe différents moyens pour t'informer :

- consulter les fiches descriptives des professions sur le site orientation.ch
- visiter un centre d'information pour consulter une documentation très riche sur les métiers et formations (brochures, DVD, vidéos, etc.)
- parler avec des professionnel-le-s de leur travail quotidien
- effectuer des visites d'entreprises et assister à des séances d'information

L'étape 2 de myOrientation te guide à travers la masse d'informations à disposition.

3. Je compare mes points forts avec les qualités requises et les conditions d'admission des métiers et formations qui m'intéressent

Identifie ce que demandent les métiers qui t'intéressent. Fais ensuite un premier bilan en comparant les exigences des métiers avec tes points forts. Si tu as de la peine à faire cette comparaison, envisage de faire appel à un-e psychologue conseiller-ère en orientation qui pourra t'aider à y voir plus clair.

L'étape 3 de myOrientation te permet de clarifier les exigences des métiers.

4. Je découvre concrètement les métiers qui m'intéressent le plus lors d'un stage

Les stages sont un excellent moyen de te confronter à la réalité d'un métier et de savoir si tu as envie d'exercer cette profession. Pour que les stages soient bénéfiques, il est important de bien choisir les métiers que tu veux découvrir plus concrètement, de bien te préparer, de tenir un journal de stage et d'évaluer l'expérience vécue.

L'étape 4 de myOrientation te donne des conseils pour trouver et bien préparer tes stages.

5. Je compare les métiers sélectionnés et définis mon projet professionnel

Pour définir ton projet professionnel, il est important de comparer les métiers envisagés sur la base d'un ensemble de critères comme par exemple ton niveau

scolaire, les perspectives professionnelles, ton état de santé ou les conditions d'admission. Cette comparaison te permettra de te décider pour un métier ou une formation.

L'étape 5 de myOrientation t'aide à définir ton projet professionnel.

6. Je concrétise mon projet en cherchant une place d'apprentissage ou en m'inscrivant à une école

Après les étapes de réflexion, d'exploration, de questionnement et de décision vient le temps d'effectuer les démarches pour que ton projet devienne réalité. Cherche une place d'apprentissage en constituant tes dossiers de candidature et en te préparant aux entretiens d'embauche ou inscris-toi dans l'école de ton choix. Renseigne-toi sur les éventuels stages de sélection, examens d'aptitudes, délais d'inscription et examens d'entrée.

L'étape 6 de myOrientation te donne des conseils pour la recherche d'une place d'apprentissage ou l'inscription à une école.

7. Je me prépare à mon apprentissage ou à ma formation en école

Fais-toi une idée de la vie d'apprenti-e en lisant des témoignages et renseigne-toi sur les différents aspects liés à l'apprentissage. Si tu choisis une formation en école, mets le temps qu'il te reste à profit en améliorant par exemple ton niveau scolaire ou en apprenant une langue étrangère.

L'étape 7 de myOrientation te donne des pistes pour bien préparer ton apprentissage ou ta formation en école.

Qui peut te soutenir dans cette démarche ?

Choisir une profession demande du temps et peut parfois être compliqué. C'est pourquoi il ne faut pas hésiter à te faire aider à un moment ou à un autre:

- À l'école, un certain nombre d'heures sont dédiées au choix professionnel. Ton enseignant-e te connaît bien et peut t'apporter son aide, notamment pour évaluer si tu as le niveau scolaire pour réaliser ton projet.
- Fais part de tes réflexions et interrogations à tes parents. Ils sont bien placés pour te soutenir et t'aider durant cette période du choix professionnel.
- L'office / service d'orientation de ta région met de nombreuses ressources à ta disposition. Tu peux également prendre un rendez-vous avec un-e psychologue conseiller-ère en orientation pour t'aider à y voir plus clair dans les étapes importantes.
- Tu as certainement des ami-e-s qui sont dans la même situation que toi. Demande-leur ce qu'ils/elles pensent de tes réflexions et de ton projet.