

Formation coaching scolaire et de jeunes



Module orientation scolaire
Formation donnée par Sandrine Loix
Coach pour adolescents et jeunes adultes



Prise de contact

Portrait chinois :

Si j'étais, je serais

Plan de la formation :

L'orientation :

- Définition
- Philosophie
- But

Coaching en orientation scolaire :

- Phase 1 : découverte de soi (1^{ère} journée)
- Phase 2 : découverte des métiers (2^{ème} journée)
- Phase 3 : prise de décision (3^{ème} journée)





L'orientation

Définition

Selon le dictionnaire Larousse, l'orientation est l'action de s'orienter.

Dans notre cas, c'est la voie choisie par quelqu'un dans le cadre de ses études.

Dans le cadre du coaching, c'est l'accompagnement d'un jeune dans le choix d'un futur métier et donc d'un choix d'études.



Philosophie

Il s'agit d'abord d'une meilleure connaissance de soi.

Cette connaissance va permettre de choisir un métier un métier en adéquation avec ce qu'on est.

Une bonne orientation lui permettra de se réaliser et d'exprimer ses talents.



Buts



Accompagner le jeune à mieux se connaître

Aider le jeune qui se pose des questions sur son avenir professionnel et donc sur son parcours scolaire

L'aider à faire un choix basé sur une meilleure connaissance de lui-même

Qui suis-je ?

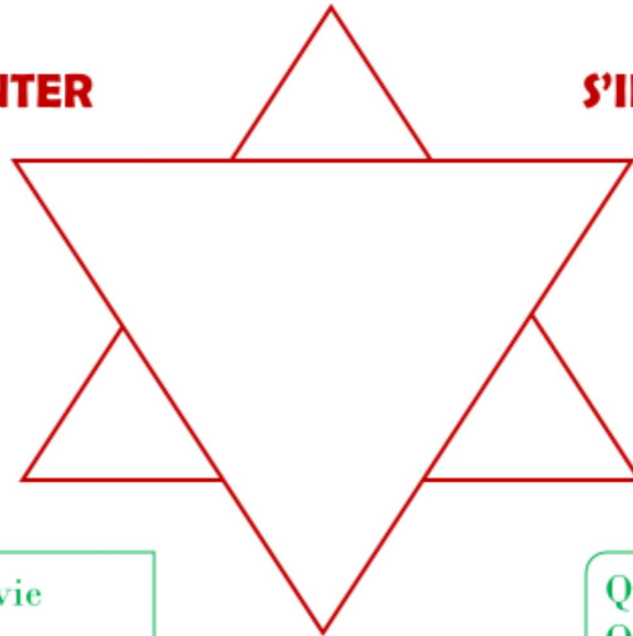
CONFRONTER

S'INFORMER

Quel projet de vie
personnelle et
professionnelle ?

DECIDER

Quelles études ?
Quel chemin ?





Le coaching d'orientation

Préambule

C'est le jeune qui va faire le cheminement.

La phase 1 est primordiale. Elle servira de socle pour la suite.

La phase 2 ouvrira d'abord de nouveaux champs de possibilités avant de les rétrécir (technique de l'entonnoir)

La phase 3 permet de déterminer le chemin pour arriver au choix définitif.



Anamnèse

Exercice :

Quelles questions vous paraissent importantes pour faire une bonne anamnèse ?

Réfléchir en petits groupes.



Phase 1 : Découverte de soi

Quelles sont mes qualités ?



Cela permet au jeune de prendre conscience de ses qualités

Il devra ensuite choisir 5 à 7 qualités dont il est le plus fier et qui le définissent le mieux

Exercice :

Faites l'exercice dans le syllabus pour vous-même

Chacun à son tour donne au groupe une de ses qualités

Vous pouvez également utiliser le jeu des qualités.

Il permet aux jeunes plus kinesthésiques de mieux s'y retrouver.

Il ouvre aussi d'autres champs de perspectives



Qu'est-ce que je voulais faire quand j'étais plus jeune ?

