



Fiche élève

Préparer son entretien personnalisé d'orientation

Au cours du 1^{er} ou 2^e trimestre de l'année de terminale, vous bénéficierez d'un ou plusieurs entretiens d'orientation avec un de vos deux professeurs principaux. Cet entretien a pour objectif de faire le point sur votre projet d'études et d'en extraire des pistes d'actions pour poursuivre vos recherches. Il doit vous aider à formuler vos intentions (→ **fiche Dialogue au 1^{er} trimestre**), qui deviendront des choix d'orientation. Voici quelques conseils pour vous aider à préparer cet entretien.



Choisir, une première étape dans votre parcours postbac

Les procédures et démarches liées à vos choix d'orientation peuvent être un peu angoissantes et vous empêcher de vous projeter dans l'avenir souvent par peur de vous tromper. Préparer son entretien d'orientation et parler des parcours de formation avec votre professeur principal ne sont pas toujours des actions faciles à mettre en œuvre.

Sachez tout d'abord que toute votre vie ne se joue pas dans les vœux que vous allez formuler dans Parcoursup! Vous allez construire votre parcours de formation et professionnel en fonction de vos expériences, de vos rencontres, de vos compétences, et donc tout au long de votre vie... Ces vœux sont importants et impliquent que vous soyez pleinement investi, mais ne paniquez pas à l'idée de vous tromper : des passerelles existent, des réorientations sont possibles et des opportunités se présenteront à vous.

N'hésitez pas à parler de vos inquiétudes, de vos doutes ou de vos questionnements lors de l'entretien avec votre professeur.



S'informer

Avant l'entretien, s'informer sur les formations et les métiers susceptibles de vous intéresser est la priorité. Établissez une liste des formations et/ou métiers qui ont retenu votre attention et listez les points positifs et les points négatifs.

> Sur le web

Sites généralistes, sites d'écoles ou de fédérations de professionnels, l'offre d'information sur le web est importante et il n'est pas toujours facile de savoir si elle est fiable et de qualité. Demandez l'avis de vos professeurs et/ou du psy-EN (psychologue de l'Éducation nationale). Vous pouvez également consulter le site de l'Onisep :

www.onisep.fr : des rubriques pour s'informer sur l'enseignement supérieur (« Formation > Après le bac »), les secteurs professionnels (« Métier »), l'apprentissage (« Vers l'emploi »).

Grâce au mémo Parcoursup, organisez au mieux votre année de terminale : un calendrier, une liste des choses à faire et tous les contacts utiles sont à votre disposition.

<https://dossier.parcoursup.fr/Candidat/carte> : consultez également la carte des formations Parcoursup. Elle est accessible toute l'année et l'offre de formation sera mise à jour à compter du mercredi 17 décembre 2025.

La plateforme AVENIR|S|

> Pour construire votre parcours d'orientation, connectez-vous à **la plateforme Avenir(s)** en utilisant les identifiants EduConnect ou Educagri fournis par votre établissement : **<https://avenirs.onisep.fr>**

> Utilisez « **MonProjetSup** » pour anticiper vos choix de poursuite d'études et mûrir votre projet d'orientation. Cet outil vous permet d'accéder à des suggestions personnalisées de formation post-bac disponibles sur Parcoursup en fonction des informations renseignées (profil, préférences, attentes et centres d'intérêt).

Découvrez ainsi des formations du supérieur, leurs débouchés et évaluez vos chances de succès dans votre projet d'orientation.

> Sur **la plateforme Avenir(s)**, retrouvez des informations, des vidéos et des témoignages sur les métiers, les formations et les secteurs.

> Avec « **Mon agenda de l'orientation** », visualisez les dates clés de l'orientation. Consultez les activités à réaliser en classe ou en autonomie et ajoutez des événements en lien avec votre projet.

> Préparez vos visites (journées portes ouvertes) dans les établissements du supérieur grâce à **l'outil « JPO » (journées portes ouvertes)**.

> Gardez trace de vos « préférences » et des activités réalisées dans votre **portfolio Avenir(s)** qui s'actualisera tout au long de votre parcours.



Rencontrer des étudiants et des professionnels

➤ Lors d'événements

Les **salons** et les **JPO** (journées portes ouvertes) sont des moments privilégiés pour rencontrer des professionnels, des étudiants et/ou des professeurs. L'intérêt est de confronter vos représentations avec les retours d'expériences de vos interlocuteurs. Dialoguer et ressentir ce que vit un professionnel ou un étudiant permet de s'identifier à la personne et de se projeter dans son quotidien ; mais attention, votre interlocuteur vous transmettra également ses impressions et ses sentiments en fonction de sa personnalité, de ses valeurs, de ses intérêts... À vous d'ajuster en fonction des vôtres.

