



# CHOISIR

## ENTRE DIFFERENTS METIERS, FORMATIONS ...

FICHE 1 : REFLECHIR A VOS ELEMENTS DE CHOIX .....	2
FICHE 2 : CONNAITRE LES FACTEURS DE CHOIX.....	3
FICHE 3 :COMPARER LES FORMATIONS AVANT DE CHOISIR.....	4
FICHE 4 : CHOISIR SA LICENCE PROFESSIONNELLE.....	6
FICHE 5 : CHOISIR SON MASTER PROFESSIONNEL .....	7
FICHE 6 : CHOISIR L'ALTERNANCE ? .....	8
FICHE 7 : TROP DE CHOIX ? .....	9



## FICHE 1 : REFLECHIR A VOS ELEMENTS DE CHOIX

*Le choix est multifactoriel c'est-à-dire qu'il est le résultat de l'interaction de plusieurs facteurs : quels facteurs ?*

*Spontanément, quels éléments selon vous ont une influence sur votre choix d'orientation ?*

Notez-les comme ils vous viennent à l'esprit.  
*Par exemple, les intérêts...*

Puis, classez ceux qui peuvent constituer des facteurs favorisants et ceux qui sont des obstacles

Facteurs favorisants	Obstacles
<i>Par exemple, se sentir compétent</i>	<i>Par exemple, le coût de la formation</i>

Et parmi les obstacles, ceux sur lesquels vous pensez pouvoir agir directement ou indirectement.

*Par exemple, quelles aides pour assumer le coût de la formation ? Comment procéder pour en avoir connaissance ?...*



## FICHE 2 : CONNAITRE LES FACTEURS DE CHOIX

*Le choix est multifactoriel. Certains facteurs sont personnels, d'autres extérieurs. Voici une liste de certains de ces facteurs agissant dans les choix d'orientation :*

### Vos intérêts<sup>1</sup>

Vos préférences, attirances pour certaines activités, des environnements particuliers (être dehors), des types de personnes (j'aime me trouver avec des sportifs, des personnes âgées...) ont sûrement influencé votre choix.

Spontanément, quels sont vos centres d'intérêts ?

### Vos compétences

Dans quel domaine, quelle activité, discipline, quel sport... vous sentez-vous compétent, capable de mener votre tâche avec succès ? Sachez que plus on se sent compétent dans un domaine, plus ce sentiment vient renforcer l'intérêt qu'on lui porte.

Où vos compétences se situent-elles ?

### Votre personnalité

C'est le « style personnel » composé des attitudes et de la manière d'appréhender le monde, les autres et soi-même.

Quels traits de personnalité avez-vous ? Demandez à vos proches, ils ont un regard extérieur sur vous.

### Vos valeurs personnelles et professionnelles

Adhérer à des valeurs consiste à envisager que certains comportements, certaines approches de la vie sont préférables, voire supérieures à d'autres (s'épanouir dans son travail, dominer les autres, participer à un fonctionnement consensuel, avoir du temps libre...).

Quelles sont vos valeurs ? Quels points incontournables ou importants souhaitez-vous trouver dans votre environnement ?

### Votre parcours antérieur

Il renseigne sur vos choix (ou non choix), vos réussites (et/ou échecs), vos intérêts au fil des ans ...

Qu'y a-t-il dans votre parcours qui explique votre situation actuelle ? Et que trouve-t-on dans votre parcours qui influencera le parcours à venir ?

### Votre projet

Si vous avez déterminé un ou des projets, vous élaborerez le parcours vers sa réalisation.

Comment réaliser votre projet ? Par où devrez-vous passer pour le mettre en œuvre ?

### Les finances

Certains choix ont un coût financier : déménagement, loyer, coût de certaines formations, achat de matériel. Renseignez-vous auprès du CLOUS, 2 Avenue Le Gorgeu à Brest 02 98 03 38 78.

<sup>1</sup> Le site "Mon Bilan" vous permet de faire le point que la plupart des facteurs évoqués ici.

