

Dossier de fiches  
pédagogiques

# Se connaître pour s'orienter



**Futures  
Numériques**



**Ressources**  
[futures-numeriques.fr](https://futures-numeriques.fr)

**FR-CiDFF**  
Fédération régionale des centres  
d'information sur les droits  
des femmes et des familles  
Nouvelle-Aquitaine

## SOMMAIRE

### Se connaître pour s'orienter

Fiche 1 – Mieux connaître l'environnement dans lequel évoluent les lycéen.ne.s p.3

Fiche 2 – L'intérêt d'associer les compétences à l'orientation p.4

Fiche 3 - Les tests d'orientation – 1/2  
Tests JAE p.5  
Tests ONISEP p.6

Fiche 4 – Test de personnalité p.7

Fiche 5 – Conseils de Futures-numériques p.8

Bibliographie p.9



# Fiche 1 – Mieux connaître l'environnement dans lequel évoluent les lycéen.ne.s

L'image de soi est primordiale dans le choix du métier et de l'orientation. Les lycéen.ne.s construisent leur identité en prenant compte de l'avis des autres, l'image qu'ils.elles renvoient et/ou leur image perçue par leurs camarades ainsi que leur entourage (professeur.e.s, parents...). Face à ce constat, il est important de travailler avec les adolescent.e.s en conscience.

Françoise Vouillot, Maitresse de conférences en psychologie de l'orientation INETOP/CNAM et responsable du groupe de recherche OriGenre, Laboratoire CRTD, a identifié le sujet :



*« Les choix d'orientation nous impliquent énormément sur le plan identitaire et psychologique. Qu'est-ce que j'ai envie de devenir, à mes propres yeux, mais aussi aux yeux et au jugement des autres ? Au moment où ces choix d'orientation devront être rendus publics, l'adolescent.e., qui est alors en plein changement de métabolisme, va devoir exprimer son degré de conformité ou de transgression par rapport au système de normes qui la.le caractérise, d'abord en tant que fille ou garçon, puis vis-à-vis de sa classe sociale, l'endroit où elle.il habite... »*

L'orientation est une anticipation du placement dans la vie adulte pour les femmes et les hommes, de fait, il y a des risques de stéréotypes de genre sur le sujet. Des circulaires ont été mises au point mais il est important, au moment de l'accompagnement, de renseigner sur le sujet.

## A qui s'adresse cette fiche ?



- > Personnel enseignant
- > Conseiller d'orientation
- > Parents

« Pour en savoir plus, rendez-vous dans la bibliographie pour se référer aux études de Françoise Vouillot.

## Fiche 2 - L'intérêt d'associer les compétences à l'orientation

Le constat fait dans l'étude « qu'est-ce qui influence les choix d'orientation des lycéen.ne.s sur le fond et sur la forme ? » analyse la distance entre la réalité des lycéen.ne.s vis-à-vis des notions d'emplois, leur attention étant portée sur l'année à valider, les diplômes / semestres à obtenir.

Apprendre à se connaître, prendre conscience de ses goûts, de ses envies et de ses aptitudes est un bon moyen de commencer à se projeter dans un avenir professionnel et nombre de quiz ont été développés dans ce sens.

Les deux fiches à venir présentent des questionnaires et des quiz accompagnant les lycéen.ne.s à l'identification de leurs compétences mais aussi de leur personnalité afin de s'orienter vers des filières cohérentes par rapport à leur profil.

Présentation de 2 tests d'orientation :

- Fondation Jeunesse Avenir Entreprise (JAE) et
- ONISEP

Et 2 testes de développement personnel :

- Test des couleurs (ou DISC)
- MBTI ou test des 16 personnalités

### Pourquoi ces tests ?

Les tests sur l'orientation menant à des métiers sont très intéressants mais doivent être encadrés par des acteurs de l'éducation.

**>> Accompagnateur.trice recommandé :  
personnel enseignant et conseiller.e d'orientation**

Les tests dits DISC et MBTI permettront d'avoir un regard plus large et centrées autour des personnalités / compétences relatives au savoir être des personnes interrogées. Utilisés dans les travaux de développement personnel, ces tests peuvent également orienter professionnellement. Ils permettent de sortir de l'axe « études » / « post bac » et valoriser les savoir être de chacun.e.

**>> Toute personne peut accompagner sur ces outils  
Il est recommandé aux adultes de passer aussi les tests pour échanger  
..... sur les résultats avec les lycéen.ne.s**

### A qui s'adresse cette fiche ?



**> Personnel enseignant  
> Conseiller d'orientation**



**Thématique :  
Orientation, test,  
compétences, formations**

# Fiche 3 – Les tests d'orientation – 1/2

## Tests JAE

La fondation JAE a mis à disposition sur le site futures-numeriques.fr une plateforme (Inforzon) ouvrant à des tests. Ces derniers s'appuient sur les goûts et les premières compétences de chacun.e. Le premier questionnaire est construit autour de 55 questions. La personne doit se prononcer sur des affirmations, par exemple : « j'aime réparer des choses » : tout à fait d'accord / d'accord / un peu d'accord / pas d'accord / je ne sais pas.

