

Bien s'orienter : mission

► Si certains rêvent en secret d'être pompier ou médecin dès leur plus jeune âge, c'est loin d'être le cas de tous les jeunes! ► Comment faire lorsqu'on ne sait pas vers quoi s'orienter? ► Métro offre quelques conseils pour trouver sa voie

MARIE LYAN
INFO@JOURNALMETRO.COM

FORMATION. Face à la multitude des choix de carrière proposés aujourd'hui, les jeunes peuvent parfois se sentir perdus. Surtout lorsque l'école les pousse à faire leur choix aussi tôt qu'à 16 ans.

«On estime qu'environ le tiers des jeunes changent de voie au collégial, et 30 % à l'université», affirme Isabelle Falardeau, conseillère d'orientation au collège Maisonneuve. Dans son bureau, pas une journée ne passe sans qu'elle reçoive des jeunes découragés ou stressés face aux choix à faire. Elle a d'ailleurs écrit un livre, *S'orienter malgré l'indécision*, pour leur donner quelques conseils.

«Souvent, les étudiants sont très anxieux, car ils n'arrivent pas à définir la place qu'ils veulent occuper dans la société, constate-t-elle. Mais qu'ils se rassurent : il est possible de s'orienter même lorsqu'on est indécis.»

Même si une courte période

doute peut parfois être bénéfique pour prendre du recul, les jeunes ne doivent pas hésiter à tirer profit de ce moment pour s'informer. «Souvent, l'indécision provient d'une mauvaise connaissance de soi-même ou des programmes d'études proposés, analyse M^{me} Falardeau. Certains jeunes ne savent pas quels métiers ils peuvent faire à l'issue de leur formation. D'autres ne savent plus comment prendre une bonne décision.»

La première étape serait donc de vous donner du temps pour identifier ce qui vous allume. «Il peut être intéressant de noter votre intérêt pour des matières scolaires, des loisirs ou des tâches de travail sur une échelle de 1 à 10», explique Amélie Gendron, conseillère d'orientation à la firme Brisson Legris. Les résultats peuvent ensuite être comparés à vos performances. «Cette analyse est importante, car on peut posséder des aptitudes dans un domaine sans pour autant avoir d'intérêt pour celui-ci, et vice-versa», souligne M^{me} Gendron.

Il n'est jamais trop tôt pour commencer à faire ses premières expériences. «Dès le primaire, les enfants développent des intérêts dans plusieurs domaines,

6

Six emplois créés sur dix requerront des niveaux de compétence intermédiaires et techniques : la majorité des candidats devront être titulaires d'une formation professionnelle au secondaire ou d'une formation technique de niveau collégial.

SOURCE : MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION, DU LOISIR ET DU SPORT, 2008

affirme Isabelle Falardeau. Il faut que leurs parents leur donnent l'occasion de pratiquer plusieurs activités pour voir ce qui leur plaît.» Même principe pour les adolescents ayant un job d'été ou multipliant les stages. «Certains étudiants font leur stage en soins infirmiers et s'aperçoivent dès leur entrée à l'hôpital que ce ne sera pas un milieu pour eux», ajoute M^{me} Falardeau.