## FICHE 3 : COMPARER LES FORMATIONS AVANT DE CHOISIR

## Méthode

- “ Listez toutes les formations qui existent et qui correspondent aux critères que vous avez déterminés [type de formation (DUT, BTS, Licences professionnelles, Masters, Doctorats, Diplômes d'Ecoles de commerce ou d'Ingénieur, Diplômes d'Etats.....) prérequis, contenu du programme, formation en apprentissage ou non, durée des stages, coût, localisation géographique]
- “ Comparez les différentes formations (à l'aide du tableau ci-dessous)
- “ Essayer d'obtenir auprès de votre scolarité, de vos enseignants ou de Cap'Avenir<sup>2</sup> des informations sur les stages effectués par des anciens, et leur devenir (annuaire d'anciens, liste d'entreprises ayant accueilli des stagiaires)
- “ en fonction de vos possibilités multipliez les dossiers de candidature.
- “ Enfin, pensez à tenir un calendrier des candidatures à envoyer

## Application

caractéristiques	Choix Formation 1	Choix Formation 2	Choix formation 3
Intitulé détaillé			
Etablissement Localisation géographique			
Coordonnées complètes			
Statut (public, privé) Coût de la formation			
Prérequis (niveau, type de parcours, compétences particulières...)			
Disciplines en 1 <sup>ère</sup> année (et volume horaire)			
Disciplines en 2 <sup>ème</sup>			

<sup>2</sup> lien enquêtes observatoire

# CHOISIR



<b>année (idem)</b>			
<b>Disciplines en 3<sup>ème</sup> année</b>			
<b>Stages (nombres et durée)</b>			
<b>International? (langues, conférences, stage/semestre à l'étranger, ToEIC...)</b>			
<b>Options/ spécialisations</b>			
<b>Entreprises partenaires/ intervenants extérieurs</b>			
<b>Types de débouchés /insertion professionnelle</b>			
<b>Processus de recrutement (dossier, tests, concours, entretien...)</b>			
<b>Vie associative, avis du BDE/association</b>			
<b>Date de retrait du dossier</b>			
<b>Date limite de dépôt du dossier</b>			
<b>Coût de la candidature</b>			
<b>Pièces à joindre</b>			
<b>Les points positifs</b>			
<b>Les points négatifs</b>			



## FICHE 4 : CHOISIR SA LICENCE PROFESSIONNELLE

### VOTRE PROJET

Premier élément à prendre en compte pour votre choix de licence professionnelle : votre projet ! Il peut s'agir d'un intérêt pour un domaine (la finance, le tourisme, ...), une matière (le droit de l'immobilier, la biologie...) ou un métier. Plus vous arriverez à définir avec précision ce que vous aimeriez faire, dans quel type de service, de structure, d'entreprise, ..., vous aimeriez travailler une fois diplômé(e), plus votre choix de licence(s) sera évident.

### LES SOURCES D'INFORMATIONS

Avec plus de 2000 licences pro en France, on peut vite se retrouver dépassé dans sa recherche d'informations. Pour vous simplifier la tâche, vous trouverez ci-dessous des liens vers des listes des formations :

<http://diplodata.u-bourgogne.fr/index.php> (attention : cette base de données n'est plus actualisée depuis septembre 2019.

<http://www.onisep.fr/>

(Pour vous informer sur les débouchés des licences pro : consultez la fiche « **Les débouchés de ma filière** »)

### VOS CANDIDATURES

Sachez qu'il n'y a pas de limites de candidatures, vous pouvez postuler à autant de formations que vous le souhaitez. La sélection a lieu sur dossier. Votre dossier comportera à la fois une partie universitaire (vos notes, vos diplômes ...) et une partie motivation qui prendra en compte votre parcours (stages, expériences professionnelles, bénévolat, ...) et votre projet (encore lui !) après l'obtention du diplôme.

Vous pourrez vous reporter aux dossiers « *Mon Bilan* » et « *Mes candidatures* » pour vous aider dans la préparation de votre admission.

### LE STAGE

Dans une formation professionnelle, le stage est extrêmement important puisqu'il va conditionner en partie votre future insertion professionnelle. Essayez donc de trouver un stage qui colle au plus près de ce que vous aimeriez faire une fois diplômé(e).

Le stage peut être l'élément de spécialisation qui manque à votre licence. Par exemple, si vous souhaitez travailler dans la gestion de structure culturelle et que vous êtes dans un licence de gestion de structure généraliste, c'est en effectuant votre stage dans un musée, une salle de spectacle... que vous donnerez à votre CV les éléments pour pouvoir ensuite postuler aux offres dans le domaine culturel.

La durée de stage précisée sur les plaquettes est souvent la durée minimum requise pour pouvoir prétendre valider la licence, une durée plus grande peut donc être envisageable.

