

La structure du PFM

Intro

Vous

1. Expliquer pourquoi cette formation m'intéresse
2. Expliquer pourquoi cette formation dans cet établissement m'intéresse

Moi

1. Expliciter et illustrer mes points forts (faire le lien avec la formation)
2. Expliciter et illustrer mes centres d'intérêt (faire le lien avec la formation)
3. Expliciter et illustrer mes valeurs (si pertinent)

Nous

Expliquer le match/fit : correspondance entre ce qu'ils recherchent, ce que je recherche et mon profil)

Conclu

Les critères de forme :

Le projet de formation motivé reprend tous les codes d'une lettre de motivation.

1. Forme d'une lettre

- « Madame, Monsieur » en introduction
- Vouvoiement
- Formules de politesse à la fin du PFM
- Utilisation du « Je » pour parler de soi.

A noter : pas besoin d'insérer une adresse expéditeur / destinataire.

2. Simplifier ses phrases

- Pas de phrases compliqués ou mots alambiqués.
- Phrases courtes avec une idée simple.

2. Fluidifier son propos

- Emploi de connecteurs logiques variés : « néanmoins », « par conséquent »...
- Eviter les mots « oraux » : ne pas commencer une phrase par « Et » ou « Donc »...
- Éviter les répétitions.
- Adopter le vocabulaire de la formation pour montrer que vous vous êtes intéressés au secteur.

4. Le lexique approprié à la formation

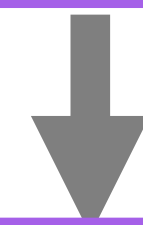
- BUT pour la formation, IUT pour l'établissement
- On utilisera « Université » et non « FAC »
- « CPGE » et non « classe prépa » ou « prépa HEC »
- « Étudiant » et non « élève »
- « Licence professionnelle » et non « Licence Pro »

5. La mise en page

- Garder un texte aéré et digeste
- Un minimum de 3 paragraphes.

Fiche pratique

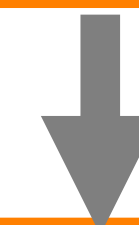
VOUS



MOI



NOUS



Une proposition de modélisation :

Formation-		Etablissement :		Projet :		
La formation				Profil personnel		
Profil pour réussir*	Les attendus*	Les « plus » de la formation ou de l'établissement	Les démarches utilisées pour s'informer	Activités appréciées	Qualités ou atouts en regard de ces activités	compétences scolaires et extra scolaires
		-		Scolaires :		
				Hors scolarité :		
*						

Grille d'évaluation

	Ma liste de critères	Ai-je bien respecté ce critère dans mon PFM?	Commentaires
Critères de forme	1500 caractères (espaces compris)	☐	
	Pas de fautes d'orthographe	☐	
	Pas de phrases trop longues ou alambiquées	☐	
	Format de lettre ("Madame, Monsieur"; formule de politesse...)	☐	
	Langage soutenu	☐	
	Fluidité dans le propos (emploi de connecteurs logiques...)	☐	
	Utilisation de termes appropriés à la formation (BUT, étudiant...)	☐	
	Ne pas mettre son identité personnelle	☐	
	Utilisation des paragraphes	☐	
	Utilisation des pronoms "je" et "vous"	☐	
	Eviter l'expression "moi, je..."	☐	
Critères de fond	Paragraphes structurés et clairs en fonction des idées développées	☐	
	VOUS : expression de l'intérêt manifeste pour la formation visée	☐	
	VOUS : expression de l'intérêt manifeste pour l'établissement visé	☐	
	VOUS : expression de l'intérêt manifeste pour le type de formation visé	☐	
	MOI : Points évoqués cohérents	☐	
	MOI : Illustrations efficaces	☐	
	NOUS : Alignement entre les attentes de l'établissement et les miennes	☐	
	NOUS : Explication des démarches entreprises pour valider cet alignement	☐	

Annexe 1

Liste non exhaustive, libre à vous de mettre d'autres arguments pour soutenir votre propos.
De plus, l n'est pas obligatoire de mettre tous ces arguments, mettez ceux qui vous semblent pertinents.

Arguments à mettre en avant					
Vous		Moi		Illustration	
Filière de formation	Métier/Thème/Secteur		Sujets d'intérêt		Projets scolaires
Type de formation	Pédagogie (projet, learning by doing, inductif/déductif, e-learning, collaboratif, accompagnement, autonomie, rythme, etc.)	Ce que j'aime	Activités	Scolaire	Filière du Bac (+Spé, Séries)
	Durée	Mes valeurs	Valeurs		Options au lycée
	Caractère spécialisé, généraliste, professionnalisant, etc.	Mes forces	Soft-skill/Savoir-être		Sujet de Grand-Oral
	Charge de travail (Temps pour travailler à côté ou autre)		Matières préférées		Projet Voltaire
Etablissement	International	Mon projet	Savoir-faire	Activités	Activités extrascolaires pratiquées (loisirs, sports, musiques, danses, arts, etc.)
	Débouchés		Environnement de travail		Bénévolat
	Culture		Métier		Passions
	Académique		Sens		Voyages
	Options/Spécialités proposées			Vie personnelle	Déménagements
	Campus			Professionnel	Stage de 3ème
	Handicap				Job d'été
	Vie associative			Parascolaire	Concours
	Alternance				Stage linguistique
	Caractère bilingue				Impala
	Relations aux entreprises				
	Poursuites d'études				
	Localisation				

Annexe 2

Voici une liste de ressources à consulter pour trouver des infos sur : (1) vous et (2) la formation souhaitée.

 **Moi**

CIO (Centre d'information et d'orientation)
RIASEC (Bilan de compétences ou tests de personnalité)
(Outil d'introspection & d'orientation)
Échange avec les parents et les profs

 **Vous**

Site de l'établissement
Réseaux sociaux de l'établissement
Fiche Parcoursup (attendus)
Journées Portes Ouvertes (virtuelles ou pas)
Salons (virtuels ou pas)