

Paris, 6 janvier 2026

Parcoursup : le kit de survie côté parents ! 5 bons conseils pour gérer cette période.

Comment avoir les bons réflexes 30 ans après avoir passé son bac dans un environnement si différent ?

« Au moment des vœux sur Parcoursup, les parents ont parfois le sentiment de jouer l'avenir de leur enfant à la roulette russe d'un algorithme et cela génère pas mal de stress. C'est tout à fait légitime et nous avons souhaité leur partager quelques conseils pour mieux vivre cette période et accompagner sereinement leurs enfants. » explique Karine Baloche, conseillère d'orientation chez Acadomia.

Cinq conseils aux parents pour réussir « leur » Parcoursup

1. Un moment d'échange.

Avant de parler de formulation des vœux, quelles sont les envies de vos enfants ? Dans quel type de quotidien voudrait-il se projeter ? Avec quel type de missions ? Auprès de qui ? Qu'est-ce qui est important pour lui ? Vous pouvez profiter de la période d'orientation pour avoir des discussions vraiment intéressantes en famille et mieux comprendre les envies, les rêves et les ressentis de votre enfant !

2. Faites-lui confiance.

Bien sûr votre rôle est de le guider pour qu'il trouve l'équilibre entre ses rêves et ses aptitudes pour qu'il fasse des vœux à la fois ambitieux et réalistes. Mais certains parents ont du mal à vraiment écouter les souhaits de leurs enfants. Si votre ado a la chance de savoir vraiment ce qu'il veut faire, mieux vaut se garder de l'en dissuader, quelle que soit la « bonne raison » que l'on ait : en cas d'échec, une réorientation est toujours possible. « Leur faire confiance c'est les aider à grandir à un moment où ils font leur premier choix structurant en tant qu'adulte ! » explique Karine Baloche.

3. Dézoomez.

La vie de votre enfant ne se joue pas aux résultats de Parcoursup ! Nous l'expérimentons nous-mêmes dans notre vie professionnelle et cela sera encore plus vrai pour eux : de nombreuses passerelles entre filières, et entre métiers, existent.

Cela permet à ceux qui hésitent ou qui se seraient trompés de voie de très vite réorienter leur choix au cours de leur cursus de formation supérieure.

4. Appuyez-vous sur les dispositifs d'information et de soutien.

La plateforme MyJobGlasses permet d'interroger des professionnels en activité sur leur métier et comment ils y sont arrivés. Les podcasts [Ambition Sup](#) et [Azimut](#) regorgent de conseils de professionnels de l'orientation sur les études, les métiers, les étapes d'orientation... Les salons d'orientation puis les portes ouvertes permettent de rencontrer les établissements du supérieur. Beaucoup de ressources existent aujourd'hui pour votre enfant comme pour vous. Et si le dialogue avec votre adolescent se tend, vous pouvez également faire appel à un proche ou à des professionnels : enseignants, conseiller d'orientation de l'établissement, Centre d'information et d'Orientation (C.I.O.) de votre académie ou encore conseillers d'orientation issus d'organismes privés.

5. Ne vous laissez pas impressionner par la plateforme

24 000 formations, ça peut donner le vertige ! Cependant Parcoursup propose plusieurs outils pour organiser vos recherches. Le moteur de recherche de la plateforme est conçu pour filtrer les résultats : il est possible de sélectionner des critères précis, comme le type de formation (BTS, BUT, licence, école spécialisée, etc.), la filière du bac (générale, technologique, professionnelle) ou encore la localisation. Il existe également un comparateur de formations pour évaluer des critères comme le taux de sélection, les épreuves ou entretiens d'admission éventuels, les frais de scolarité. « Un point important à garder en tête : ce n'est pas un algorithme qui décidera de l'admission de votre enfant, mais bien de « vraies personnes », en l'occurrence les comités de sélection de ces formations. Et leurs critères sont accessibles sur les fiches descriptives de chaque formation » précise Karine Baloche.

À propos d'Acadomia

Avec plus de 120 000 élèves suivis chaque année, Acadomia est l'entreprise éducative numéro 1 en France et un partenaire éducatif de référence pour les familles. L'entreprise a trois activités principales :

- L'accompagnement scolaire, l'orientation et la préparation à l'enseignement supérieur : à domicile, dans ses 110 centres pédagogiques partout en France, et en ligne (cours particuliers et cours collectifs interactifs),
- L'enseignement : anglais, méthodologie, soft-skills et scolarités complètes (six collèges-lycées dont un programme de scolarité complet, 100% en ligne),
- La formation pour adultes.

Forte de plus d'un million d'élèves accompagnés depuis sa création par ses 550 conseillers pédagogiques et ses 20 000 enseignants partout en France, Acadomia poursuit une mission claire : apporter à chacun l'accompagnement et les solutions nécessaires à l'accomplissement de son potentiel et de ses objectifs.

www.acadomia.fr

Contacts Presse :

Verbatee

Florence Bastien – 06 61 61 78 55 – f.bastien@verbatee.com

Valérie Sabineu – 06 61 61 76 73 – v.sabineu@verbatee.com