Pour vos recherches de stages, Cap'Avenir dispose de nombreux annuaires d'entreprises (dont le Kompass), et d'annuaires thématiques (social, agro-alimentaire, tourisme, guide de l'eau...).



## FICHE 5 : CHOISIR SON MASTER

*L'après-licence implique la spécialisation et donc le choix. L'objectif de cette fiche est de vous donner des pistes dans la réalisation de celui-ci.*

### VOTRE PROJET

Premier élément à prendre en compte pour votre choix de master : votre projet ! Il peut s'agir d'un intérêt pour un domaine (la finance, le tourisme, ...) une matière (le droit des affaires, l'anglais...) ou un métier.

Plus vous arriverez à définir avec précision ce que vous aimeriez faire, dans quel type de service, de structure, d'entreprise ... vous aimeriez travailler une fois diplômé(e), plus votre choix de master(s) sera évident.

### LES SOURCES D'INFORMATIONS

Avec près de 10000 masters en France, on peut vite se retrouver dépassé dans sa recherche d'informations. Pour vous simplifier la tâche, vous trouverez ci-dessous des liens vers des bases de données masters :

- <http://diplodata.u-bourgogne.fr/index.php> (attention : cette base de données n'est plus actualisée depuis septembre 2019.)
- <http://www.onisep.fr/>
- <https://www.trouvermonmaster.gouv.fr/>

(Pour vous informer sur les débouchés des masters : consultez la fiche « **Les débouchés de ma filière** »)

### VOS CANDIDATURES

Sachez qu'il n'y a pas de limites de candidatures pour les masters, vous pouvez postuler autant que vous le souhaitez. (Si vous jugez qu'il y a vraiment trop de choix, reportez-vous à la fiche « Trop de choix ? » pour vous aider à faire le tri). Lorsqu'il y a une sélection (ce qui est majoritairement le cas pour entrer en Master), celle-ci a lieu sur dossier. Votre dossier comportera à la fois une partie universitaire (vos notes, vos diplômes, vos travaux ...) et une partie motivation qui prendra en compte votre parcours (stages, expériences professionnelles, bénévolat, ...) et votre projet (encore lui !) après l'obtention du diplôme.

Vous pourrez vous reporter aux fiches « Mon Bilan » et « Mes candidatures » pour vous aider dans la préparation de votre admission en master sélectif.

### STAGE ET SPECIALISATION

Dans une formation professionnelle, le stage est extrêmement important puisqu'il va conditionner en partie votre future insertion professionnelle. Essayez donc de trouver un stage qui colle au plus près de ce que vous aimeriez faire une fois diplômé(e).

Le stage peut être l'élément de spécialisation qui manque à votre master. Par exemple, si vous souhaitez travailler dans la direction de structure culturelle et que vous êtes dans un master de direction de structure généraliste, c'est en effectuant votre stage dans un musée, une salle de spectacle... que vous donnerez à votre CV les éléments pour pouvoir ensuite postuler aux offres dans le domaine culturel.

La durée de stage précisée sur les plaquettes est souvent la durée minimum requise pour pouvoir prétendre valider le master, une durée plus grande peut donc être envisageable.

Pour vos recherches de stages, Cap'Avenir dispose de nombreux annuaires d'entreprises, et d'annuaires thématiques (social, agro-alimentaire, tourisme, guide de l'eau...).



## FICHE 6 : CHOISIR L'ALTERNANCE ?

*On entend beaucoup parler de l'alternance : de quoi s'agit-il vraiment ?*

### 1. Qu'est-ce que l'alternance ? Ses objectifs.

Tout d'abord le terme alternance signifie que l'**on alterne** (on passe de l'un à l'autre) entre la formation en école, université, centre de formation d'apprentis pour une partie de son temps...et la formation dans une entreprise.

Le premier objectif de l'alternance est la formation qui permet l'acquisition de diplômes et qualifications.

### 2. Quelques formations en alternance

- Le contrat d'apprentissage : s'adresse en règle générale aux 16-25 ans. Il est formalisé par un contrat d'apprentissage signé par l'apprenti et l'employeur. Ce contrat permet de préparer des diplômes de tous niveaux du CAP aux diplômes de l'enseignement supérieur. Les cours se déroulent en Centre de Formation d'Apprentis : tous ne préparent pas aux mêmes diplômes, certains sont rattachés à des universités, des écoles.