A l'issue du questionnaire, 11 familles de métiers sont proposées en fonction des appétences de chacun.e, classées par ordre de préférence selon les résultats. Les adolescent.e.s peuvent ensuite voir les métiers associés aux familles présentées.

Sur la même page, et sous les familles de métiers, un graphique en radar met en valeur les appétences de la personne qui a répondu et pointe les points communs rencontrés, pour aller plus loin dans l'analyse

Puis un second questionnaire donne la possibilité à la personne qui répond d'aller plus loin autour des familles de métiers qui ressortent de manière prépondérante dans le 1<sup>er</sup>. De la même manière, des affirmations sont proposées, la personne répondant doit valider des réponses allant de « j'aimerais beaucoup » à « je n'aimerais pas ». Les sous-familles relatives aux réponses sont ensuite présentées et disponibles à la lecture. Pour aller plus loin : chacun.e peut répertorier les fiches métiers de ces familles et sous-familles.

>> Se renseigner sur le test : <https://www.parcoureo.fr/> puis cliquez sur **Inforizon** et **Questionnaires**

>> aller sur le site

### A qui s'adresse cette fiche ?



- > Personnel enseignant
- > Conseiller d'orientation
- > Parents
- > CIDFF et intervenant.e.s en milieu scolaire



« La Fédération Régionale des CIDFF de Nouvelle-Aquitaine a fait le choix de travailler un partenariat avec la Fondation JAE pour le programme Futures-numériques. Toutes les raisons sont expliquées sur la fiche bibliographique

## Fiche 3 – Les tests d'orientation – 2/2

### Test ONISEP

L'ONISEP a également développé un questionnaire. Celui-ci est tourné autour de questions sur les préférences « où te sens-tu à l'aise ? » « qu'aimes-tu faire le week-end ? » etc.

A l'issue des 11 questions, des secteurs sont mis en valeurs :

- Le.les secteurs conseillés
- Le.les secteurs pertinents
- Le.les secteurs peu pertinents

Cette analyse permet à la personne qui répond d'observer un diagramme circulaire avec les secteurs répartis en pourcentage en fonction des réponses, puis se renseigner sur les métiers composants le secteur.

>> Se renseigner sur le test :

<https://www.onisep.fr/Decouvrir-les-metiers/Des-metiers-selon-mes-gouts/Quiz-quels-metiers-selon-mes-gouts>

#### A qui s'adresse cette fiche ?



- > Personnel enseignant
- > Conseiller d'orientation
- > Parents
- > CIDFF et intervenant.e.s en milieu scolaire



>> aller sur le site

## Fiche 4 – les tests de personnalité

L'ensemble de ces outils donneront une lecture plus approfondie de la personnalité du répondant.e. Grâce aux résultats, il est possible de se renseigner sur les métiers numériques qui pourraient correspondre le mieux : métiers autour du développement, de la gestion de projet web, de la technique réseau, du droit en ligne...

Le DISC ou test des couleurs est un outil utile pour l'évaluation personnelle, ce test travaille également autour des styles de comportement et de communication. C'est un test utile pour se découvrir personnellement ou apprendre à connaître les autres au regard des réponses. Il est construit autour de 4 grandes familles : la famille des dominants, des influents, des stables, des consciencieux. Les résultats présentent le profil des répondant.e.s incluant la part de chaque famille dans le profil. Ce test n'est pas un test de QI, il ne mesure ni l'intelligence, ni les aptitudes personnelles, il offre un regard sur les comportements humains. Ce test a été développé grâce à des études des années 30, notamment les travaux de William Maston Mouton.

Le MBTI ou test des 16 personnalités. Ce test est l'un des plus connus dans le secteur du recrutement, il met la lumière sur les personnalités / profils définis grâce à l'analyse des résultats. Les réactions spontanées des répondant.e.s permettent de définir leurs processus mentaux et aboutir à l'une des 16 personnalités développées dans le cadre du MBTI. Ces profils donnent des informations sur les besoins de chacun.e, des lectures autour des choix et motivations des répondant.e.s. Les profils évoluent tout au long de la vie et donnent une analyse à instant T au regard des choix de la personne. Une part du test permet de faire le point sur les ambitions professionnelles des répondants et orienter vers des jobs correspondants. Enfin, ce test donne des informations sur les relations aux autres, appréhender son fonctionnement et les dynamiques de développement.

