

PARTIE 2 : VAINCRE LA DIFFICULTÉ DE CHOISIR

La plupart du temps, l'indécision est créée soit par un manque d'information soit, au contraire, par un trop-plein, une absence de méthode, une trop grande dépendance par rapport à votre milieu ou, encore, un certain manque de maturité vocationnelle. L'interaction avec l'entourage est bien évidemment importante et joue un grand rôle dans nos indécisions et, de manière plus générale, dans notre manière de nous sentir ou non « capables » d'entreprendre telle ou telle chose. Nous avons vu ce point essentiel dans le chapitre précédent qui aborde le rôle de « nos croyances ». Par ailleurs, le fait de ne pas avoir le sentiment de contrôler les événements a le plus souvent pour conséquence de nous faire hésiter et repousser le plus possible la prise de décision.

Damien, 14 ans : « J'ai un petit projet en tête, mais je ne sais pas si j'y arriverai. Je voudrais être producteur et architecte d'intérieur, c'est-à-dire décorer des scènes de cinéma, en même temps je souhaiterais avoir un cabinet d'architecte d'intérieur où des gens pourraient demander de faire le décor chez eux. Je m'intéresse pas mal au feng shui, c'est pour ça que je voudrais remettre de l'ordre dans des maisons avec une bonne circulation de l'énergie. En même temps j'hésite avec l'hôtellerie, c'est-à-dire : diriger un hôtel en arrangeant le décor, résoudre ce qui ne va pas, être dans mon bureau devant mon PC... Malheureusement j'ai de gros problèmes pour réaliser ces projets. Je n'aime pas les études : apprendre des leçons inutilement, retenir, oublier, faire des devoirs... »

La vraie recette pour éviter de passer de l'indécision à l'anxiété, votre véritable ennemie, est de vous interroger sérieusement sur la ou les raisons de vos hésitations. Qui peut être assez prétentieux (ou naïf) pour se croire capable de trouver sa voie en une seule fois et sans aucune difficulté de choix ? Ce qui compte, au contraire, c'est de savoir que choisir une orientation est une chose complexe, qui se fait par étapes et par essais-erreurs.

LA RAISON DE NOS HÉSITATIONS

Le choix d'une formation s'inscrit souvent dans une période de la vie où les changements et mutations, psychologiques, corporels et sur le plan des relations sociales sont nombreux. Plusieurs chercheurs ont montré qu'à cette étape la question du

« Qui suis-je ? » est primordiale. L'adolescence (de 15 à 18/20 ans selon les individus) est une période au cours de laquelle notre personnalité et nos relations avec les autres changent. Pour ne prendre qu'un exemple, nos relations avec nos parents deviennent plus conflictuelles : tout en maintenant les liens d'attachement, nous faisons tout pour acquérir notre autonomie.

LA RECHERCHE DE NOTRE IDENTITÉ PERSONNELLE

De manière générale, à cet âge, nous devons « actualiser » notre conscience de nous-mêmes en passant d'une appartenance à un groupe (la bande de copains et copines) à une identité plus indépendante. C'est ainsi que le choix d'une formation annonciatrice du choix d'un métier vient s'ajouter à tous ces facteurs de doute et d'hésitation. Dans le même temps néanmoins, ce choix s'inscrit aussi dans un continuum au cours duquel votre personnalité et la conscience que vous avez de ce qui est bien pour vous vont s'affiner. Plusieurs recherches menées dans le monde entier ont montré qu'en général l'estime de soi change en fonction de l'âge : elle diminue légèrement au début de l'adolescence, pour augmenter ensuite de manière régulière et substantielle.

Comment dresser son portrait ? D'ailleurs, à l'adolescence, on se définit moins par des critères physiques qu'en faisant référence à des traits durables, à une philosophie personnelle et à des normes morales. Roberto Montemayor, dans la revue de psychologie intitulée *Le Développement de la conscience de soi*, rapporte la façon dont se définit une jeune fille de 17 ans : « Je suis un être humain. Je suis une fille. Je suis une personne. Je ne sais pas qui je suis. Je suis Capricorne. Je suis indécise. Je suis ambitieuse. Je suis très curieuse. Je suis solidaire. Je suis pour la démocratie. Je suis radicale. Je suis conservatrice. Je suis athée. Je ne suis pas une personne que l'on peut classer. D'ailleurs je ne veux pas être classée. »

COMBATTRE LES IDÉES REÇUES

Cette quête d'identité se double d'idées reçues qui sont légion dans le domaine de l'orientation. En voici trois incontournables :

