



GUIDE PRATIQUE • ORIENTATION SCOLAIRE

Bien choisir son orientation

Après le bac, comment faire un choix qui te ressemble — sans décider au hasard ?

Tes intérêts. Tes capacités. Les métiers. Les formations. Des pistes pour y voir plus clair.

Un guide pour réfléchir, comparer et explorer.

myOrienTo • Votre parcours, notre accompagnement.

Avant de choisir : respire un peu.

Après le bac, on peut avoir l'impression qu'il faut trouver tout de suite LA bonne filière, celle qui déterminera toute sa vie. En réalité, l'orientation est une décision importante, mais elle se construit étape par étape. Tu peux te renseigner, comparer, demander conseil et ajuster ton projet au fil du temps.

Le bon réflexe

Ne choisis pas seulement un nom de filière parce qu'il est populaire, parce qu'un ami s'y inscrit ou parce qu'on t'a dit qu'elle rapporte beaucoup. Cherche d'abord à comprendre ce que tu vas y apprendre et où elle peut te mener.

Dans ce guide, tu vas réfléchir à quatre questions :

- Comment choisir une filière après le bac ?
- Comment repérer les filières qui correspondent à ton profil ?
- Que faire si tu ne sais pas encore quel métier choisir ?
- Comment équilibrer passion et débouchés professionnels ?

1. Comment choisir une filière après le bac ?

Commence par croiser quatre éléments. Aucun ne suffit à lui seul, mais ensemble ils t'aident à prendre une décision plus réfléchie.

Ce qui t'intéresse

Quelles matières, activités ou questions te donnent envie d'en apprendre davantage ?

Tes points forts

Dans quelles matières progresses-tu bien ? Quelles compétences les autres remarquent-ils chez toi ?

Les métiers possibles

Quels métiers sont accessibles après cette filière ? À quoi ressemble le travail au quotidien ?

Quelles sont les conditions d'admission, la durée des études, les frais et les écoles qui proposent la formation ?

À toi de jouer sur myOriento

Ouvre la rubrique Filières sur myOriento pour explorer les formations, leurs matières et les métiers associés. Puis consulte les fiches Métiers et Écoles pour vérifier les possibilités concrètes.

2. Comment identifier les filières adaptées à ton profil ?

Ton profil, ce n'est pas seulement ta moyenne générale. C'est aussi ce qui t'intéresse, ta manière d'apprendre, tes compétences, tes objectifs et les contraintes que tu dois prendre en compte.



Fais ce mini-bilan en cinq minutes

- Mes matières préférées : lesquelles me donnent le plus envie de participer ou de comprendre ?
- Mes points forts : qu'est-ce que je fais plutôt bien : calculer, expliquer, organiser, créer, écouter, analyser, réparer... ?
- Ce qui compte pour moi : aider les autres, créer une entreprise, travailler avec la technologie, sécuriser mes revenus, voyager, travailler sur le terrain... ?
- Mes limites actuelles : budget, ville, conditions d'admission, durée des études ou niveau requis.
- Ce que je veux découvrir : quels métiers ou secteurs ai-je envie d'explorer avant de décider ?

Quelques exemples pour lancer ta réflexion

Si tu aimes...	Tu peux explorer...	Mais vérifie aussi...
Les chiffres, la gestion et l'économie	Finance, comptabilité, banque, économie	Ton aisance en maths, les matières et les métiers précis
La technologie et la résolution de problèmes	Informatique, réseaux, données, ingénierie	Le contenu technique et les prérequis
La communication et les langues	Communication, marketing, langues, journalisme	Les compétences pratiques et les débouchés réels
La santé et les sciences du vivant	Médecine, pharmacie, biologie, soins	La sélection, la durée des études et les conditions d'accès

Attention : ce sont des exemples, pas des correspondances automatiques. Aimer les mathématiques ne signifie pas que tu dois forcément faire de la finance ou de l'ingénierie. Explore plusieurs options avant de trancher.

À toi de jouer sur myOriento

Dans myOriento, compare plusieurs fiches de Filières et regarde les Métiers associés. Note les deux ou trois pistes que tu veux approfondir, puis consulte les écoles qui les proposent.

3. Tu ne sais pas quel métier choisir ? C'est normal.

Tu n'as pas besoin de connaître le métier que tu feras à 30 ans pour commencer à t'orienter. En revanche, tu peux commencer par découvrir des domaines et des métiers qui pourraient te correspondre.