Mettre en évidence ses rêves d'enfant mais aussi d'adolescent donne des informations sur que la personne que nous souhaitons devenir.

Exercice :

Faites l'exercice dans le syllabus pour vous-même
Partagez au groupe si vous le souhaitez

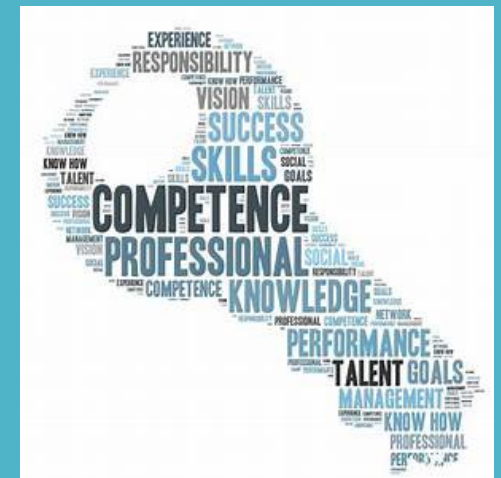


Quelles sont mes compétences ?

Selon le dictionnaire Larousse, c'est la disposition naturelle ou acquise de quelqu'un à faire quelque chose.

Il s'agit ici de voir quelles sont les aptitudes du jeune :

- En quoi est-il bon ?
- Quelles sont les « verbes » qui le caractérisent ?



Exercice de groupe :

A votre avis, quelles sont nouvelles compétences clés attendues par les entreprises au 21^{ème} siècle ?

.....

.....

.....

.....

.....



Quelles sont mes centres d'intérêt ?

Les raisons qui font que nous aimons une activité sont une indication sur nous.

Il est donc important de repérer ce qui nous fait vibrer.



Exercice : A vous de répondre

J'aime + verbe + chose car



Exercice de coaching : A coache B et est observé par C.

A coache B pour déterminer ce qui ressort de chaque centre d'intérêt et qui peut être important pour le coaching d'orientation

Quelles sont mes atouts, mes fiertés, mes forces ?

Le talent, c'est quelque chose qui vous connecte au plaisir, quelque chose d'inné. C'est une aisance à faire quelque chose. C'est un ou plusieurs domaines dans lequel vous êtes bon depuis tout petit.

Pour déterminer un talent, il y a 5 composantes à prendre en compte :

- ❖ Faisabilité – *j'ai toujours pu le faire*
- ❖ Facilité – *je le fais aisément à chaque fois*
- ❖ Reproduction – *je peux en donner plusieurs exemples*
- ❖ Plaisir – *ce me donne à chaque fois du plaisir*
- ❖ Reconnaissance – *je suis reconnu par les autres pour ce talent*



Une fierté, c'est être fier de soi. Cela peut concerner une réussite professionnelle ou personnelle. La fierté encourage donc l'action.

Une force, selon le concept de force défini par le Pr Alex Linley, est « d'une capacité préexistante consistant en une manière particulière de se comporter, de réfléchir ou de ressentir, qui est authentique et énergisante pour l'utilisateur et permet un fonctionnement optimal, le développement et la performance ».

Exercice de groupe :

Travailler en petit groupe :

Choisir un des exercices expliqués dans le syllabus

Faire ensuite un coaching :

- A coache B et est observé par C
- B présente ses atouts, fiertés à A
- A fait un coaching pour déterminer ce qui ressort de l'exercice et ce qui peut être important pour le coaching en orientation



Exercice de groupe :

Travailler en deux groupes : jeu totem et jeu des forces



- Un groupe définit l'animal totem de chacun de ses membres
- Un groupe cherche les forces de chacun de ses membres

Quelles sont mes intelligences multiples ?

Le principe universel des intelligences multiples peut aussi être utilisé dans le coaching d'orientation

En fonction des intelligences développées, certains métiers seront plus adéquats

Exercice : A faire en deux groupes

Lire les informations sur les différentes IM dans le syllabus

Trouver plusieurs métiers pour chacune des I.M.

Partager ensuite à tout le groupe



Quelles sont mes valeurs ?

