

Interviews

Ils ont repris leurs études: tous leurs conseils

Interview des coaches Elisabete et Rachid

Bonjour, pouvez-vous vous présenter ?

Rachid, coach en formation. Je m'occupe de 4 points en particulier : la motivation, la gestion du temps, l'organisation et les méthodes de travail. J'accompagne les élèves durant leur formation, le but étant d'optimiser leur potentiel et les aider à atteindre leurs objectifs.

Bonjour, je m'appelle **Elisabete Ferreira**, je suis coach en formation. J'aide au quotidien les élèves dans leur organisation et leur rythme afin qu'ils puissent mener à bien leur projet de formation.

Selon vous, l'Éducation nationale forme-t-elle suffisamment à l'autonomie dans l'apprentissage ?

Elisabete : D'après moi, l'Éducation nationale ne forme pas suffisamment à l'autonomie dans l'apprentissage. C'est pourtant depuis plusieurs années une promesse des différentes politiques éducatives mais cela reste tout de même assez inefficace car très peu approfondi. Le souci est que le travail sur l'autonomie est également

très complexe et il faut déjà être formé à cette notion pour pouvoir proposer les clés indispensables afin d'atteindre cette fameuse autonomie dans l'apprentissage.

Rachid : De mon point de vue, le problème ne vient pas de l'Éducation nationale mais de nous, en tant que personnes. Sommes-nous conscients des enjeux ? Savons-nous pourquoi nous avons choisi cette formation ? Si nous arrivons à nous responsabiliser, nous serons autonomes. Il est important de pouvoir prendre en compte ce que l'Éducation nationale nous a apporté, mais cela doit être une base et non une finalité.

Quelles difficultés principales rencontrent vos élèves dans l'apprentissage à distance ?

Rachid : En tête, la motivation. Il est inconcevable de suivre une formation à distance si nous ne sommes pas motivés. Il est primordial d'être impliqué, passionné, curieux, motivé, déterminé, organisé et méthodique. Tant de points qu'il est difficile d'acquérir durant la formation, sachant qu'il y a une date butoir. Ce sont des « qualités » à voir avant de s'engager sur ce type de formation.

Elisabete : Les principales difficultés que rencontrent mes élèves sont multiples. Ça peut être un problème d'organisation (par exemple, des mères de famille qui travaillent. Elles ont du mal à jongler entre leur emploi, l'organisation de leur cadre familial, d'autant plus en y ajoutant une formation). Certains ne savent pas comment s'y prendre, comment étudier (notamment des personnes qui ont arrêté leurs études très tôt). Il y a des personnes qui ne savent pas synthétiser leurs cours et donc se trouvent vite dépassées. D'autres, enfin, ont des problèmes d'assiduité et n'arrivent pas à se cadrer et s'imposer un rythme régulier.

Peut-on affirmer qu'un « bon élève » en présentiel fera un bon élève dans l'enseignement à distance ?

Rachid : La réponse sera subjective. À titre personnel, je ne pense pas que l'un va de pair avec l'autre. Certains ont besoin d'être physiquement présents sur les lieux de l'apprentissage, d'autres non. Encore une fois, ce qui fera la différence entre la réussite et l'échec, c'est le degré de motivation.

Elisabete : Un bon élève en présentiel ne sera pas forcément un bon élève dans l'apprentissage à distance car beaucoup de critères entrent en compte. En classe, le professeur est toujours là pour booster

l'élève, apporter des réponses immédiates à ses doutes. À la maison, l'élève est face à lui-même et doit acquérir une vraie autonomie, tant dans la gestion de son temps que dans son travail.

Comment expliquer les baisses de motivation en cours de formation à distance ?

Rachid : Le sentiment de ne pas être encadré, le retard dans la correction des devoirs, les mauvaises notes, l'impression de stagner.