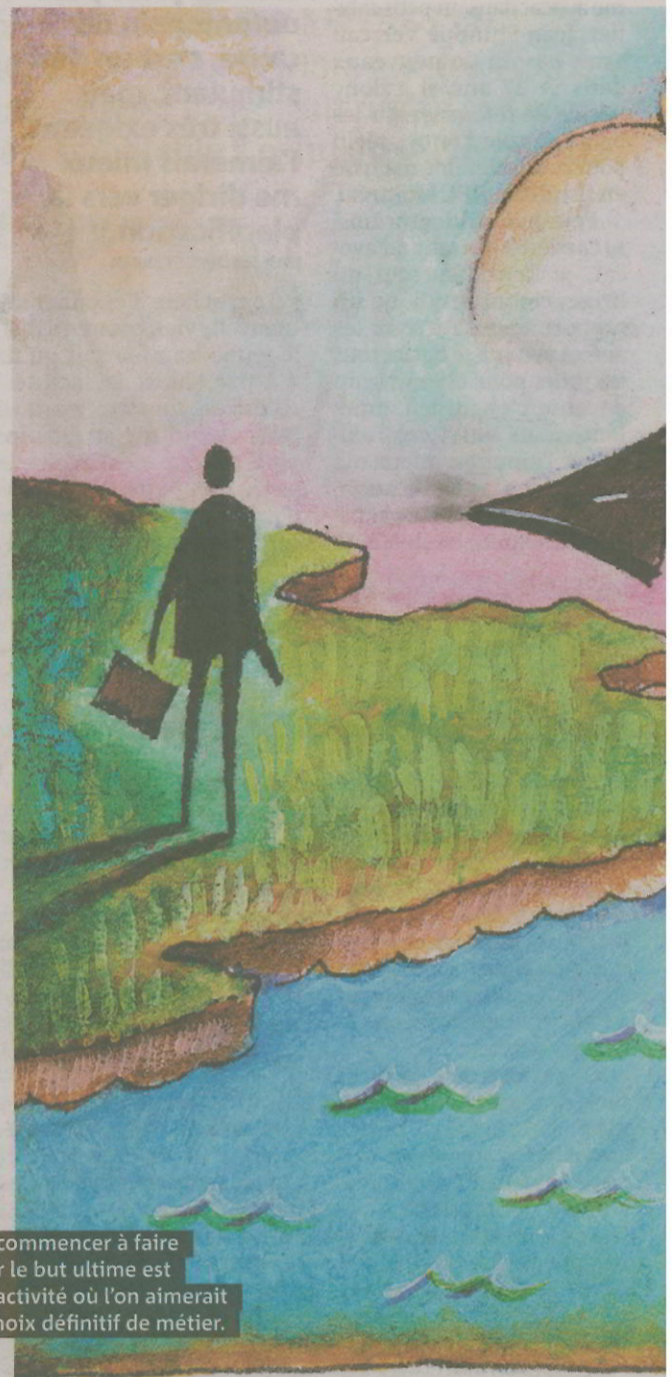
Car le but ultime est bien d'identifier un secteur d'activité où l'on aimerait travailler, «et non de faire un choix définitif de métier», rappelle Amélie Gendron. Pour cela, elle a même une petite astuce : rassembler dans une boîte à souvenirs tous les éléments qui peuvent sembler importants dans son parcours. Le pro-

gramme d'une pièce de théâtre dans laquelle vous avez joué, par exemple. «C'est l'occasion d'identifier une trame de fond dans votre vie, des transitions ou des intérêts qui perdurent», précise M^{me} Legris.

À ceux qui songent à rester généralistes faute d'inspiration, la conseillère d'orientation Isabelle Falardeau adresse une sérieuse mise en garde. «C'est une position embêtante, car il va bien falloir sauter le pas un jour ! s'exclame-t-elle. Mieux vaudrait donc choisir une spécialité dès le cégep, quitte à changer d'avis à l'université.» M^{me} Falardeau cite en exemple le cas de plusieurs étudiants au DEC en sciences naturelles qui ont finalement choisi d'aller en philosophie ou en arts.

Il ne faut donc pas avoir peur de se tromper, car tout est récupérable. «En réalité, on ne se trompe jamais vraiment, puisqu'on peut toujours tirer une expérience de ses choix», conclut Amélie Gendron.

► Il n'est jamais trop tôt pour commencer à faire ses premières expériences, car le but ultime est bien d'identifier un secteur d'activité où l'on aimerait travailler, et non de faire un choix définitif de métier.



COLLÈGE AHUNTSIC
Leader en formation continue

Pour les adultes qui désirent se perfectionner ou se réorienter

INSCRIPTIONS SUR PLACE SANS RENDEZ-VOUS

Judi 4 août • 13h à 18h

Mardi 9 août • 17h à 19h30

Judi 11 août • 14h à 18h

Lundi 15 août • 17h à 19h30

9155, rue Saint-Hubert
Montréal (Québec) H2M 1YB
514 389-5921, poste 2707



Métro Henri-Bouassa / autobus 30
Métro Crémazie / autobus 146

www.collegeahuntsic.qc.ca/formation-continue

possible

MÉTRO

Selon les prévisions d'Emploi-Québec, plus de 710 000 postes seront à pourvoir au Québec entre 2008 et 2012.