Il y a une et une seule formation qui me correspond vraiment

Si, comme nous l'avons déjà largement évoqué, chacun d'entre nous a des talents, des intérêts et des motivations qui feront qu'il se sentira mieux et sera plus efficace dans une formation puis, plus tard, dans une activité professionnelle plutôt qu'une autre, il n'y a pas pour autant une seule voie possible de réussite. Les talents, comme vous le verrez dans les parties suivantes, permettent tout au contraire d'accéder à une véritable palette de choix possibles parmi un groupe de formations et d'activités faisant précisément appel aux talents en question. Par ailleurs, il n'est pas rare que des personnes prennent du plaisir dans la poursuite d'une formation qui, au départ, ne correspondait pas particulièrement à leurs talents de base. La vie, et c'est heureux, connaît mille et un détours et l'être humain n'est pas réductible à un rôle et un seul.

Attention aux effets de mode

Tout le monde aspire, sinon à la notoriété, tout au moins à une certaine reconnaissance par son entourage. Preuve que la sphère professionnelle reste un miroir important et une source d'identité sociale. Toutefois, positionner sa recherche de manière trop ambitieuse peut, dans certains cas, être facteur d'indécision et donc d'anxiété. Avoir de l'ambition, vouloir réussir et exercer une activité professionnelle valorisante, n'est bien sûr pas une tare. Mais, outre le fait que la réussite professionnelle ne remplacera jamais la valeur personnelle, c'est prendre le risque de choisir en fonction des modes. Attention au phénomène de la girouette car les modes d'aujourd'hui ne sont pas forcément celles de demain.

Comme nous le verrons encore plus clairement dans la partie suivante, nous avons tous une personnalité vocationnelle qui nous pousse à faire telle chose plutôt que telle autre. Nous vous proposons de découvrir la vôtre et d'affiner cette connaissance à travers une réflexion libre et intuitive. Tel Ulysse, ne vous laissez pas séduire par les sirènes de la mode. Plus un métier attire et moins les débouchés ont de chances d'être favorables car les voies qui y mènent risquent fort de connaître des embouteillages. De plus, si vous raisonnez à partir d'images toutes faites, vous vous exposez à des déconvenues car la réalité ne correspondra peut-être pas à l'image que vous vous étiez laissé imposer. Inversez la vapeur en repartant de vous puis recherchez l'info pour confirmer vos premières idées. Sachez que, même dans un secteur qui paraît bouché, celui qui est vraiment motivé pourra dans tous les cas, plus facilement, faire son trou qu'un candidat non motivé.

Le choix que j'ai à faire m'engage pour toute la vie

Cette source d'indécision est assez fréquente. Elle prouve que la perception des choses passe d'une génération à l'autre et met du temps pour évoluer. En effet, ceux

d'entre vous qui passeront leur vie professionnelle en exerçant un seul et même métier ne seront certainement pas légion. D'ores et déjà, technologies et mondialisation de l'économie aidant, les activités professionnelles changent et les individus sont contraints, de plus en plus fréquemment, à se réorienter voire se reconverter totalement. Plus que de choisir une formation pour la vie, il s'agit pour vous d'identifier le domaine le plus susceptible de correspondre à vos talents, à vos intérêts et à vos motivations. C'est ainsi, et seulement ainsi, que vous pourrez ensuite plus aisément choisir parmi les débouchés qui vous seront proposés.

Je ne suis jamais certain de faire le bon choix

Y a-t-il seulement un bon choix, serait-on tenté de répondre. Paradoxalement, le bon choix, qui induit l'idée qu'il n'y aurait qu'un choix unique (voir point précédent), ne s'assimile-t-il pas à une voie de garage ? En effet, lorsque l'on n'a qu'un seul choix, n'est-ce pas simplement parce que les contraintes extérieures sont trop fortes ? Vouloir être sûr de faire le bon choix est souvent une façon de repousser les décisions à plus tard. C'est aussi prendre le risque de perdre un temps précieux en tergiversations quand d'autres savent utiliser leur indécision pour se laisser en partie porter par leur envie et leur intuition.

SE FIER À SON INTUITION

Dans notre monde en perpétuel mouvement, l'indécision constitue un vrai paradoxe. D'un côté, il faut être un peu indécis pour ne pas s'arc-bouter sur des choix par trop définitifs qui nous empêcheraient de saisir une opportunité intéressante (et imprévue) ; d'un autre côté, l'indécision peut facilement mener à l'anxiété, ce qui n'est jamais bon car on se sent alors sans moyens et on peut encore moins facilement faire des choix. Mais que faire ?

« Lorsqu'on est perdu en montagne et que quelqu'un vient à passer, on peut toujours lui demander son chemin. Mais si dix ou vingt personnes arrivent à ce moment-là et que chacune d'entre elles nous conseille, avec conviction, une voie différente, on se sent tout aussi perdu qu'avant. Il ne reste plus alors qu'à tâcher de penser par

soi-même, en sachant qu'on ignore encore la vérité », écrit Colas Duflo en introduction d'un petit guide de philosophie pratique intitulé *Pour des morales par provision* (éditions Labor et Fides).

Quel drôle d'oiseau êtes-vous ?

Dans un livre amusant et utile, deux conseillers d'orientation québécois ont établi une typologie des étudiants indécis, basée sur le comportement des oiseaux. Chaque comportement correspond au cri supposé de l'oiseau en question face à la nécessité de s'orienter.

L'autruche : « Ne me parlez pas de ça, ça m'énerve. »

Le colibri : « Tout m'intéresse. Je veux m'inscrire en biologie. Non, en arts plastiques. Non, en journalisme. »

Le pivert : « Depuis que je suis tout petit, je veux devenir pompier. »

Le pélican : « Je n'ai pas encore assez d'informations pour prendre une décision. »

Le perroquet : « Mon conseiller d'orientation m'a dit de m'inscrire en sciences de la nature parce que j'avais de bonnes notes. » / « Mes amis me voyaient en soins infirmiers, je les ai écoutés. »

Le pingouin : « Je ne sais pas dans quoi m'inscrire. y'a rien qui me tente... »

La colombe : « Si je n'étudie pas, mes parents vont me mettre dehors. »

Le caneton : « Mes amis m'ont dit qu'ils ne me voyaient pas là-dedans, j'ai laissé tomber mon premier choix. » / « Tous mes amis s'inscrivaient en techniques administratives, j'ai fait pareil. »

Le paon : « Je veux devenir policier pour porter un uniforme, une arme et me faire respecter » / « Je veux une profession qui rapporte pour m'acheter une grosse maison. »

Le poussin : « Je suis trop jeune pour choisir une carrière. » / « Je manque de maturité, je le sais. »

L'oie blanche : « Je veux devenir ingénieur comme papa. »

Source : *S'orienter malgré l'indécision* par Isabelle Falardeau et Roland Roy, éditions Septembre.

LA FORCE DE L'INTUITION

Dans un monde complexe, ouvert et incertain, un monde où tout change en permanence et où il n'existe plus d'itinéraires en prêt-à-porter (chaque itinéraire étant individuel et sur mesure) comment s'orienter sans s'en remettre à soi-même ? Rassurez-vous, cela ne veut pas dire que personne ne peut vous aider. Néanmoins, vous avez un rôle essentiel et éminent à jouer dans votre orientation. Un rôle totalement irremplaçable. En un mot, vous êtes la seule personne qui pourra finalement prendre cette décision qui vous concerne et seulement vous.

Apprendre à compter sur soi-même. Reprenons l'exemple qui nous est donné par Colas Duflo. Imaginons que vous soyez réellement perdu en montagne et qu'en effet, parmi la dizaine de personnes auxquelles vous demandez votre chemin, aucune ne vous indique le même chemin. Que faire ? Un seul moyen : vous fier à votre intuition et à votre bon sens. Dans l'incertitude et sans vrais repères, comment faire autrement que de s'en remettre à sa propre boussole que l'on peut appeler l'intuition ? Parce qu'elle ne repose sur aucun raisonnement logique, il est souvent difficile de se fier à son intuition. C'est pourtant une méthode indispensable pour saisir une réalité. Parlez-en aux chercheurs. L'intuition synthétise souvent plus d'informations et d'impressions qu'une analyse rigoureuse. « C'est par la logique qu'on démontre, c'est par l'intuition qu'on invente », aimait dire le grand savant Henri Poincaré.

Confronter ses opinions. Vous ne possédez pas toute l'information et vous n'avez pas encore l'expérience de ce type de situation ? Imaginez donc l'inimaginable : qu'est-ce qui vous rendrait vraiment heureux ? Qu'aimeriez-vous faire dans tel ou tel secteur d'activité ? Que se passerait-il si vous exerciez tel métier ? Comment peut-on imaginer l'évolution de ce métier ? Comment vous voyez-vous dans cinq ans ? Vous pouvez, si vous le souhaitez, faire ce brain-storming (littéralement « orage dans le cerveau ») avec un ou plusieurs amis. Cette expérience peut s'avérer à la fois drôle et intéressante.