- Le contrat de professionnalisation : il s'adresse également en priorité aux 16-25 ans. Son objectif est de former en 6 à 24 mois des jeunes sans qualification ou souhaitant compléter leur formation initiale. Il ne débouche pas nécessairement sur l'obtention d'un diplôme.

Qu'il s'agisse du contrat d'apprentissage ou de professionnalisation, le candidat à l'alternance doit trouver l'entreprise qui s'engagera à le former.

### 3. Est-ce mieux ou pas ?

Il n'y a pas de réponse type. Certains se sentent à l'aise dans la structure scolaire ou universitaire qui correspond bien à leurs attentes ; d'autres s'épanouiront dans une approche plus concrète du métier en entreprise et sont prêts à en adopter le rythme et la culture. Ce n'est donc pas un choix à la légère.

### 4. Quelles démarches et réflexions préalables ?

Tout d'abord, avez-vous envie d'entrer dans la vie active ? Vous y sentez-vous prêt ? Quelle formation, dans quel domaine, à quel niveau de qualification souhaitez-vous préparer ? Est-ce possible ?

- Connaissez-vous bien l'organisation de la formation ? :
  - quel est le rythme de l'alternance (15 jours par mois ou 2 jours par semaine de formation théorique ?),
  - où le centre de formation se trouve-t'il ?,
- Connaissez-vous l'organisation de la vie en entreprise ?
- Comment allez-vous entreprendre les démarches de recherche d'entreprise ?

### 5. La législation du travail

Qui dit contrat de travail, dit législation du travail qui définit les temps de formation et de travail, les conditions de travail, les droits et devoirs du jeune et de l'entreprise.

Sur le site du Ministère du travail et de la solidarité vous trouverez des fiches pratiques sur les contrats de travail : <http://www.travail-solidarite.gouv.fr>



## FICHE 7 : TROP DE CHOIX ?

*Beaucoup de métiers, formations ou domaines vous intéressent et vous vous sentez bloqué dans votre réflexion quant à votre orientation et dans vos choix. Vous trouverez ci-dessous des conseils et méthodes pour faire le tri parmi tous ces éléments.*

### Trop de métiers ?

La liste des métiers qui peuvent vous intéresser est très longue et vous ne savez lequel choisir. Les intérêts professionnels ne sont pas les seuls critères que vous pouvez utiliser pour choisir un ou plusieurs métiers. En effet, le nombre d'années d'études, la sélection à l'entrée en formation, les salaires, les perspectives d'évolution de carrière, les horaires, vos valeurs professionnelles<sup>3</sup>, les déplacements, l'emploi... sont autant d'éléments qui vous permettront de faire le tri parmi ces métiers. Inspirez-vous du tableau de la fiche « comparer les formations avant de choisir » pour réaliser ces comparaisons entre métiers.

Le site [cleor.bretagne.bzh/](http://cleor.bretagne.bzh/), peut aussi vous aider dans ce tri sur plusieurs des critères évoqués ci-dessus.

### Trop de formations ?

Vous savez où vous voulez arriver mais mille chemins y mènent, alors lequel prendre ?

Différents éléments sont à prendre en compte, dont certains que vous retrouverez dans la fiche « comparer les formations avant de choisir ».

Lorsque les formations qui vous intéressent sont sélectives, multipliez les candidatures, vous opérerez le choix lorsque vous aurez eu les réponses des organismes de formation.

Renseignez-vous sur les débouchés réels de ces formations grâce aux enquêtes d'insertion<sup>4</sup>. Le coût des études peut être un élément de tri également. Eventuellement, consultez les offres d'emploi auquel vous pourriez postuler une fois diplômé : vous pourrez avoir des informations quant aux formations les plus demandées par les employeurs.

Prenez aussi en compte vos goûts pour départager les lieux de formation : voulez-vous étudier dans une grande ville ? Une petite Université ? Près de la mer ?... Aurez-vous des contacts près de votre futur lieu de formation ? Le cadre de vos études n'est pas à négliger non plus dans votre choix.

Et n'hésitez pas à rencontrer un chargé d'orientation de Cap'Avenir pour vous accompagner dans ces démarches

<sup>3</sup> Voir la partie « Mon Bilan » pour plus d'informations sur celles-ci

<sup>4</sup> Voir la fiche « Les débouchés de ma filière »