Il s'agit ici de voir quelles sont les valeurs du jeune.



Exercice :

Travailler en groupe de 3 – chacun à son tour fait l'exercice

Se décrire en parlant de ses valeurs ou de ces actions, ou encore de ses contre-valeurs ou qualités

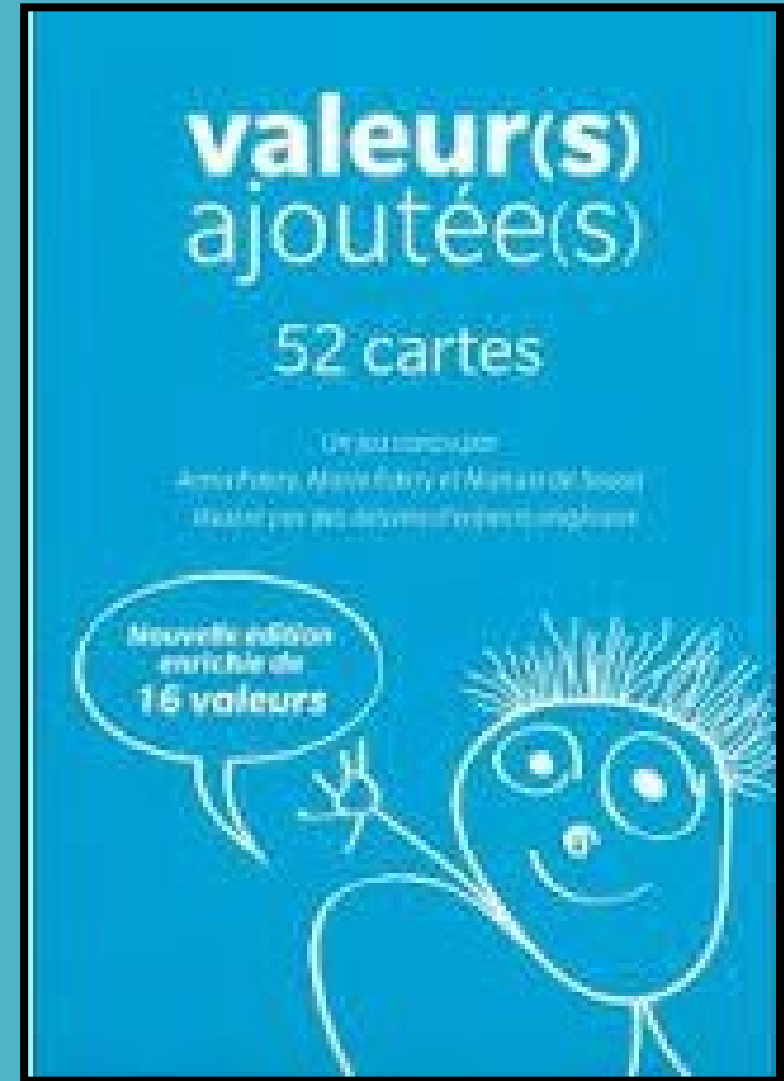
Les autres posent des questions pour compléter le profil

Ensuite, les autres vont repérer ou compléter les valeurs de la personne décrite

Vous pouvez également utiliser le jeu des valeurs.

Il permet aux jeunes plus kinesthésiques de mieux s'y retrouver.

Il donne également d'autres valeurs que celles dans la liste du syllabus



Résumé de la phase 1

Terminer cette première phase avec un résumé de la découverte de soi

Exercice :

Réfléchir ensuite en petits groupes de 4

- Comment déterminer les points importants à mettre dans le résumé ?
- Imaginez un format pour ce résumé ?





es qualités



Mes centres d'intérêt



Mes intelligences multiples



compétences



valeurs

Mes qualités :

➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔

Mes compétences :

➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔

Mes centres d'intérêt :

➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔

Mes talents/mes forces :

➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔

Mes valeurs :

➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔

Mes I.M. :

➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔
➤	➔

Nom :
Prénom :
Date :

Mon environnement de travail :

➤	➔	➔
➤	➔	➔
➤	➔	➔
➤	➔	➔
➤	➔	➔

Exercice à faire chez vous avant prochaine séance :

Soit réfléchir à des exercices à donner aux jeunes à faire à la maison entre la phase 1 et la phase 2

Soit créer un tableau de visualisation avec des images découpées dans des magazines. Chaque image représente différentes étapes de votre vie passée, présente et future



Phase 2 : Découverte des métiers

Mise en situation

« Vous gagnez 1 milliard d'euros mais pour pouvoir les recevoir, vous devez vous engager à ne plus travailler. Comment organiseriez-vous votre nouvelle vie ?