Conseils

- ▶ Rester ouvert aux rencontres fortuites qui peuvent parfois nous orienter vers une autre voie : on ne peut jamais tout planifier à 100 % de façon rigide!
- ▶ Suive son propre rythme et ne pas se mettre de pression en considérant son âge ou son niveau d'études.
- ▶ Être indécis n'empêche pas de poser des gestes : rencontrer des gens et s'informer sur les métiers et les débouchés est le meilleur moyen d'être inspiré.
- ▶ S'aider de techniques de prise de décision ou d'astuces pour faire le tri dans ses idées : mettre sur papier ses intérêts est une première façon de prendre du recul.
- ▶ Multiplier les stages, les emplois d'été et les expériences pour identifier ses attentes.
- ▶ Sauter le pas quitte à changer de programme par la suite, afin de ne pas rester inactif.



Cégep du Vieux Montréal

Formation intensive de jour À temps complet

www.cvm.qc.ca/aec

SERVICE DE FORMATION AUX ENTREPRISES

- **A.E.C.** Analyse intégrée de la conception en génie civil
705 heures
▶ Prochaine formation : JANVIER 2012
- **A.E.C.** Inspection de bâtiments
915 heures
▶ Prochaine formation : JANVIER 2012
- **A.E.C.** Intégration à la profession infirmière au Québec (Pour infirmières diplômées hors Québec)
1005 heures
▶ Prochaines formations : AOÛT, DÉCEMBRE 2011, JANVIER, MAI 2012
- **A.E.C.** Techniques d'éducation à l'enfance
1200 heures
▶ Prochaines formations : OCTOBRE 2011, MARS 2012

INSCRIPTION : 514 982-3401

CENTRE DE FORMATION EN ASSURANCES

- **A.E.C.** Assurance de dommages
975 heures
▶ Prochaines formations : SEPTEMBRE, OCTOBRE, NOVEMBRE 2011, FÉVRIER ET MARS 2012
- **ATELIERS** Assurance des entreprises et des particuliers
Soir et fin de semaine
▶ Prochaines formations : AUTOMNE 2011

INSCRIPTION : 514 528-4904

Formation de soir

À temps complet ou à temps partiel

www.cvm.qc.ca/programmesdesoir

- **D.E.C.**² Sciences de la nature
- **D.E.C.** Sciences humaines
- **D.E.C.** Éducation spécialisée (automne 2011 – complet)
- **A.E.C.**¹ Techniques de prévention des incendies
- **A.E.C.** Éducation à l'enfance

À COMPTER DU 2 AOÛT 2011

Prise de rendez-vous par internet obligatoire pour l'inscription sur <http://cvm-rv-formationcontinue.omnivoxx.ca>
INFORMATION : 514 982-3434

¹ Attestation d'études collégiales [A.E.C.]

² Diplôme d'études collégiales [D.E.C.]



DEC ET AEC

FORMATION CONTINUE • AUTOMNE 2011

CENTRE D'ÉDUCATION MULTICULTUREL

5010, rue Paré, Montréal
Information: 514 733-3232, poste 4112

- **AEC - Commerce international**
Début des cours : 6 septembre

SERVICES AUX ENTREPRISES

767, rue Bélanger, Montréal
Information: 514 278-3535, poste 5221

- **AEC - Gérontologie**
Début des cours : 22 août
- **AEC - Conseiller vente automobile**
Début des cours : 6 septembre

ÉDUCATION PERMANENTE

7000, rue Marie-Victorin, Montréal
Information: 514 325-0150, poste 2389

- **DEC - Sciences humaines**
- **DEC - Tech. d'éducation à l'enfance***
- **AEC - Gestion des services de garde***
Début des cours : 29 août
- **AEC - Gestion de groupe et organisation du travail***
Début des cours : 22 août

*Démarche de RAC aussi offerte

www.collegemv.qc.ca/fc

Cégep Marie-Victorin
Savoir inventer demain
Formation continue et Services aux entreprises



Inscrivez-vous
dès aujourd'hui!