Elisabete : Les baisses de motivation s'expliquent par le fait que l'élève progresse seul face à lui-même. Bien qu'une équipe soit là pour l'aider, c'est une équipe qui ne répond pas forcément dans l'immédiat à ses doutes ou problématiques. C'est frustrant car l'élève n'avance pas aussi vite qu'il le souhaiterait. Autre point à souligner, pour certaines formations, notamment les formations qui préparent à des métiers manuels, les élèves ne se sentent pas assez soutenus et aidés dans leur pratique. Une mauvaise note, un stage raté, un problème personnel sont autant d'éléments qui peuvent freiner la motivation. Il faut savoir que certains élèves attendent juste l'occasion pour justifier leur échec.

Quels conseils donneriez-vous à des personnes qui viennent tout juste de choisir de se reconvertir ?

Rachid : Tout d'abord, je trouve très intéressant de voir qu'il n'y a pas d'âge pour une reconversion professionnelle. Il est important de pouvoir sortir de sa zone de confort pour être épanoui en tant que personne. Si vous en ressentez le besoin, changez de voie. Si vous êtes sûr de vous, changez de voie. Gardez toujours en tête les raisons qui vous ont poussé vers la reconversion. Donnez-vous les moyens de réussir. Vous êtes capable de grandes choses. Soyez heureux, tout simplement. « Ne rêvez pas votre vie, vivez vos rêves ».

Elisabete : Il faut énormément de courage pour entreprendre une reconversion. Je conseille toujours de bien réfléchir à son projet. Ne pas s'éparpiller, se canaliser, savoir ce que l'on doit faire pour parvenir à son but, étape par étape. Il faut vérifier que le projet est réalisable et ensuite avoir confiance en ses capacités et foncer. Il faut s'entourer de personnes positives et qui vont vous pousser vers l'avant. J'envoie souvent cette citation aux élèves :

« Quoi que tu rêves d'entreprendre, commence-le. L'audace a du génie, du pouvoir, de la magie. » (Goethe)

Comment se remettre rapidement dans le bain des études?

Elisabete : Pour se remettre rapidement dans le bain des études, il faut se préparer mentalement à reprendre un rythme scolaire avec des horaires fixes et avec une étude cadrée et progressive.

Rachid : Se fixer un objectif atteignable afin de ne pas être démotivé en cours de formation. Faites un planning de travail. Soyez patient et optimiste. Je suis assez pragmatique et je pense que tout peut être fait si on a un plan. Soyez proactif. Ne vous mettez pas de barrière psychologique. N'oubliez pas que vous n'êtes jamais seul lors d'une formation à distance. Utilisez toutes les forces vives qui vous encadrent. «Tout seul on va plus vite, ensemble on va plus loin. »

Certains réussissent-ils mieux leur reprise d'études que d'autres?

Rachid : Ceux qui ont un bagage professionnel sont plus conscients de l'importance de la reconversion. Celle-ci intervient en général après plusieurs années d'expérience. La reconversion n'est pas une chose facile. Il est conseillé de se poser les bonnes questions en amont.

Elisabete : Les profils qui réussissent le mieux sont des personnes qui ont confiance en elles. Des personnes capables de se remettre en question et d'affronter les obstacles.

Témoignage d'Anne P., ex-responsable pédagogique désormais paysanne

Bonjour ! Pouvez-vous vous présenter?

Je m'appelle **Anne P.**, j'ai repris une formation à 52 ans pour obtenir un certificat de spécialisation en plantes à parfum aromatiques et médicinales. J'ai acquis maintenant le métier de « paysanne » : je m'occupe de la culture, de la récolte et de la cueillette, de la transformation d'herbes et de fruits pour fabriquer toute sorte de produits, tisanes, hydrolats, pâtes de fruits, gelées parmi bien d'autres choses.

Quel a été votre parcours professionnel auparavant?

J'ai enseigné à l'Éducation nationale pendant 10 ans, puis ai été assistante de direction dans un laboratoire durant 5 ans, puis ai travaillé 15 ans dans des organismes de formation comme responsable

pédagogique. Cela faisait très longtemps que je m'intéressais aux plantes et ma reprise d'études s'est faite sur le tard, mais c'était le bon moment pour moi par rapport à ma vie personnelle et familiale.

Diriez-vous qu'il faut adorer étudier pour réussir sa reprise d'études?