Essaie cette méthode en trois étapes

1. Pars de ce que tu aimes faire. Préfères-tu analyser, construire, expliquer, négocier, soigner, créer, organiser ou accompagner les autres ?
2. Explore des métiers concrets. Lis leurs missions, les compétences demandées, les qualités utiles et les voies de formation. Ne t'arrête pas au titre du métier : cherche à comprendre le quotidien.
3. Teste tes idées. Discute avec un professionnel, pose des questions à un étudiant, participe à une journée portes ouvertes ou cherche une vidéo qui présente le métier. Une petite enquête vaut mieux qu'une décision prise sur une impression.



Petit défi

Choisis trois métiers que tu connais peu. Pour chacun, note une chose qui t'attire, une chose qui te questionne et une information qu'il te reste à vérifier.

Les questions à te poser sur chaque métier

- Quelles sont ses missions au quotidien ?
- Quelles compétences et qualités faut-il développer ?
- Quelles filières et quelles écoles peuvent y conduire ?
- Dans quels secteurs peut-on exercer ce métier ?
- Quelles informations me manquent encore pour savoir s'il me correspond ?

À toi de jouer sur myOriento

Va dans la rubrique Métiers de myOriento. Parcoure les fiches, découvre les métiers proches et remonte vers les Filières qui permettent d'y accéder. Tu peux partir d'un métier qui t'intrigue, même si tu ne sais pas encore si tu veux l'exercer.

4. Passion ou débouchés : faut-il vraiment choisir ?

On entend souvent : « Choisis ce que tu aimes » ou, au contraire, « Choisis une filière qui recrute ».

En pratique, il est utile de regarder les deux, sans oublier tes capacités et les réalités de la formation.

Pose-toi quatre questions

- Est-ce que le domaine m'intéresse vraiment ? Pas besoin d'être passionné dès le premier jour, mais il faut pouvoir imaginer apprendre et progresser dans ce domaine.
- Est-ce que je suis prêt à développer les compétences nécessaires ? Une difficulté actuelle ne ferme pas forcément la porte, mais elle peut demander du travail ou une remise à niveau.
- Quelles sont les perspectives réelles ? Renseigne-toi sur les secteurs qui recrutent, les types de postes, les compétences recherchées et les voies d'accès. Évite de te fier uniquement aux rumeurs.
- Quelles sont les conditions pour y arriver ? Examine le coût, la durée des études, les stages, la localisation et les possibilités d'évolution.

Le meilleur compromis

Cherche une filière qui t'intéresse suffisamment, dans laquelle tu peux progresser et qui ouvre des possibilités professionnelles réalistes. Tu n'as pas besoin de trouver un choix parfait : tu as besoin d'un choix réfléchi, fondé sur des informations fiables.

Méfie-toi de ces raccourcis

- « Tout le monde choisit cette filière, donc elle est forcément bonne. »
- « Ce métier paie bien, donc je vais forcément réussir. »
- « Je n'ai pas eu une excellente note dans une matière, donc ce domaine m'est interdit. »
- « Si je choisis maintenant, je ne pourrai jamais changer. »

La réalité est plus nuancée. Les débouchés évoluent, les parcours diffèrent et des passerelles peuvent exister selon les formations et les établissements. Vérifie toujours les conditions exactes auprès des écoles concernées.



À toi de jouer sur myOriento

Sur myOriento, relie les trois éléments : Filière → Métiers → Écoles. Cette exploration t'aidera à comprendre les possibilités, mais aussi à poser de meilleures questions avant de prendre une décision.

Ton plan d'action en 20 minutes

Tu n'as pas besoin de tout résoudre aujourd'hui. Commence par ces petites actions.

Temps	Action
5 min	Note trois matières ou activités que tu apprécies et deux points forts.
5 min	Explore sur myOriento deux filières qui pourraient correspondre à ton profil.
5 min	Choisis trois métiers associés et lis leurs missions et compétences.
5 min	Repère deux écoles qui proposent la formation et note les conditions à vérifier.

Ma mini-fiche d'orientation

Les matières ou activités que j'aime : _____

Mes points forts : _____

Les métiers que je veux explorer : _____

Les deux filières que je veux comparer : _____

Les informations qu'il me reste à vérifier : _____

À retenir

Tu peux demander conseil à tes parents, à un enseignant, à un conseiller d'orientation ou à un professionnel. Écoute plusieurs avis, pose des questions et vérifie les informations. Le choix doit rester cohérent avec ta situation, tes objectifs et les possibilités qui s'offrent à toi.

Un dernier mot

Tu n'as pas besoin d'avoir tout compris d'un coup. L'important, c'est de passer de « je ne sais pas » à « je sais quelles pistes explorer ». Utilise myOriento pour découvrir, comparer et approfondir — puis prends le temps de vérifier les informations avant de décider.

myOriento — Votre parcours, notre accompagnement.