Lors de JPO, vous pourrez aussi vous familiariser avec l'environnement de l'établissement. N'oubliez pas de préparer vos questions avant ces événements et de rédiger un petit résumé après (vos représentations ont-elles changé après vos échanges ?).

Si l'entretien a lieu avant l'événement, vous pouvez demander conseil à votre professeur principal pour formaliser vos questions. S'il a lieu après, vous pourrez lui faire part de vos démarches, de vos échanges, et argumenter en montrant ainsi votre motivation. Sur la fiche Formation Parcoursup, vous pouvez retrouver les dates des journées portes ouvertes pour chaque formation. Vous pouvez même, depuis la fiche Formation, activer l'option de rappel de la date des journées portes ouvertes.



Mieux se connaître

Que vous ayez déjà un projet de formation ou que vous n'ayez pas encore d'idée précise, savoir faire le point sur soi est une démarche qui vous servira toute votre vie. Plus vous aurez conscience de vos forces et de vos faiblesses, plus vous aurez confiance en vous et saurez faire des choix éclairés. Dans le cadre de votre orientation, faire le point sur vous-même signifie vous interroger sur vos centres d'intérêts (activités, matières, environnements...), vos compétences (scolaires et extra-scolaires), votre personnalité (curiosité, dynamisme...). C'est aussi mettre en relation vos acquis scolaires avec les attendus nationaux et les attendus locaux des établissements.

➤ Discuter avec son entourage

En général, votre famille ou vos amis vous connaissent bien. Pourquoi ne pas confronter la perception que vous avez de vous-même avec la leur ? Comment vous voient-ils plus tard ? Quelles sont les qualités ou les compétences qu'ils vous attribuent ? Attention à ne pas prendre l'avis de vos parents ou de votre meilleur ami comme argent comptant ! Gardez votre libre arbitre. N'hésitez pas lors de l'entretien à faire part de ces échanges à votre professeur et à lui demander aussi son avis.

➤ Passer un questionnaire d'intérêts ou de personnalité

Le questionnaire d'intérêts ou de personnalité est également un moyen pour faire le point sur soi. Mais les résultats obtenus ne vous apporteront pas une réponse figée à appliquer. Vous devrez quand même réfléchir à vos choix d'orientation, car un questionnaire est un simple outil qui permet de s'interroger et de donner des pistes de recherche. Par exemple, si les résultats que vous avez obtenus indiquent un score élevé pour un domaine professionnel, il est nécessaire de vérifier votre connaissance de ce secteur (les différentes filières, les perspectives d'embauche...).

Si vous souhaitez vous tester, n'hésitez pas à répondre aux quiz Onisep (<https://www.onisep.fr/metier/les-quiz-de-l-onisep>).

➤ S'entretenir avec le ou la psy-EN

Pour vous aider à faire le point, vous pouvez prendre rendez-vous avec le ou la psy-EN (psychologue de l'Éducation nationale) au CIO (centre d'information et d'orientation) ou dans votre établissement. Ces professionnels sont formés aux techniques d'entretien qui permettent de vous accompagner dans votre questionnement. Ils sont également experts dans la passation et l'interprétation des questionnaires d'intérêts et de personnalité. Enfin, ils peuvent vous renseigner sur les cursus de l'enseignement supérieur et vous conseiller sur d'éventuelles stratégies à mettre en œuvre, en fonction de vos choix d'études et de votre profil.

Memento

➤ Avant l'entretien

1. Préparez un document, de préférence sous forme de tableau, que vous apporterez le jour de l'entretien. Vous y indiquerez toutes vos démarches, vos réflexions et vos intentions d'orientation. Rédigez-le comme une sorte de compte rendu organisé pour faciliter la communication avec votre professeur.
2. Si vous avez des questions sur vos démarches ou des précisions à demander concernant vos recherches, ajoutez-les à votre document.
3. Prenez également du papier et un stylo pour noter les remarques et les conseils de votre professeur.
4. Si vous ne savez vraiment pas quoi faire, ne vous inquiétez pas ! Votre professeur vous indiquera les démarches à suivre pour vous aider.

➤ Pendant l'entretien

1. Ne vous censurez pas ! Votre professeur vous reçoit pour vous accompagner et non pour vous évaluer. Lors de l'entretien d'orientation, votre professeur n'est pas là pour vous juger mais pour vous aider à construire votre projet d'orientation.
2. Faites preuve de clarté et de concision pour avoir le temps de réfléchir ensemble aux démarches et aux recherches à poursuivre.
3. Prenez en note les conseils et les remarques importantes.
4. Faites un point avec votre professeur à la fin de l'entretien sur ce qui a été dit.

➤ Après l'entretien

1. Reportez les idées et les conseils qui ont été évoqués lors de l'entretien.
2. Planifiez les démarches qu'il vous reste à faire et notez sur votre agenda la date du prochain rendez-vous.