

Fiche pratique n°3 : SE RÉORIENTER

De bonnes questions à se poser

- **Vous avez entrepris des études supérieures qui ne vous plaisent pas, ou bien vous êtes en difficulté. Vous souhaitez changer de formation mais vous êtes indécis.e ou perdu.e concernant votre orientation :**

Se réorienter n'est pas dramatique. De nombreux étudiants se réorientent après une première année d'études supérieures ou même parfois après plusieurs années. Choisir une voie de formation, et qui plus est un métier, n'est pas chose aisée. Cela demande une certaine maturité. **Pour bien choisir, il est nécessaire de s'interroger sur soi**, sur ses goûts, ses points forts ou faibles, ses qualités, ses compétences scolaires et extrascolaires, ses valeurs.

<http://www.onisep.fr/Decouvrir-les-metiers/Des-metiers-selon-mes-gouts/Quiz-quels-metiers-pour-moi>

Il est important de **dresser un bilan de la formation dans laquelle vous êtes pour ne pas la fuir mais véritablement la quitter en connaissance de cause.** Pour cela, il est nécessaire de :

- examiner la manière dont les cours étaient organisés pour savoir si vos méthodes de travail étaient adaptées,
- revoir les contenus des cours que vous avez suivis et vous demander s'ils correspondaient vraiment à vos intérêts,
- considérer le contexte dans lequel vous étudiez actuellement. Est-il propice à des études ?

A chaque étape de ce bilan, **demandez-vous ce qui vous plaît, ce qui vous déplaît et pourquoi.**

A la fin de ce bilan, tentez de faire le lien avec votre projet professionnel. Si vous n'en avez pas, il vous est possible d'en élaborer un.

- **Comment construire un projet personnel et professionnel ?**

Vous devez explorer 3 grands domaines :

- la connaissance de soi
- la connaissance des formations
- la connaissance des métiers

Comment mieux se connaître ?

Pour mieux vous connaître, il est nécessaire que vous exploriez vos goûts, vos intérêts et vos valeurs pour prendre conscience de ce qui est le plus important pour vous. **Des questionnaires d'intérêts existent** en ligne pour vous permettre d'y voir plus clair.

Vos bulletins et autres relevés de notes vous donnent également des informations qualitatives et pédagogiques sur votre niveau académique et votre attitude par rapport au travail.

Comment mieux connaître les formations qui s'offrent à vous ?

De nombreuses sources d'information sont proposées, notamment sur les sites de l'ONISEP, du CIDJ, de Parcoursup, de l'Etudiant et des établissements d'enseignement supérieur.

Les journées portes ouvertes (JPO) organisées par les établissements, les visites des salons d'orientation et les rencontres avec les étudiants et/ou les enseignants constituent aussi des sources d'information complémentaires intéressantes.

Comment mieux connaître les métiers ?

Vous pouvez consulter les [fiches métiers ONISEP](#), visionner des vidéos de professionnels, faire des interviews de professionnels à l'occasion d'enquêtes métier, de stages ou encore de jobs.

Les questionnaires d'intérêts concluent en général par une liste de métiers qui proposent des pistes.

➤ Quelles sont les bonnes questions à vous poser pour vous réorienter ?

Voici **quelques questions** qu'il est bon de se poser avant de faire son choix (liste non exhaustive) :

- Quelles étaient mes matières fortes au lycée ? Mes matières préférées ?
- Est-ce que je souhaite faire des études plutôt courtes (Bac +2/+3) ou plutôt longues (Bac +5) ?
- Ai-je plutôt envie de suivre des études théoriques ou au contraire professionnalisées ou avec des applications concrètes ?
- Ai-je la possibilité et l'envie de faire des études en formation initiale ou en apprentissage, ce qui me permettrait de gagner un peu d'argent rapidement ?
- Ai-je besoin d'être encadré.e ou suis-je plutôt autonome dans ma façon de travailler ?
- Quels sont les enseignements positifs que je peux retirer de l'expérience de ma première année d'études supérieures, même si je n'ai pas réussi ?
- Qu'est-ce que j'ai découvert sur mon propre fonctionnement : méthodes de travail, intérêts, motivation ?
- Qu'est-ce que j'ai appris sur le domaine d'études que j'ai suivi ?
- Ai-je, en dehors des études, des centres d'intérêt et des compétences, que j'aimerais développer professionnellement ?
- Répertoriez les expériences professionnelles (petits boulots ou stages) que vous avez faites qui pourraient être source d'inspiration pour des secteurs professionnels que vous pourriez investir.
- Avez-vous déjà rencontré des professionnels (connus ou inconnus) auxquels vous aimeriez ressembler ?
- Etes-vous prêt.e à vous engager dans des "métiers-passions" pour lesquels les débouchés professionnels sont incertains comme les métiers artistiques par exemple, ou préférez-vous une certaine sécurité de l'emploi et des débouchés professionnels ?
- Procédez aussi par élimination : qu'est-ce que vous n'aimeriez surtout pas faire ?

Vous avez terminé votre bilan ? Vous pouvez alors vraiment faire un choix d'orientation éclairé.

Vérifiez bien que la formation que vous avez choisie répond à tous vos critères. **Si vous n'êtes pas certain.e, n'hésitez pas à prendre conseil.** La rencontre avec un conseiller même par téléphone ou en visio-conférence peut vous aider à verbaliser des interrogations intérieures et à y trouver des réponses.

- Pour les plus indécis.e.s, sachez qu'il existe aujourd'hui des diplômes d'université (**DU Paréo** à l'université de Paris et l'université Paris 13 Villetaneuse ; ouverture d'un autre **DU Prep'Avenir** à l'université d'Evry en septembre 2020), qui vous permettent de renforcer votre culture générale, améliorer vos méthodes de travail et prendre le temps de mûrir un projet à partir de différentes activités (recherche d'information, enquêtes métiers, rencontres de professionnels, stages) durant une année universitaire.
- **Pour connaître les modalités d'inscription, consultez la fiche pratique n°1.**

➤ **Quels sont les moments propices pour vous réorienter ?**

Deux moments de l'année d'enseignement supérieur sont propices pour vous réorienter :

- **à la fin du semestre 1** (la demande de réorientation au 2^e semestre est possible à partir du mois de novembre. Le CIO des Enseignements supérieurs publie une brochure annuelle recensant les modalités) ;
- **à la fin de la première année** (il vous faut alors constituer un dossier sur Parcoursup*).

Il vous est possible de vous réorienter au sein de votre université, dans une autre université ou bien dans une autre école.

*Parcoursup est une plateforme de pré-inscription dans l'enseignement supérieur qui obéit à un calendrier précis. **Cette année, les vœux pourront être saisis du 20 janvier au 11 mars 2021.**

Si vous avez des questions :

Le CIO des Enseignements supérieurs vous répond à l'adresse : ce.ciosup@ac-paris.fr

Le service *Mon orientation en ligne* de l'ONISEP vous répond par téléphone, tchat ou mail.

Les services d'information et d'orientation des universités parisiennes vous répondent par mail :

Panthéon-Sorbonne : scuio@univ-paris1.fr

Panthéon-Assas : cio@u-paris2.fr

Sorbonne Nouvelle Paris 3 : sio@sorbonne-nouvelle.fr

Sorbonne Université Lettres : lettres-scuioip@sorbonne-universite.fr

Sorbonne Université Sciences : sciences-dfipve-soi@sorbonne-universite.fr

Université de Paris : oreo@u-paris.fr

Paris Dauphine PSL : scuio@dauphine.fr