**Attention ! Il n'y a pas de bons résultats et il s'agira d'être très vigilante à ce que la lycéenne ne pense pas se tromper d'orientation en fonction des résultats. La richesse des métiers numériques réside dans la pluralité des disciplines et la possibilité de mélanger tous types de profils.**

### A qui s'adresse cette fiche ?



- > Personnel enseignant
- > Conseiller d'orientation
- > Parents
- > CIDFF et intervenant.e.s en milieu scolaire



**Thématique :**  
Personnalité, test, compétences, savoir-être

>> Se renseigner sur le DISC :

<https://www.profil4.com/disc-test>

**>> aller sur le site**

>> Se renseigner sur le MBTI :

<https://www.16personalities.com/fr>

**>> aller sur le site**

# Fiche 5 – Les conseils de Futures-numériques

## Pour s'orienter, faire la lumière sur ses compétences/sa personnalité.

Avant les échanges autour des compétences et de la personnalité, l'adulte peut faire les tests proposés pour les comprendre et aider à la lecture. À garder en tête, tout le monde a des stéréotypes sur les métiers et ce qu'un garçon doit exercer / ce qu'une fille doit faire. Le sujet des compétences différenciées arrive souvent avec l'idée que les garçons et filles n'ont pas les mêmes aptitudes. Avant d'échanger sur les sujets personnalités, orientation, métiers, il peut être intéressant de réfléchir et lire quelques littératures dédiées.

## Casser les stéréotypes

Important de recentrer le discours et permettre aux jeunes d'associer l'impact du métier dans son environnement et associer la performance.

C'est-à-dire, permettre aux filles d'associer leur performance à la possibilité de s'inscrire dans une démarche sociétale / globale mais aussi aux garçons de visualiser leur action de performance dans un environnement plus global et mesurer son impact sociétal.

## S'entourer

Le personnel éducatif ne peut être formé à tous les sujets, alors, il est possible de s'entourer. En effet, faire confiance aux initiatives, les soutenir, en stimulant le partage d'expérience et en saluant le travail réalisé permet de monter en compétence, aller plus loin dans les sujets voire déléguer certains sujets. Nombre d'associations travaillent sur ces sujets, notamment les CIDFF présents dans 105 départements en France, il y en a certainement un près de chez vous.

## A qui s'adresse cette fiche ?



- > Personnel enseignant
- > Conseiller d'orientation
- > Parents
- > CIDFF et intervenant.e.s en milieu scolaire



**Thématique :**  
Orientation, test, compétences, formations

« Pour aller plus loin et se référer à d'autres analyses, études, etc. RDV sur la page bibliographie



# Bibliographie

- L'orientation scolaire est toujours très sexuée – Françoise Vouillot (CNAM)  
<http://www.ellesbougent.com/marraines/temoignages/francoise-vouillot-cnam-orientation-scolaire-est-toujours-tres-sexuee-2163/?fbclid=IwAR0n2ddTvwTptNY0xpcP9jgSdQtDOwR2K0oyodumg2gX7Y9pwPrrXmQkkEY>
- France Culture – Orientation scolaire, peut-on sortir des biais de genre ?  
<https://www.franceculture.fr/emissions/etre-et-savoir/orientation-scolaire-peut-sortir-des-biais-de-genre>
- FEJ / Priorité jeunesse - Lutte contre les stéréotypes sexistes dans l'orientation  
[https://www.experimentation-fej.injep.fr/IMG/pdf/FEJ\\_synt\\_stereotypes\\_2014\\_BD3.pdf](https://www.experimentation-fej.injep.fr/IMG/pdf/FEJ_synt_stereotypes_2014_BD3.pdf)
- Orientation et genre : approches psychosociales  
<https://journals.openedition.org/osp/11397>
- L'impact des stéréotypes de genre au lycée  
<https://www.reseau-canope.fr/nouveaux-programmes/magazine/vie-scolaire/limpact-des-stereotypes-de-genre-au-lycee.html>
- Les métiers du numérique par via-compétences  
<http://www.via-competences.fr/prao/documentation/les-dossiers-thematiques/les-metiers-du-numerique/les-metiers-du-numerique-92815.kjsp>



*A noter : l'équipe de la FR-CIDFF NA a choisi de s'associer à la plateforme JAE sur l'onglet orientation pour plusieurs raisons. L'outil a été développé au regard du genre, en effet, dès l'inscription, la plateforme intègre le genre de la personne pour proposer des métiers et photos adaptées.*

*Par exemple, si je suis une femme, la plateforme me propose des métiers tels que : chercheuses, informaticiennes, cheffes de projet digital... en fonction des choix faits. Les photos associées sont également conditionnées : si je suis une femme la plateforme me proposera des images de femmes exerçant le métier ou des photos neutres (sans genre). Enfin, aucune donnée informant sur de faibles représentations, pouvant être décourageantes, ne sont référées, la présentation des métiers se fait au regard des compétences, de l'employabilité, des formations, et peut comprendre des témoignages afin de valoriser les parcours et de ne pas culpabiliser les lecteurs.trices.*

# Dossier de fiches pédagogiques

## Les autres dossiers :

> La relation des lycéen.ne.s à  
l'emploi

> Le droit de recommencer

> L'orientation non genrée



 **Futures  
Numériques**

**Contacts :**  
Céline Goeury - cheffe de projet  
[c.goeury@frcidffna.org](mailto:c.goeury@frcidffna.org)

Un projet

**FR-CiDFF**

Fédération régionale des centres  
d'information sur les droits  
des femmes et des familles

Nouvelle-Aquitaine