Nous allons découvrir trois manières
différentes d'aider le jeune à découvrir les
métiers

→ L'explorama®

→ Le RIASEC

→ Le MBTI®

L'Explorama®

Il s'agit tout d'abord d'un photo langage dont la mission première est d'être un outil d'exploration de soi et du monde du travail.

Il aide la personne à s'affranchir du déterminisme et à se transformer en explorateur curieux.

Ce qui est important, c'est de s'ouvrir aux différents métiers sans idées préconçues.



Avant de faire l'exercice avec les planches de l'Explorama®,
je vous invite à faire un premier exercice

Visualisation :

Je vous laisse 10 minutes pour méditer à votre environnement
de travail idéal

Décrivez votre visualisation

Voyez ensuite dans le syllabus p. 33 comment orienter
les questions pour faire le coaching



Comment utiliser l'Explorama® ?

Promenez-vous et observez les différentes planches

Choisissez les planches en fonction de « *Est-ce que j'aimerais travailler là ?* »

Une fois votre sélection faite, donner le plus d'informations possibles sur ce qui vous a attiré et donner un titre à chacune des planches.

Repérez également les valeurs pour chacune des planches

Exercice : coaching par groupe de 3

Exercice de coaching : A coache B et est observé par C



Chacun à son tour énumère les différents métiers (même lointains pouvant avoir un rapport avec chacune des planches)

Sélectionner ensuite les métiers qui attirent vraiment

Enfin, trier les métiers qui restent en fonction de la fiche résumé

Vous pouvez vous aider des mises en situation de l'annexe 7 du syllabus

Il y a également moyen de passer le test de l'explorama® en ligne avec un mot de passe (cfr. Image ci-dessous)



The screenshot shows a web application interface. On the left is a dark sidebar with navigation links: Accueil, Parcours en cours, Mes accès, Solde d'accès, Commande d'accès, Mon compte, and Déconnexion. At the bottom of the sidebar is a logo for 'Editions Qui Plus Est' and the text '2018-21 © Editions Qui Plus Est'. The main content area has a white header with 'Consignes' and a breadcrumb trail 'Home / Environnements / Consignes'. The background of the main area is a dark purple pattern with circles and lines. A white text box in the center contains the following text:

Sandrine Loix, lisez bien cette consigne

Vous allez découvrir 48 écrans différents que vous allez faire défiler à votre rythme. Chaque écran va vous proposer un univers professionnel illustré par 4 photos. Prenez le temps de vous laisser porter par ces images. Ne vous demandez pas si vous connaissez ou non ces environnements ou les métiers qui s'y exercent.

Demandez-vous seulement :

- « Est-ce que j'aimerais travailler dans cet environnement ? »
- « Cet environnement m'attire-t-il, même si je ne sais pas ce que j'y ferais ? »

Dès qu'un environnement vous attire, cliquez sur le bouton **choisir**, puis cliquez sur le bouton **suivant** pour accéder à l'écran suivant.

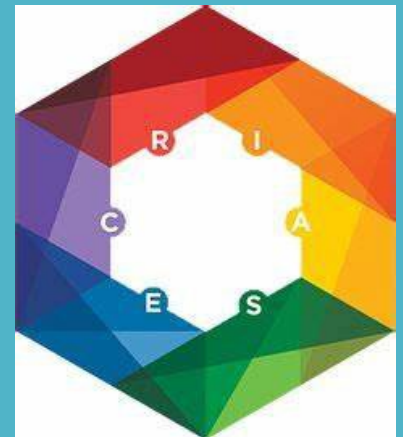
Ne vous censurez pas, vous pouvez choisir autant d'écrans que vous voulez avec un **minimum de 6 environnements**.