Je pense que si je n'avais pas aimé étudier, j'aurais eu plus de mal! (*rires*). Mais quand on a fait le bon choix sur son nouveau métier, peu importe le moyen à utiliser : le plus important est de bien choisir ce qui nous correspond, le reste vient tout naturellement. Aimer étudier est certainement un élément facilitateur. Mieux on connaît notre cible, plus on est motivé.

Comment êtes-vous restée motivée sur toute la durée de votre formation ?

Je n'ai eu aucun problème de ce côté-là parce que j'attendais ce grand virage depuis très longtemps. Si bien que durant la formation, j'ai tout pris, je me suis plongée dedans à 100 %. Je travaillais mes cours du matin au soir sans que ma motivation ne baisse à aucun moment. J'avais déjà des perspectives d'emploi en cours de formation. Autre point, à 52 ans, les questions ne se posent pas de la même façon que quand on en a 30. Comme je m'intéressais déjà aux plantes depuis longtemps, l'idée était de « professionnaliser » ma pratique. C'était très clair, c'était le bon moment pour moi et c'est pour cela que ma motivation n'a connu aucune faiblesse durant ma formation.

Quel rythme avez-vous choisi pour bien étudier?

Quand je travaillais le soir ou le week-end, c'était par tranche de 1h30 à 2h, selon ce sur quoi je planchais, puis faisais une vraie pause de 15-20 minutes (étirements, respirer à fond, croquer un carré de chocolat, etc.), chacun son moyen pour souffler, rester éveillé, se redynamiser, puis je m'y remettais. C'est un conseil que je donnais à mes étudiants au moment des révisions intensives. :-)

Pour finir, quels conseils donneriez-vous à quelqu'un qui reprend ses études?

C'est tout bête mais il faut un travail régulier. Quand on est attentif à ses cours, on a déjà fait 50 % du boulot. Je pense aussi qu'il faut poser beaucoup de questions aux formateurs. Cela permet d'être concentré, de travailler sa curiosité. Une astuce qui m'a bien aidée a été de reprendre, le matin, mes cours de la veille, de les relire et de les annoter. J'ai aussi très souvent pris des notes avec un code couleur

précise : une couleur pour les notes bibliographiques et pour les sites internet, une autre couleur pour les conseils, etc. Je pense qu'il faut remettre le nez dans ses cours, avec une relecture active et ne pas hésiter à faire des liens entre le contenu du cours et d'autres choses.

Interview d'Élodie F., ex-coiffeuse barbrière et future douanière

👤 Élodie, bonjour, pouvez-vous vous présenter ?

Je m'appelle **Élodie**, j'ai 32 ans. Je suis actuellement coiffeuse-barbrière. J'ai fait un cursus scolaire basique, passionnée par la coiffure depuis l'âge de 7 ans. Après ma 3^e, je suis entrée en école de coiffure où j'ai étudié durant 4 ans de formation avec le CAP et le BP. Et me voilà en pleine reconversion professionnelle au bout de 12 ans, après mon Brevet professionnel coiffure, à vouloir changer de métier.

👤 Comment avez-vous eu l'idée de changer de métier ?

Mon métier, qui était une passion dans laquelle je me suis investie au plus haut point, est actuellement devenu l'objet d'un énorme découragement en tout et pour tout. C'est pour cela que je me suis décidée, avec les encouragements de ma famille, à changer de voie. Mes parents ont toujours soutenu mes projets et, un jour, je suis allée à une journée portes ouvertes sur la gendarmerie. Je me suis dit : pourquoi pas ? Et puis je me suis intéressée à la douane. En me documentant sur le sujet, j'ai trouvé ce domaine de plus en plus intéressant et c'est donc sur la douane que j'ai finalisé mon choix. Maintenant, je prépare le concours des douanes, branche surveillance. Pour m'aider à préparer mon concours, je me suis inscrite dans une école d'enseignement à distance

👤 Vous êtes nommée ministre du Travail, quelles mesures prenez-vous en faveur des personnes qui reprennent leurs études ?

