

DU d'orientation, césure : une année pour trouver sa voie après le bac

Tags : [connaissance de soi](#), [orientation](#), [Parcoursup](#), [réorientation](#)

Les jeunes qui cherchent encore leur voie après le bac peuvent faire une année de césure. Mais de plus en plus d'universités et quelques écoles leur proposent aussi de prendre un an pour bâtir un projet d'orientation solide et motivant.



C'est à l'université de Paris (ex Paris Descartes) qu'est né en 2015 **PaRéO**, le "**P**asseport pour **r**éussir et **s'**orienter". A l'époque, ce parcours d'un an innove en cherchant à offrir une solution aux étudiants "décrocheurs" de première année de licence.

Six ans plus tard, PaRéO s'est installé dans le paysage de l'orientation postbac. Non seulement le parcours lancé à l'université de Paris par Marion Petipré accueille 400 étudiants chaque année, mais **d'autres universités ont lancé un parcours similaire** sous le label "**PaRéO**", créé par l'Etat en 2020.

Ainsi sur Parcoursup, une quarantaine de propositions remontent sous le mot-clé "PAREO" en 2022.

DES LYCÉENS DE PLUS EN PLUS SÉDUITS PAR CE TEMPS DE RÉFLEXION

Car cette proposition ne séduit pas uniquement les étudiants qui souhaitent se réorienter en première année postbac. Dès la terminale, de plus en plus de lycéens ressentent le besoin de faire un break, de "se poser" pour réfléchir en profondeur à leur projet d'avenir.

"Et la crise du Covid les a fait mûrir, analyse Joëlle Faure, responsable du service orientation de l'université Paris-Est Créteil. Les jeunes réfléchissent maintenant à leur orientation dans une dimension plus globale'.

Andréa, elle, a découvert le parcours de l'université de Paris en terminale, grâce à une amie. "L'idée de prendre un an pour réfléchir à ce qu'on veut faire et de réaliser plusieurs stages m'a vraiment attirée".

De fait, six mois et deux stages plus tard, Andréa a compris qu'elle devait faire des études en alternance, ce qu'elle n'avait pas envisagé en terminale : "Au lycée, on n'est pas poussé à réfléchir profondément, dit-elle, on choisit souvent des études en fonction de ses spécialités de bac au lieu de le faire en fonction d'un projet professionnel."

UNE ANNÉE POUR MIEUX SE CONNAÎTRE ET BÂTIR SON PROJET

Alors, quelle est la recette de cette année Paréo ? D'abord, les étudiants suivent quelques cours, à la fois pour acquérir des compétences transverses (en anglais, méthodologie, expression écrite) indispensables aux études supérieures, mais aussi pour découvrir des disciplines enseignées à l'université.

A l'université de Paris, les "Paréosiens" ont le choix entre un parcours de sciences humaines (droit, psycho, économie...), un autre de sciences dures (chimie, informatique, maths, biologie), mais aussi un parcours tourné vers les métiers de l'entreprise (comptabilité, ressources humaines...) ou ceux du soin en lien avec un Institut de formation en soins infirmiers (IFSI).

"Prendre un an pour se découvrir et bâtir son projet, ce n'est pas perdre son temps"

Très vite, dès décembre et en février, ils font aussi **des stages**, et pour cela, doivent démarcher les entreprises, apprendre à faire un CV ou une lettre de motivation. Bref, devenir autonomes et sortir de la passivité pour se projeter dans le monde professionnel.

"Nous les plaçons dans des situations qui les poussent à s'interroger, explique Marion Petipré, coordinatrice pédagogique de Paréo à l'université de Paris. Au début, les étudiants sont déroutés, mais

nous les accompagnons et petit à petit, chacun se découvre et y voit plus clair sur ses motivations. Prendre un an pour faire cela, cela vaut la peine, ce n'est pas perdre son temps".

Lire **aussi** **:**

Comment **trouver** **sa** **voie** **?**

Notre rubrique **Cerner son profil**

MUSCLER LA PERSÉVÉRANCE, L'ORGANISATION ET LA CONFIANCE EN SOI



L'année est aussi rythmée par des conférences, des ateliers de connaissance de soi, et parfois des projets à monter comme l'organisation d'un forum-métiers.

Chacun parvient ainsi à cerner ses talents, ses envies, et pour ceux qui ont connu un échec, à **reprendre confiance en soi**. "J'ai fait Paréo car après le bac j'ai raté un concours à cause du stress et j'avais besoin de retrouver espoir dans un projet", témoigne Léa.

Un contrôle continu des enseignements permet aussi de rester assidu, car il faut avoir la moyenne pour valider l'année et décrocher le "**diplôme d'université**" (DU) qui sanctionne le parcours et peut être mentionné dans de futurs dossier de candidature.

OBJECTIF : CHOISIR DES ÉTUDES CONFORMES À SON PROFIL

L'objectif ultime est en effet de préparer la suite. Au PaRéO de l'université de Paris, l'année culmine dans un "grand oral", une "soutenance d'orientation" où chaque étudiant doit présenter en public le bilan de ses explorations, son objectif d'orientation, et les diverses voies d'études qui peuvent lui permettre de l'atteindre.