Le RIASEC

Le profil RIASEC est un outil de réflexion pour permettre d'explorer des possibilités professionnelles en fonction du profil du jeune.

Le but du questionnaire du syllabus (cfr annexe 6) est de déterminer le profil RIASEC du jeune.

C'est ensuite le point de départ d'une discussion.



Il existe aussi des sites internet gratuits ou payants qui peuvent vous aider.



Exercice : coaching par groupe de 3

Exercice de coaching : A coache B et est observé par C

A explique à B les différents métiers qui ont été mis en évidence par son profil RIASEC (cfr site)

Commencer le coaching par aux différentes possibilités pour éliminer ce qui n'attire pas du tout B

Enfin, faire le match des métiers qui restent en fonction de la fiche résumé

Vous pouvez vous aider des mises en situation de l'annexe 7 du syllabus




Dom. Holland	Données générale	Environnement	Activités types	Points forts	Métiers	Caractéristiques
Réaliste	Le besoin de toucher les choses, l'engagement physique	Environnement simple et naturel. Il est caractérisé par son sens pratique. Il a le goût des résultats tangibles et des gestes concrets. Adroit de ses mains, il aime manier des outils ou conduire des « machines ». Il a de l'endurance physique et/ou de la dextérité manuelle. Il aime obtenir des résultats concrets et travaille avec régularité	Réparer, utiliser des outils, conduire des machines, travailler avec ses mains, se dépenser physiquement	Modestie, franchise, efficacité dans le travail, autonome, gestion efficace du temps, capacité à trouver des solutions concrètes à des problèmes	Ingénieur technique, conducteur d'autobus, militaire, sportif, agriculteur	Sens pratique, aventureux, capacités mécaniques, peu à l'aise dans les rapports sociaux, peu d'intérêt pour la nouveauté
Investigateur	Le besoin de comprendre, la rigueur intellectuelle	Privilégie les activités intellectuelles, notamment d'ordre scientifique, à l'action. Il aime analyser, observer, expérimenter pour comprendre les phénomènes qui l'entourent. Il est guidé par le besoin de comprendre et d'accroître ses connaissances. Il apprécie la stimulation intellectuelle, notamment par l'apprentissage. Il est peu intéressé par les relations interpersonnelles	Résoudre des problèmes, conduire des recherches, analyser des données, travailler de façon autonome	Esprit critique, synthétique, d'analyse, indépendant, méthodique, curieux, rigoureux	Informaticien, biologiste, médecin, mathématicien, sociologue	Capacités à susciter un questionnement, à programmer des projets complexes, aptitudes scientifiques, difficulté à manager, à prendre des décisions concrètes et à s'intéresser aux réalisations pratiques
Artiste	L'expression de soi, le goût du changement	L'artiste s'oppose au type conventionnel. Il est avant tout quelqu'un qui a besoin de s'exprimer dans ce qu'il fait. Il est souvent attiré par des activités à caractère artistique mais peut exercer sa créativité dans tout autre domaine. Il éprouve une aversion pour les tâches trop systématiques et contraignantes. Il apprécie le changement dans son travail et s'adapte facilement à de nouvelles conditions	Jouer un rôle, décorer, créer, imaginer, écrire, s'exprimer	Indépendant, sensible, intuitif, idéaliste, créatif, original, anticipateur	Chargé de communication, relations publiques, publicitaire, journaliste, musicien, professeur d'arts 	Fort enthousiasme face à des activités nouvelles et attirantes, impulsif, travaillera plus facilement dans des environnements flexibles ou peu contraignants, peu pratique et peu diplomate, présente parfois des difficultés à s'intégrer dans une équipe