C'est compliqué, sans doute, mais je pense qu'il faudrait un soutien pour aider les personnes en reconversion professionnelle. Il faudrait soit une assistante sociale soit un coach tout au long du déroulement de la formation pour mettre en œuvre le projet et, sans doute, apprendre à apprendre. Certains d'entre nous ont quitté l'école il y a longtemps. Et l'enseignement à distance peut avoir un

caractère virtuel. Même quand l'organisme de formation nous permet de prendre contact avec des formateurs par e-mail ou par téléphone, on a besoin d'une communauté autour de nous, bien physique.

Quelles méthodes de travail avez-vous adoptées ?

Je n'ai pas utilisé les mêmes qu'à l'école parce qu'à l'école, on est très encadré. Par exemple, je fais beaucoup de recherches sur internet. Je me destine à intégrer la fonction publique. C'est un domaine dans lequel le vocabulaire est très spécifique. Sur internet, on trouve des sites et des vidéos en lignes à la fois accessibles et bien expliqués. Je trouve cela très rassurant car cela vient compléter les apports des formateurs.

Où avez-vous choisi d'étudier ?

Chez moi ! À la bibliothèque, j'ai peur de me déconcentrer facilement, peur de m'éparpiller. Comme je travaille professionnellement dans un endroit où il y a toujours beaucoup de monde, travailler à la maison me réussit plutôt bien. J'apprécie la solitude !

Comment s'est passée votre évaluation dans l'enseignement à distance ?

Plutôt bien. Quand j'ai commencé à étudier la fonction publique, j'ai compris l'importance de l'évaluation. Mes premières notes étaient situées entre 11 et 13, ça allait. On m'a demandé de développer mes réponses, parce que j'ai toujours eu tendance à être un peu trop synthétique. Il faut que je me motive un peu pour travailler cela.

Comment faites-vous pour bien mémoriser ?

Je surligne l'essentiel dans mes cours. Je me suis constituéé un cahier avec les contenus de mes cours une fois que je les ai synthétisés. C'est très efficace, pour bien retenir, ça marche !

Pour finir, quels conseils donneriez-vous à des personnes qui reprennent leurs études ?

Le premier conseil, ce serait sans doute de ne pas se décourager malgré l'entourage qui peut être pessimiste sur le changement que l'on entreprend. L'autre conseil, c'est de se donner à fond dans ce que l'on entreprend, car quand on veut, on peut !

Interview de Pauline W., ex-coiffeuse et future secrétaire assistante médico-sociale

Pauline, bonjour, pouvez-vous vous présenter ?

Je m'appelle **Pauline W.**, je suis atteinte de spondylarthrite ankylosante, j'ai 23 ans et je suis actuellement en reconversion professionnelle. Je suis en concubinage et je n'ai pas encore d'enfant.

Quel métier exerciez-vous et vers quel métier vous dirigez-vous ?

J'ai exercé en tant que coiffeuse durant 7 ans (j'ai commencé en apprentissage dès l'âge de 15 ans) et je me dirige actuellement vers un poste de secrétaire assistante médico-sociale.

Quelles méthodes de travail avez-vous choisies en étudiant à distance ?

En étudiant à distance, j'ai choisi la méthode de travail auditive. J'ai enregistré mes fiches vocalement que je me passe en boucle !

Comment avez-vous géré votre temps ?

Pour bien gérer mon temps, j'ai banni la procrastination ! Je me suis créé un planning auquel je me tiens, j'effectue ainsi les tâches au fur et à mesure dans un ordre précis. Je me donne des horaires de travail comme si je partais travailler à l'extérieur, comme avant.

Votre reconversion professionnelle est-elle liée à votre handicap ?

Ma reconversion professionnelle est liée à mon handicap, ma pathologie – touchant mes articulations et ma colonne vertébrale – m'a mise en inaptitude professionnelle forcée, si je puis dire. J'adorais mon métier et il m'a fallu encaisser le coup... Pas facile de retrouver un métier quand on ne s'est jamais imaginé en changer un jour.

Avez-vous une RQTH¹ ? Si oui, avez-vous choisi d'en parler lors de vos futurs entretiens d'embauche ou de stage ?

Je suis reconnue travailleur handicapé, je possède donc une RQTH. Lors de ma dernière embauche, j'avais fait le choix d'en parler lors du premier entretien. Je l'ai également fait pour trouver mon

1. Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé.