



CAHIER D'ACCOMPAGNEMENT  
POUR LES PARENTS

Version courte

# JOURNAL DU CHOIX PROFESSIONNEL

Daniel Jungo • Erwin Egloff

## Chers parents,

Au moment de leur entrée au premier niveau secondaire, les jeunes entament leur processus de choix professionnel. En tant que parents, vous pouvez jouer un rôle actif dans la recherche d'un métier, en les stimulant, soutenant et encourageant. Vous êtes les interlocuteurs les plus proches et les plus importants des jeunes concernés. Le présent cahier d'accompagnement pour les parents vous montre comment encadrer idéalement votre enfant dans le processus du choix professionnel.

Nous vous souhaitons, ainsi qu'à votre fille ou votre fils, bonne chance et plein succès lors de son choix professionnel.

## Renforcer votre enfant

Pour renforcer votre enfant dans le processus du choix professionnel, il est important de veiller à conserver une attitude positive. Idéalement, il convient de l'accompagner sur une base de partenariat empreint de compréhension, en renforçant les comportements positifs.

Les comportements décrits par les exemples de parents :

### Confiance en soi

« Notre fille a cherché le dialogue avec son maître pour une note perçue comme injuste. »

### Indépendance

« Notre fils nous a surpris en organisant un stage de façon autonome. »

### Initiative

« Notre fille ne dispose jamais de suffisamment de temps libre. Elle trouve toujours un loisir qui lui plaît. »

### Persévérance

« Notre fils a un passe-temps particulier : il est fasciné par le domaine des cars postaux. »

### Aptitude relationnelle

« Notre ainé est un peu timide. Mais il a trois amis, qui cherchent régulièrement le contact avec lui. »

### Caractéristiques d'un accompagnement basé sur le partenariat et empreint de compréhension

- Comprendre les sentiments
- Faire preuve de compréhension
- Proposer de l'aide
- Stimuler la réflexion
- Laisser de la marge de manœuvre décisionnelle

Je trouve que tu as rédigé une très bonne lettre de motivation. J'ai juste deux propositions pour améliorer encore la formulation.