Social	Le désir de communiquer, le travail en équipe	Le social est celui qui s'éloigne le plus du type réaliste. Il recherche les contacts avec les autres pour les conseiller, les informer, les aider... ce qui le prédispose à des activités à vocation sociale ou de communication. Leader et populaire, il aime être au centre des activités et est peu enclin aux activités à caractère administratif. Il est à l'aise dans un environnement chaleureux et participatif qui satisfait son besoin d'appartenance	Enseigner, conseiller, aider, informer, rencontrer des personnes	Généreux, tolérant, responsable, accueillant, bonne éloquence verbale, idéaliste, coopératif, disponible, diplomate.	Le désir de communiquer, le travail en équipe	Doué pour les relations humaines, il se mobilise aisément, bonne intelligence des situations sociales, difficulté à trancher par souci de « blesser », manque de rigueur avec les chiffres et les budgets à gérer
Entreprenant	Le besoin de pouvoir, la force de conviction	Aime prendre des initiatives et exercer une influence sur les autres par son pouvoir de persuasion et son sens de l'organisation. Réactif, il est à l'aise dans les situations qui réclament de la rapidité de décision et de la combativité. Il lui faut relever des challenges à la mesure de son ambition. Il a le goût des relations d'affaires et les activités commerciales. Il est apte à diriger les autres, à prendre des décisions, à réaliser des projets d'envergure.	Vendre, gagner de l'argent, faire de la politique, diriger, décider, convaincre, persuader	Energique, aptitude à prendre des risques, fin stratège, populaire en étant souvent leader, expression aisée, persuasif, persévérant, extraverti	Directeur général, responsable marketing, agent immobilier, gérant de PME, homme politique	Convaincant, compétitif, besoin d'activités, goût de l'argent, esprit aventureux, parfois autoritaire, difficulté à avoir une vue à long terme, il a tendance à parfois trop se précipiter
Conventionnel	L'efficacité dans les structures, le goût du travail bien fait	Apprécie les environnements stables et structurés. D'une grande conscience professionnelle, il aime le travail bien fait, l'exactitude et la rapidité d'exécution. Il a le sens des chiffres, apprécie les activités de gestion. Il apparaît soit comme un bon exécutant soit comme un réalisateur systématique et méthodique et exige des directives claires. Il attribue de la valeur à la réussite matérielle et sociale	Organiser, vérifier, classer, rédiger des notes, gérer	Conscientieux, calme, méthodique, de confiance, soucieux du travail de qualité, impliqué professionnellement, persévérant, rigoureux, ordonné, minutieux, loyal	Comptable, statisticien, banquier, agent des impôts	Prudent, difficulté à innover, à remettre en cause le savoir acquis, laisse transparaître une certaine résistance au changement, respectueux des hiérarchies, peu imagitatif

Tableau 1 : Répartition des types de Holland par activités, métiers et environnement (Tiré de DULU, 2014)

Le MBTI®

Le MBTI est un inventaire de personnalité développé au milieu du vingtième siècle par Katharine Cook Briggs et Isabel Briggs Myers, à partir du modèle des types psychologiques de Carl Gustav Jung. Il sert en particulier à identifier les préférences des individus en matière de perception de leur environnement, et de prise de décision.

Vous pouvez également utiliser le questionnaire pour aider le jeune à déterminer vers quel type de métier il est fait. Il existe des liens sur internet. Mais vous pouvez aussi faire la formation officielle MBTI.

Le MBTI est composé de 4 paires de lettres :

Les premières (E/I) pour voir comment vous prenez votre énergie

Les deuxièmes (S/N) pour voir comment vous prenez l'information

Les troisièmes (T/F) pour voir comment vous prenez vos décisions

Les quatrièmes (J/P) pour voir votre rapport au monde

Voici le lien d'un site internet gratuit pour faire le test :



Le test déterminera le profil de personnalité

Il y a 16 types de personnalités

Chaque types de personnalités ouvrent à certains métiers plutôt que d'autres

Mon profil MBTI est :

	<i>Type Sensation</i>		<i>Types Intuition</i>	
<i>Introvertis</i>	ISTJ <i>Administrateur</i>	ISFJ <i>Protecteur</i>	INFJ <i>Visionnaire</i>	INTJ <i>Perfectionniste</i>
	ISTP <i>Praticien</i>	ISFP <i>Conciliateur</i>	INFP <i>Zélateur</i>	INTP <i>Concepteur</i>
<i>Extravertis</i>	ESTP <i>Pragmatique</i>	ESFP <i>Boute-en-train</i>	ENFP <i>Communicateur</i>	ENTP <i>Innovateur</i>
	ESTJ <i>Organisateur</i>	ESFJ <i>Nourricier</i>	ENFJ <i>Animateur</i>	ENTJ <i>Meneur</i>
	<i>Action</i>	<i>Service</i>	<i>Relation</i>	<i>Pensée</i>

Exercice : coaching par groupe de 3

Exercice de coaching : A coache B et est observé par C






Faire des recherches sur internet pour trouver les métiers compatibles avec le profil

Sélectionner ensuite les métiers qui attirent vraiment

Enfin, trier les métiers qui restent en fonction de la fiche résumé

Résumé de la phase 2

Lorsque vous avez terminé un des parcours, il est important d'analyser chaque métier trouvé en fonction de la fiche résumé de la phase 1

	mes qualités
	Mes centres d'intérêt
	Mes intelligences multiples
	compétences
	valeurs

Formation coaching scolaire et de jeunes



Module orientation scolaire (2^{ème} partie)

Formation donnée par Sandrine Loix

Coach pour adolescents et jeunes adultes

Séances questions - réponses

Avez-vous des questions à propos de la première partie du module sur l'orientation scolaire ?

Avez-vous d'autres questions ?



Révision de la première partie

Exercice : mise en situation

Choisir une mise en situation parmi les fiches.

Travailler par groupe de 3 en utilisant l'explorama® :

- En fonction du profil décrit, imaginer et sélectionner les planches qui auraient été choisies
- Commencer le coaching de recherche de métiers

A coache B et est observé par C :

45 minutes par personne

(30 minutes de coaching et 15 minutes de débriefing)



Entre la phase 2 et la phase 3 : Recherche



Faire travailler le jeune pour ses recherches à propos des différents métiers choisis.

Le choix pourra se faire selon 1, 2 ou 3 critères différents en fonction du jeune :

- Par la logique
- Par les sentiments
- Par les sources externes



Exercice : à faire en petits groupes

Préparer une fiche de travail de recherches et de réflexion pour aider le jeune :

Que faut-il y mettre selon vous ?



Phase 3 : Prise de décision

Exercice : Comment chercher un parcours d'études ?

En Humanité

- <https://monecolemonmetier.cfwb.be/>
- <https://monecolemonmetier.cfwb.be/jexplore-les-secteurs/>

En supérieur

- <https://formations.siep.be/formation/secteurs/> (payant si vous souhaitez la liste des écoles)
- <https://mesetudes.be/>
- <https://monorientation.be/formation>
- <http://www.enseignement.be/index.php?page=0&navi=18>





Définir un objectif SMART

Il est important que le jeune parte de la dernière séance avec des objectifs SMART.

Celui-ci lui permettra de mettre en place les stratégies pour atteindre son but.



Exercice : à faire tous ensemble

Donnez votre propre définition pour chacun des acronymes :

Spécifique :

Mesurable :

Atteignable :

Réaliste :

Temporel :



Exercice : à faire par groupe de 4

Préparer une fiche d'objectifs avec les étapes que le jeune doit encore réaliser :

Que faut-il y mettre selon vous ?





Séance de brainstorming

Comment souhaitez-vous vous positionner dans votre futur rôle de coach en orientation ?

1. Allez sur wooclap.com
2. Entrez le code d'événement dans le bandeau supérieur
3. Code d'événement - JMXCJY

Partageons entre nous les résultats



A vous de jouer maintenant et de créer
votre propre trajet d'orientation pour les
jeunes en fonction de vous, de la
formation, de vos lectures, etc...



Merci pour votre participation
et pour nos échanges

Je reste à votre disposition pour toute
question complémentaire

sandrinel.metamo@gmail.com