LAISSEZ-VOUS ALLER

Ce qui est primordial c'est de laisser parler votre imagination et non de vous poser des questions théoriques du type « quels sont mes atouts » ou « quels sont les avantages et inconvénients de telle ou telle formation », comme on conseille trop souvent de le faire. Rassurez-vous, on ne rêve jamais vraiment dans l'absolu. Nos rêves, éveillés ou non, prennent toujours racine dans le terreau de nos émotions les plus profondes que nous procurent nos envies, nos peurs, nos expériences passées. L'intuition, contrairement par exemple au raisonnement logique, cherche à

Audrey, 18 ans : « J'aimerais m'occuper de personnes en difficulté physique, mentale ou sociale. J'aime que les personnes se confient à moi et me demandent de l'aide. Dans cinq ans, je me vois les yeux pétillants de joie et d'émotion lorsque je discuterai avec mes patients. »

voir ce qui est caché, à découvrir, par analogie, les relations entre les choses. Ce faisant, elle nous aide à relier des éléments, ce qui est souvent impossible à réaliser autrement. Sans nous en apercevoir, nos intuitions nous guident vers une « vérité » que nous n'aurions souvent pas découverte autrement.

Habitué aux solutions qui tombent du haut (décisions de redoublement et commentaires bien sentis des conseils de classe et des professeurs, conseils plus ou moins avisés

des parents et des conseillers d'orientation), désireux de trouver quelqu'un qui pourrait penser à votre place dans ce moment pas toujours très confortable du choix d'orientation, vous aurez peut-être au début quelques difficultés à vous en remettre à vous et à vous seul. Mais faut-il vraiment se lamenter de vivre dans un moment où les chemins ne sont plus tracés d'avance ? « Au contraire, dans l'obligation où chacun est de rebâtir sa maison, il y a des chances pour qu'il puisse bâtir sa maison », répond Colas Duflo.

Charlotte, 17 ans : « J'aime beaucoup discuter avec les gens, parler de leur façon de vivre, de faire ou de penser car tout le monde est différent. Je suis ouverte, je m'intéresse à beaucoup de choses différentes et surtout je rêve de voyager mais pas comme une touriste, au contraire, je voudrais discuter avec des gens et aller voir des peuples peu connus. Peut-être est-ce un projet un peu utopique mais je pense que tout ou presque est possible quand on y croit très fort. »

POUR CONCLURE

Les quatre étapes d'une orientation réussie

Mieux vous comprendrez que l'indécision est partie intégrante d'une vraie démarche d'orientation et moins vous risquerez de vous angoisser pour votre avenir. Vous pourrez en effet plus facilement faire part de vos doutes et de vos interrogations et ainsi vous donner de meilleures chances de trouver de bons interlocuteurs. Pour faire le « bon choix », nous franchissons quatre étapes successives et obligatoires :

L'exploration. Il s'agit d'accumuler des informations sur soi et les différentes voies de formation possibles. C'est dans cette phase que l'on peut s'aider de tests et de quiz, qu'il faut lire pour enrichir ses connaissances et sa réflexion, rencontrer un conseiller d'orientation. C'est aussi à cette étape que l'intuition est utile. On ne saurait trop

vous recommander également de vous servir intensivement d'Internet ou des visites sur place pour récupérer toutes les informations utiles sur les programmes des formations qui vous intéressent. Sans cela vous risquez fort de vous tromper de voie, tout simplement parce que vous ne savez pas à quoi vous attendre.

La cristallisation. Elle permet de réaliser une synthèse personnelle des informations disparates générées lors de l'exploration. La cristallisation met en jeu une pensée plus logique et plus systématique. Elle doit déboucher sur une sorte de bilan qui fait une balance entre ce que vous aimez ou aimeriez faire et ce que vous ne souhaitez définitivement pas faire.

La spécification. Spécifier, c'est passer d'une préférence générale et provisoire à une préférence plus précise. C'est l'occasion de confronter vos idées avec vos possibilités matérielles et les opportunités (débouchés prévisibles, filières d'études et possibilité pour vous de vous y voir admis). C'est le moment de comparer, ordonner, hiérarchiser et finalement choisir. La relecture de toutes les infos collectées (dont, nous insistons, les informations sur les programmes) est un incontournable.

La réalisation. Le temps est venu de vous engager en entreprenant des études ou une formation. Avant d'en arriver à agir concrètement pour matérialiser votre projet, vous devez un minimum le planifier, c'est-à-dire rechercher les différents moyens de le réaliser et choisir celui que vous allez adopter.