Car entre janvier et mars, il faut **reformuler ses vœux sur Parcoursup**. Les voies choisies par les étudiants sont alors très variées : après avoir fait PaRéO à Paris en 2019-2020, 28% sont repartis sur une licence, 27% en BTS, 19% en IFSI, 7% en IUT, 10% dans d'autres filières du supérieur, 4% en formation professionnelle et 5% en emploi, service civique ou à l'étranger.

On est loin d'un formatage des étudiants ! "Il faut apprendre à se connaître sans préjugés et tout envisager, dit Marion Petipré. En 2018, un étudiant est même entré en apprentissage chez les Compagnons du devoir".

DES PARCOURS PARÉO DE REMISE À NIVEAU

Certaines universités ont aussi lancé **des parcours d'un an labellisés "PaRéO" pour remettre à niveau** des étudiants considérés comme trop fragiles pour réussir une L1. Il s'apparentent alors aux cursus proposés aux étudiants qui reçoivent une réponse "oui si" sur Parcoursup, à la différence que l'étudiant.e peut lui-même d'emblée choisir ce parcours.

Ainsi l'université de Cergy-Pontoise (Cy Sup) propose **un DU "PaRéO vers les études internationales"**, plutôt pour les étudiants qui voudraient se lancer dans une licence de langues. Ils suivent des cours de français, d'anglais et d'espagnol afin d'atteindre le niveau B2, ont des ateliers de méthodologie, des cours de civilisation et une découverte des métiers.

Un suivi personnalisé tout au long de l'année les aide aussi à préciser leur projet professionnel. CY Sup propose aussi un PaRéO de ce type pour préparer aux études d'histoire, de géographie, de lettres et aux carrières sanitaires et sociales.

Avantage : l'étudiant.e peut déjà valider certains crédits universitaires de L1. Mais dans ce type de DU, **l'objectif est davantage d'assurer la réussite** que d'ouvrir toutes les options d'orientation. Il faut donc avoir déjà une première idée du domaine d'études visé, tandis que les "vrais" DU d'orientation permettent de trouver sa voie dans un champ bien plus large.

Comment découvrir les DU d'orientation ?

- Sur Parcoursup, vous pouvez **utiliser le mot-clé "PAREO"** pour faire remonter toutes les propositions de cursus ayant obtenu le label, et cela durant la phase principale ou la phase complémentaire de Parcoursup (entre le 15 juin et le 15 septembre).

- Examinez bien le contenu et l'objectif de chaque proposition :

- certains parcours aident à clarifier et à bâtir son projet d'orientation, d'autres davantage à renforcer ses compétences pour assurer la réussite dans une filière précise.

- La plupart sont dispensés par des universités, mais d'autres établissements peuvent en proposer :
 - par exemple **l'IUT de Lorient** offre un DU PAREO Sciences et technologie pour avancer dans son projet et aider à choisir entre les différents BUT qu'il propose.
 - Un groupe d'enseignement supérieur privé, **Excellia Academy** à La Rochelle (groupe de l'ex ESC La Rochelle), propose aussi une année "PAREO" qui débouche alors sur un "diplôme d'établissement" et non un DU.

- Vous pouvez aussi demander **directement à l'université de votre région** si elle propose un DU d'orientation.

Des **cursus non labellisés PaRéO** peuvent en effet exister, comme par exemple le **DU Prep'Avenir** lancé par l'université Evry Val-d'Essonne en 2020-2021. Il comporte au 1er semestre des enseignements disciplinaires et transversaux, de la méthodologie, de l'accompagnement personnel et un appui à l'orientation, et au 2e semestre une expérience d'immersion.

FAIRE UNE ANNÉE DE CÉSURE ?

Les bacheliers ont aussi depuis 2018 la possibilité de **faire une année de césure après le bac**, avant d'attaquer leur formation proprement dite.

Pendant longtemps, cette possibilité n'était offerte qu'en milieu de cursus (par exemple entre la licence et le master). Et ceux qui voulaient prendre le large après le bac devaient courir le risque de partir sans aucune inscription et sans être étudiant.

D'abord choisir une filière et postuler sur Parcoursup

Désormais, on peut demander à faire une année de césure juste après le bac, mais il faut tout de même choisir une inscription dans une filière. Il faut donc d'abord postuler à une ou plusieurs formations sur Parcoursup, être admis, accepter sa place, puis faire son inscription.

Faire sa demande de césure avec un projet cohérent

Une fois admis et inscrit et à ce moment-là seulement, on peut faire sa demande de césure en sachant qu'elle peut être refusée.

Mieux vaut donc présenter un projet cohérent : un séjour linguistique à l'étranger avant une licence Langues étrangères appliquées ou un BTS de commerce international peut avoir du sens.

Garder le statut d'étudiant pendant la césure et démarrer son cursus

Si l'établissement vous accorde le droit de faire cette année de césure, **vous gardez alors durant votre année le statut étudiant**, et surtout votre place pour démarrer votre formation l'année suivante. Si vous ne l'obtenez pas, vous pouvez tout à fait redemander à faire une césure à la fin de chaque année d'études, et aussi postuler pour un échange Erasmus.

En tout cas la césure après le bac sera d'autant plus fructueuse que vous aurez déjà réfléchi à un projet d'avenir.... Rien ne vous empêche aussi de questionner les responsables des formations qui vous intéresseraient sur votre idée de césure.

IFF EUROPE : LE PROGRAMME OPEN, ORIENTATION, PROJET, ENGAGEMENT



Une autre année de réflexion sur l'orientation est aussi proposée dans l'enseignement supérieur privé par l'association IFF Europe, en partenariat avec l'université catholique d'Angers : le **programme OPEN (Orientation, Projet, Engagement)** débouche sur un **diplôme d'université (DU)** qui donne 60 ECTS.

Mais là encore, il aide surtout à mieux se connaître et à bâtir un projet qui ait du sens. "Après deux années ratées en fac, je ne savais plus trop où j'en étais, raconte Mathieu, 20 ans. J'avais besoin de retrouver une dynamique".

L'année alterne les sessions sur l'orientation et le projet professionnel, des modules de formation humaine (connaissance de soi, expression orale), des cours sur les grands enjeux du monde contemporain (conflits, mondialisation, multiculturalité) et même une ouverture à l'intériorité et la spiritualité. **Trois stages**, dont un de solidarité à l'étranger complètent ce mix entre la découverte de soi

et l'ouverture aux autres.

La dimension solidaire est en effet une des marques de fabrique de l'association IFF Europe qui propose par ailleurs des formations dans la conduite de projets solidaires ou humanitaires. "Moi, j'ai été faire un stage en Inde, un séjour auprès de personnes handicapées, et j'ai été confirmé dans mon goût pour la psycho", témoigne Mathieu.

IFF Europe propose aussi **un parcours Tremplin de six mois**, entre février et juin, pour préparer sa réorientation.

D'AUTRES PROPOSITIONS DANS L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR PRIVÉ

Des business schools ou des groupes d'enseignement supérieur privés utilisent aussi leurs atouts (international, liens avec le monde professionnel, pédagogie par projets) pour proposer une année de discernement aux bacheliers :

- En 2021-2022, le **groupe IGS**, spécialisé dans les formations tertiaires en alternance a lancé sa césure **Take me Up** sous le signe des langues, de l'international et du travail des soft skills sous deux formats :

- **Take me Up rentrée de septembre** propose : un premier semestre à Malte pour travailler l'anglais, mais aussi la connaissance de soi, et les soft-skills (avec des ateliers sur la confiance en soi, la gestion du stress, l'animation d'une équipe, la communication multiculturelle et la créativité). Le deuxième semestre permet, au choix, soit de partir en stage ou en études dans une université partenaire, soit de faire un stage, une mission humanitaire ou un service civique en France.
- **Take me Up rentrée de janvier** propose de suivre à Lyon les mêmes ateliers que ceux de Malte, des conférences animées par des professionnels, des ateliers 100% en anglais et des projets de groupe au profit de l'association partenaire Les Petits Princes. Puis un semestre soit en stage, soit à l'international.

Rens. : www.take-me-up.com/

- En 2022, dans les locaux de l'Ecole **EMD School of Business** à Marseille, l'**association EVOCAE** lance une année de césure pilote pour 24 bacheliers. Un programme global alliant développement personnel, consolidation des connaissances, accompagnement méthodologique, coaching individuel d'orientation scolaire et découverte

professionnelle. Des sorties culturelles et sportives, un projet de voyage et des propositions d'engagement bénévoles font aussi partie du parcours. Le parcours est pris en charge par des mécènes.

Rens. : www.evocae.fr

OU FAIRE UN SERVICE CIVIQUE

Si vous cherchez simplement à **vivre une expérience de solidarité**, vous pouvez aussi **explorer les formules de service civique, en France ou à l'étranger.**

Lancé en 2010 en France, le **service civique** permet à des jeunes de 16 à 25 ans (avec ou sans le bac) de **travailler six à douze mois dans une association ou une collectivité locale**. Santé, environnement, aide aux plus pauvres, personnes âgées, soutien scolaire, animation culturelle et même missions humanitaires, le choix est vaste...

Une façon de se rendre utile, de s'engager dans un secteur que l'on aime et de développer des compétences qui peuvent aider à cerner son projet d'avenir. La mention d'un service civique sur un CV est appréciée des recruteurs.

Surtout, pendant votre service, un tuteur vous accompagne et en fonction de ce qui vous a plu dans l'expérience, il vous aide à faire un choix d'orientation ou de formation à la sortie. Encore une façon de trouver sa voie par étape, en se donnant le droit de vivre autre chose que des études classiques.

Lire aussi :

[Etudier en Grande-Bretagne : et si vous commenciez par une Foundation Year ?](#)

Lundi 10 Janvier 2022

Michèle Longour

Source :

<https://www.reussirmavie.net>