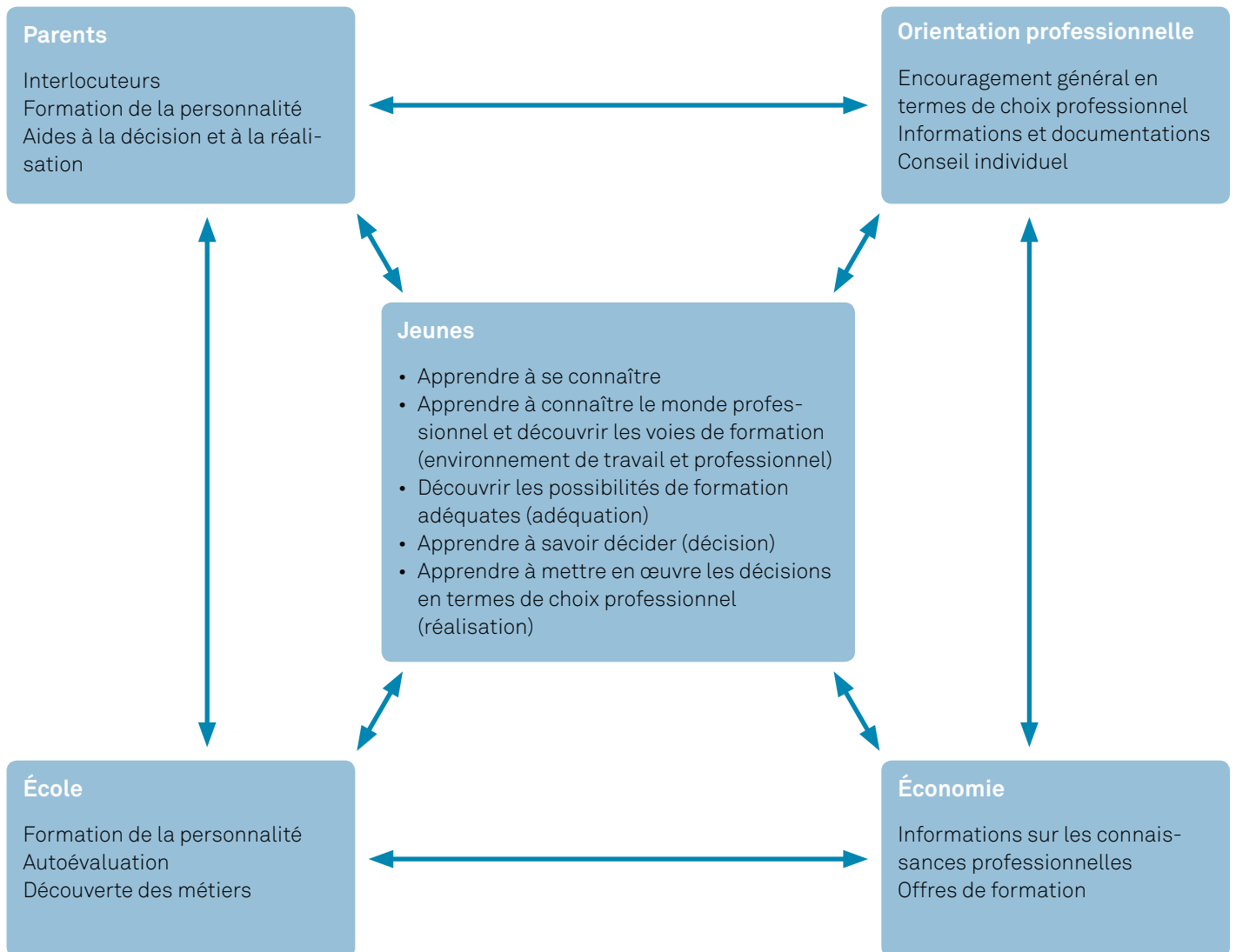
### CONSEIL

Renforcez les attitudes positives comme la confiance en soi, l'indépendance, l'initiative, la persévérance et les capacités relationnelles.



## Le modèle de coopération

Le modèle de coopération montre que les parents ne représentent pas l'unique soutien des jeunes dans le processus du choix professionnel. L'école, l'orientation professionnelle et l'économie jouent un rôle également.



Le modèle de coopération de la préparation au choix professionnel indique les principaux partenaires.

## Les cinq étapes du choix professionnel

Pour votre enfant, le passage de l'école publique à la vie professionnelle ou à une école supérieure se déroule en plusieurs étapes. L'objectif est de trouver une solution appropriée au sortir de la scolarité.



# 1

### J'apprends à me connaître

#### Découvrir ses points d'intérêts et capacités

- État des lieux et autoévaluation à l'aide du cahier de réflexion
- Observations pendant les loisirs et à l'école
- Entretiens avec les parents, maîtres et maîtresses, conseillers et conseillères en orientation professionnelle

# 2

### Je découvre le monde professionnel

#### Récolter des informations sur les métiers

- OP Centres d'orientation professionnelle : documentation générale, profils professionnels, outils d'information concernant les études, magazines du choix professionnel
- Offres sur Internet
- Découverte des métiers



#### CONSEIL

- Renseignez-vous périodiquement sur les thèmes intéressant votre enfant actuellement et informez-vous à leur sujet.

## Je me compare à l'environnement professionnel



3

### Trouver des objectifs professionnels et de formation adéquats

- Questionnaire d'intérêts, boussole des intérêts et répertoire des professions
- Classement des métiers favoris
- Préférences et exigences
- Entretiens avec les parents, maîtres et maîtresses, conseillers et conseillères en orientation professionnelle

## Je découvre des métiers et prends ma décision

### Découvrir l'univers professionnel et prendre des décisions

- Stages d'orientation
- Entretiens avec des professionnels et maîtres/maîtresses d'apprentissage
- Exploration de la vie professionnelle
- Visites et explications des professions
- Manifestations d'information
- Examiner les chances : informations, perspectives de trouver une place d'apprentissage, solutions de rechange etc.



4

## Je mets en œuvre ma décision

### Trouver une place d'apprentissage

- Chercher les adresses d'entreprises formatrices
- Envoyer des dossiers de candidature
- Entretien d'embauche
- Gestion des refus

### Trouver une solution transitoire ou une offre passerelle

- Améliorer les chances
- Préparation à la profession ou à l'école
- Améliorer les connaissances linguistiques

### Prévoir une école supérieure

- Choisir l'établissement
- Passage
- Réussir l'examen d'entrée



5



## Découvrir le quotidien professionnel

Il est important et intéressant pour les jeunes de découvrir en direct le quotidien professionnel. Cela leur permet de s'approcher à grands pas de l'objectif du choix professionnel.



Les jeunes sont confrontés la réalité professionnelle et obtiennent un aperçu de l'environnement de travail.

- Exploration de la vie professionnelle
- Visites et explications des professions et manifestations d'information
- Visites de découverte, stages d'orientation (stage de choix professionnel)
- Entretiens avec des professionnels

## Chercher une place d'apprentissage

À l'aide de listes d'adresses d'entreprises, les jeunes peuvent déposer leur candidature pour les places d'apprentissage proposées.



### CONSEILS

- Aidez-les dans la recherche d'une place d'apprentissage.
- Utilisez les adresses Internet de la bourse suisse des places d'apprentissage que vous trouverez sur [www.berufswahltagbuch.ch/lehrstellen](http://www.berufswahltagbuch.ch/lehrstellen)
- Demandez à votre famille, vos connaissances et au personnel enseignant de vous soutenir et de vous fournir des adresses.
- Lisez les offres d'emploi dans les journaux et plateformes Internet.
- Sollicitez des entreprises de façon ciblée.
- Prenez en considération les métiers associés suffisamment tôt.



## Entretiens d'embauche

L'impression laissée lors de l'entretien d'embauche est déterminante pour le succès de la candidature. Les parents ne peuvent pas éviter les refus, mais apaiser la déception.



### CONSEILS

#### Entraînez l'entretien d'embauche

- « Pourquoi aimerais-tu apprendre ce métier ? »
- « Quelles sont tes connaissances de ce métier ? »
- « Quels sont tes points faibles et tes points forts ? »

#### Ce que vous pouvez faire en cas de refus

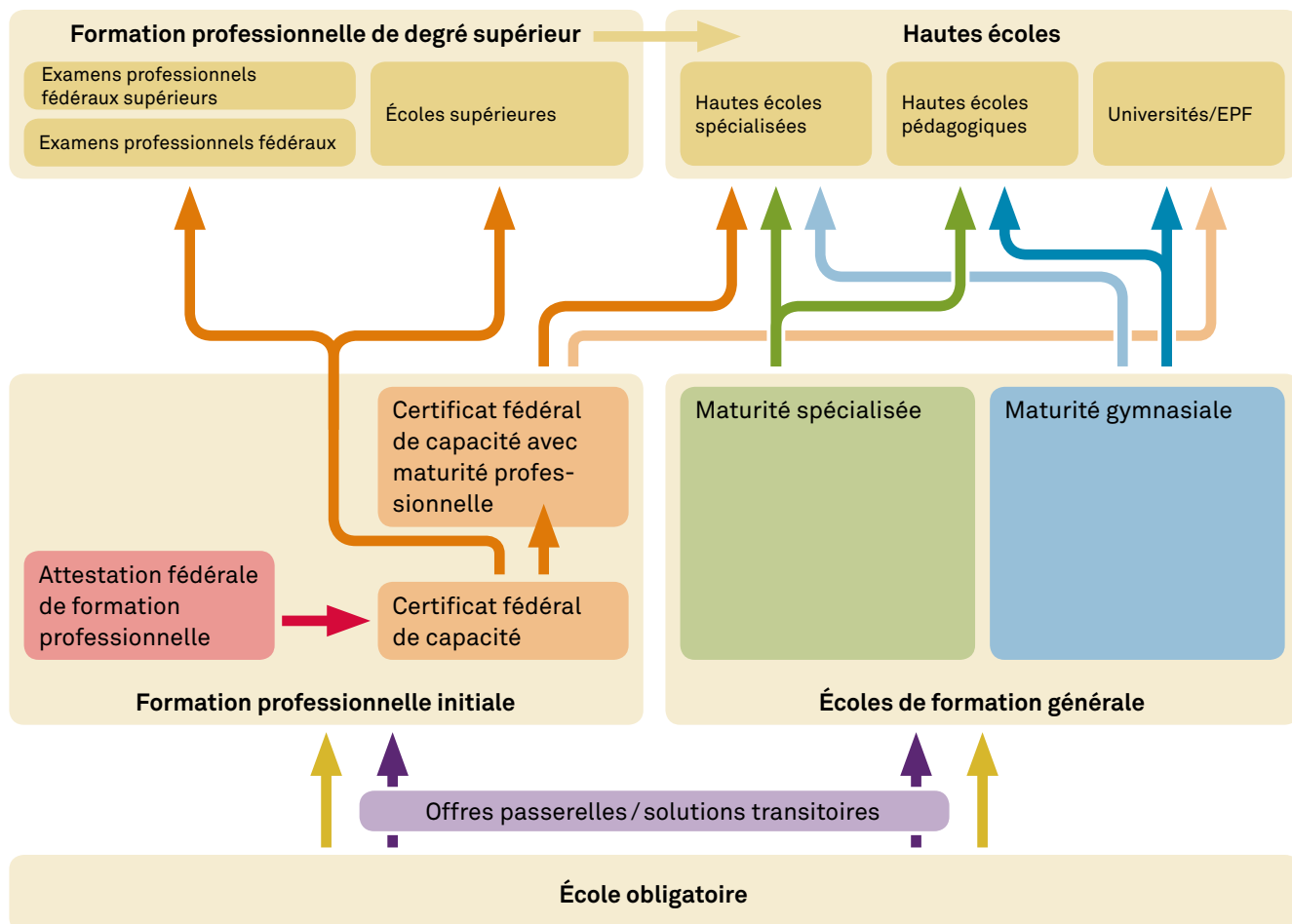
- Ne vous laissez pas décourager.
- Montrez à votre enfant que vous partagez et comprenez ses sentiments négatifs.
- Cherchez ensemble des solutions.

#### Conseils pour gérer les refus répétitifs

- Demandez les motifs de refus.
- Soutenez votre enfant pour ses prochaines candidatures.
- Vérifiez les documents de candidature.
- Demandez de l'aide aux enseignants ou à l'orientation professionnelle.

## Le système de formation en Suisse

À l'issue de la période de scolarité obligatoire, différentes formations professionnelles ou scolaires sont proposées. Découvrez les diverses voies de formation afin que vous puissiez prendre une décision judicieuse avec votre enfant. L'illustration montre les voies les plus fréquemment empruntées dans le système de formation en Suisse. Dans certains cas, d'autres voies sont possibles.



Les lignes foncées représentent les voies de formation avec accès direct.



Les lignes plus claires exigent des qualifications supplémentaires ou une pratique professionnelle.

## Impressum

**BERUFSWAHLTAGEBUCH**  
Elternheft Kurzfassung Französisch

**Autoren** Daniel Jungo, Erwin Egloff **Projektleitung** Bruno Bachmann  
**Herstellung** Katja Iten **Gestaltung** Hansen Typografische Gestaltung, Luzern  
**Illustrationen** Sarah Safu Furrer **Übersetzung** Apostroph Luzern AG, Luzern  
**Bilder Seite 2** © Christoph Hähnel – Fotolia.com; © PeopleImages/www.istockphoto.com  
**Seite 6** Andreas Gerosa, Heini Gubler **Seite 7** © auremar – Fotolia.com

© 2017 Schulverlag plus AG (übersetzte, gekürzte Ausgabe von Art.-Nr. 88646)  
Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt.  
Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlags.