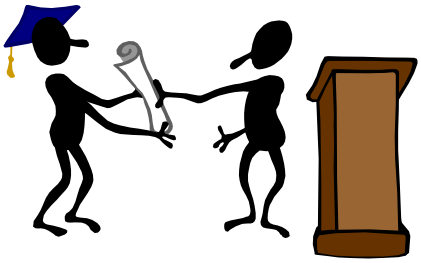


GUIDE D'INTERVENTION ET D'ACTIVITÉS POUR PRÉVENIR L'ABANDON SCOLAIRE : *LES PETITS PAS*

Pierre Potvin Ph.D. ps.éd

Professeur titulaire, associé

Département de psychoéducation

Université du Québec à Trois-Rivières

et Collaborateurs

Première édition 1992

Édition révisée juillet 2007

Avant propos

La première édition de ce *Guide* a été réalisée en 1992. La référence était :

Potvin, P., Gagnon, G., Hébert, S., Cauchon, N., Boudreault, N., & Gagnier, J.P. (1992). *Guide d'intervention et d'activités pour prévenir l'abandon scolaire: Les petits pas*. Trois-Rivières, Québec : Emploi et Immigration Canada et Université du Québec à Trois-Rivières.

Pierre Potvin était le responsable et premier auteur du *Guide*. Sylvie Hébert était la professionnelle et principale rédactrice du document. Deux autres professeurs étaient coauteurs, soit, Gaetan Gagnon et Jean-Pierre Gagnier. Enfin, deux assistantes étudiantes complétaient l'équipe de recherche, à savoir : Nathalie Cauchon. Et Nathalie Boudreault.

Le développement du guide s'est réalisé dans le cadre des travaux de recherche réalisés au Département de psychologie de l'Université du Québec à Trois-Rivières.

Ce Guide a été financé par : *Emploi et Immigration Canada* (Gouvernement du Canada) dans le cadre des projets de prévention du décrochage scolaire *L'École avant tout.* Durant les années 90 de nombreuses copies du Guide ont été distribuées gratuitement à travers le Québec.

Par la suite, Pierre Potvin a assumé la reproduction et la vente à l'unité du *Guide*. Durant l'année 2006 et 2007, Pierre Potvin, aidé de Marie-Claude Hébert, psychoéducatrice et professionnelle de recherche, intervenante en milieu scolaire secondaire, ont révisé le *Guide* et entrepris de mettre à jour le document. Marie-Michèle Vincent, étudiante au baccalauréat en psychoéducation, soutient la révision comme assistante de recherche.

Le présent *Guide* a fait l'objet d'une *mise à jour*. Cette mise à jour sera continue. Soit par la révision des contenus théoriques, l'ajout de références en prévention du décrochage scolaire, nouvelles et récentes, la correction ou l'ajout de nouvelles activités. Il est donc diffusé sous format électronique afin de permettre cette mise à jour continue. Ce Guide est distribué gratuitement (en 2007), cependant, une condition d'engagement *moral* est demandée aux intervenants qui veulent utiliser le *Guide*, à savoir, *de réaliser une évaluation les activités* qu'ils ont utilisés et de faire parvenir cette évaluation par courriel à Pierre.Potvin@uqtr.ca

Pierre Potvin Ph.D., ps.éd.
Professeur titulaire, associé
Département de psychoéducation
Université du Québec à Trois-Rivières
C.P. 500 Trois-Rivières G9A 5H7

Pierre.Potvin@uqtr.ca
http://www.uqtr.ca/~potvin
Tél. (819) 376-5011 poste 3530

Condition pour l'utilisation du
Guide de prévention du décrochage scolaire
Les petits pas

Professeur chercheur associé au département de psychoéducation de l'UQTR, je poursuis le développement du *Guide de prévention du décrochage scolaire : Les petits pas*. Suite à plusieurs années d'expériences en développement et en évaluation de programmes, j'en suis venu à considérer que l'intervention psychoéducative prend une valeur ajoutée si elle est soutenue par une évaluation de programme. *Je vais plus loin même en affirmant qu'on ne devrait pas se permettre d'intervenir si l'on évalue pas.*

Afin d'assurer cette évaluation de programme chez les intervenants et également, afin d'améliorer le *Guide* par une évaluation de ses activités, l'utilisation du *Guide Les petits pas* peut se faire si les conditions suivantes sont remplies :

1. réaliser des activités du *Guide* auprès d'une clientèle;
2. remplir une fiche descriptive de la clientèle participante (utiliser un code sujet – aucun nom ne doit apparaître);
3. remplir pour chaque activité la fiche d'évaluation de l'activité;
4. rédiger un court rapport d'évaluation sur les activités réalisées.

Évidemment cet engagement reste un engagement « moral »

Pierre Potvin Ph.D., ps.éd.

Formulaire d'engagement pour l'utilisation du
Guide de prévention du décrochage scolaire
Les petits pas

Formulaire à retourner à Pierre.Potvin@uqtr.ca

Je souhaite utiliser le *Guide de prévention du décrochage scolaire : Les petits pas*. J'ai lu et compris les conditions et j'accepte ces conditions qui sont associées à cette utilisation, soit :

1. réaliser des activités du *Guide* auprès d'une clientèle;
2. remplir une fiche descriptive de la clientèle participante (utiliser un code sujet – aucun nom ne doit apparaître);
3. remplir pour chaque activité la fiche d'évaluation de l'activité;
4. rédiger un court rapport d'évaluation sur les activités réalisées.
5. faire parvenir le rapport d'évaluation (point 4.) à Pierre Potvin dans un délai d'un an soit avant le :_____

Date :_____

Nom de la personne qui s'engage à faire le rapport :_____
Adresse Postale :

Adresse courriel :_____

Organisme _____

Clientèle visée par l'utilisation du Guide :_____

Retourner par la poste ou par courriel à :

Pierre.Potvin@uqtr.ca
Tél. (819) 376-5011 poste 3530
Département de psychoéducation
Université du Québec à Trois-Rivières
C.P. 500 Trois-Rivières G9A 5H7

Table des matières

Présentation du Guide 9

Aperçu général de chaque section du *Guide* 11

Le mode d'utilisation du *Guide* 14

La présentation du canevas des activités 17

Volet élève 22

Les élèves à risque de décrochage scolaire 23

Les principes d'intervention auprès de l'élève à risque 24
- Recourir aux conséquences logiques
- Faire appel à l'apprentissage par séquences
- Faire ressortir les forces et les capacités du jeune
- Faire un bon dosage entre les capacités du participant et le degré de difficulté des apprentissages à réaliser
- Permettre aux jeunes de faire des liens entre une nouvelle information et les connaissances acquises antérieurement
- Exprimer dès le départ des attentes claires

Les techniques d'animation 28
- L'étude de cas ou la petite histoire 28
- Le jeu de rôle 29
- Le remue-méninges 29
- La fantaisie guidée 30
- Les médias 30
- La personne-ressource 31
- La plénière 31
- L'expérimentation corporelle 31

Les activités 33

- Activités d'accueil 33

La connaissance de soi 41
L'estime de soi 71
La motivation 89
La planification 112
Les relations interpersonnelles 141
La prise de décision 193
La communication 218
La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle 244

Volet parent 324

Introduction 325

Les principes d'intervention avec et auprès de la famille 328

Les grands principes d'animation 330

Les caractéristiques de la clientèle 332

Le recrutement 333

Les techniques de recrutement 334

Le premier contact avec les parents 336

À l'école 336
Au domicile 337

La formation du groupe et la fréquence des rencontres 339

Le déroulement des rencontres 340

Les activités 342

Activité d'accueil 342
Faisons connaissance !

Les personnes qui soutiennent les apprentissages de l'adolescent 345

Partage d'expériences d'apprentissage à la maison 347
Qui aide mon adolescent à apprendre 348
Le cercle social de mon adolescent 350

L'environnement scolaire et familial le plus favorable à la réussite de l'adolescent 354
La classe idéale 357
Mon échelle de valeurs 359
Qui est le meilleur professeur ? 363
Réactions au bulletin scolaire et devoirs à la maison 365

La collaboration entre les parents et les professeurs 368
Mets-toi dans ses souliers ! 369
Écoute coopérative lors des rencontres parents-professeurs 371
Résolution coopérative des conflits 374

L'implication des parents à l'école 377
Les obstacles à l'implication parentale à l'école 379
Vers un plan d'action ! 381

La communication parent-adolescent 386
Présentation 388
Questionnaire

Annexes : *textes d'appui*

Annexe 1. Pourquoi est-ce si difficile d'impliquer les parents ?

Annexe 2. Comment augmenter et favoriser l'implication des parents à l'école ?

Annexe 3. Quelques principes à la base de l'implication des parents

Volet enseignant 404

Introduction 405

Situation du rapport enseignant-élèves dans une perspective d'ensemble 406

Les attitudes de l'enseignant envers ses élèves 408

Activité 1 : Comment je perçois cet élève 411
Questionnaire : Comment je perçois cet élève 413

Les réactions de l'enseignant à l'égard de quatre types d'élèves 418

Activité 2 : Élèves différents et réactions différentes 422
Questionnaire : Quatre types d'élèves 425

Le sentiment de responsabilité de l'enseignant envers le rendement scolaire de ses élèves 427

Activité 3 : Quel est mon sentiment de responsabilité à l'égard du rendement scolaire de mes élèves 428
Questionnaire mesurant le sentiment de responsabilité face au rendement des élèves 431

Évaluation 440

Introduction 441

Ce qu'est un programme 441
L'évaluation des activités et du programme 442
Fiche d'évaluation de chaque activité (version élève) 444
Questionnaire-type : Mon appréciation de l'activité 444
Questionnaire d'évaluation : activité du thème « La connaissance de soi » 445
Fiche d'évaluation pour l'intervenant 446
Fiche d'évaluation du programme (version intervenant) 447
Références 447

Références volet « Élève » 450
Références volet « Parent » 453
Références volet « Enseignant » 454
Références volet « Évaluation » 456

PRÉSENTATION DU GUIDE

« Un voyage d'un millier de milles commence par un petit pas »

Le phénomène du décrochage scolaire constitue une préoccupation majeure de notre société actuellement. Cette problématique est complexe et difficile à traiter mais nous reconnaissons de plus en plus l'urgence de développer des interventions préventives

Ceci étant dit, le travail des intervenants dans le domaine de la prévention scolaire chez les adolescents n'est pas facile à accomplir. Les motifs qui incitent les jeunes à quitter l'école sont multiples. Certains motifs sont d'ordre personnel, mais plusieurs autres facteurs se retrouvent dans l'entourage des jeunes: leurs amis, leur famille, l'école en général. On peut même avancer, sans risque de se tromper, que les valeurs véhiculées par la société y sont également pour quelque chose. Ainsi, faire face à toutes ces composantes de façon à agir efficacement en prévention représente pour plusieurs intervenants un défi d'envergure.

Le guide d'interventions et d'activités *Les petits pas* s'adresse à tout intervenant intéressé à faire un pas sur la voie de la prévention du décrochage scolaire. Il est concret et pratique. Son approche se veut à la fois préventive, éducative et globale. Ainsi, il touche les jeunes personnellement à l'intérieur du VOLET ÉLÈVE en les aidant à développer leur estime d'eux-mêmes ainsi que leur capacité à faire des choix, à prendre des décisions éclairées et à s'organiser. Le VOLET PARENT met l'accent sur l'implication parentale à l'égard de l'adolescent et de son environnement scolaire. Quant au VOLET ENSEIGNANT, il des activités de sensibilisation des enseignants à leurs attitudes vis-à-vis leurs élèves.

Une particularité de ce guide, c'est qu'il a été développé suite à des rencontres avec des intervenants directement impliqués auprès des élèves vulnérables au décrochage scolaire, de leur famille et de leur enseignant. Ainsi nous avons tenté, tout au long du processus de consultation et d'élaboration du guide, de garder à l'esprit la nécessité de rapprocher la théorie et la pratique.

Finalement, devant l'ampleur du phénomène, devant l'ampleur de la tâche à accomplir, devant le nombre de personnes à impliquer, ce qui compte c'est de faire... *un premier pas.*

Aperçu général de chaque section du Guide

Voici un aperçu du contenu des grandes sections du guide.

Volet élève

Les thèmes développés dans le volet élève s'appuient sur les caractéristiques des élèves à risque de décrochage scolaire identifiées dans les recensions d'écrits.

Ces thèmes sont:

- La connaissance de soi
- L'estime de soi
- La motivation
- La planification
- Les relations interpersonnelles
- La prise de décision
- La communication
- La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle.

Ces thèmes sont abordés principalement par le biais d'activités réalisées en groupe. Plusieurs de ces activités peuvent être réalisées individuellement. De plus, nous recommandons aux intervenants d'apporter un soutien individuel (suivi psychoéducatif) à chaque jeune dont c'est le besoin.

A chacun des thèmes vous retrouverez un contexte théorique ainsi qu'un texte de présentation. Le contexte théorique s'adresse spécialement à l'intervenant et lui indique le rationnel à la base du choix du thème alors que le texte de présentation est écrit plus spécifiquement à l'intention du participant.

Finalement, et bien que les activités constituent une partie importante du volet élève, ce dernier présente, en tout premier lieu, quelques références importantes en rapport avec les caractéristiques des élèves à risque de décrochage scolaire, les principes d'intervention, les techniques d'animation, le recrutement des

participants ainsi que quelques paramètres utiles à l'implantation d'un groupe de soutien.

Volet parent

L'implication des parents auprès de leur adolescent et de son environnement scolaire constitue un puissant facteur de motivation et de réussite scolaire chez les jeunes. De nombreux travaux de recherche mentionnent que le rôle des parents dans la réussite scolaire et la prévention du décrochage scolaire est un incontournable. Tout particulièrement l'engagement parental et la participation parentale au suivi scolaire.

Le volet parent a donc été élaboré de façon à permettre aux parents de développer des stratégies pour soutenir leur adolescent dans ses travaux scolaires et d'échanger entre eux afin d'identifier différents moyens de s'impliquer à l'école. Le but de l'intervention avec et auprès des parents est donc d'augmenter l'implication des parents auprès de leur jeune et de son environnement scolaire.

Tout comme le volet élève, le volet parent contient une partie théorique de même qu'une partie d'activités pratiques. Les thèmes abordés par biais de ces activités sont les suivants:

- Les personnes qui soutiennent les apprentissages de l'adolescent
- L'environnement scolaire et familial le plus favorable à la réussite de l'adolescent.
- La collaboration entre les parents et les professeurs.
- L'implication des parents à l'école.
- La communication parents adolescents

Volet enseignant

Dans ce volet, nous avons mis l'accent sur la relation maître-élève du point de vue des attitudes de l'enseignant. Cette partie concernant les attitudes, vise à développer la conscience et la connaissance chez les enseignants de l'impact de leurs attitudes envers leurs élèves. Cela se fait en deux étapes. Dans un premier temps, une activité est proposée aux enseignants. Dans un deuxième temps, il y a

des échanges à partir de certains constats apportés par la recherche dans ce domaine.

Volet communautaire Ce volet n,est pas présent actuellement dans le Guide

Dans ce volet nous présentons différentes expériences d'intervention qui se réalise aux Québec et que l'on peut y référer comme des pratiques exemplaires. Nous avons sélectionné ici des pratiques qui se réalisent dans des organismes communautaires ou dans la communauté. *Note, cette section est en développement et n'est pas disponible présentement*

Évaluation

Cette section présente les différentes formes d'évaluation que l'on vous propose de même que quelques outils pour la réaliser.

Le mode d'utilisation du Guide

Ce guide d'interventions et d'activités pour prévenir le décrochage scolaire comporte quatre volets. Chacun des volets présente certaines particularités. Toutefois, la flexibilité laissée aux intervenants lors de la programmation constitue le dénominateur commun de ces volets.

En effet, aucun volet n'est structuré de façon à fournir une séquence d'activités bien précise. Chaque intervenant est donc invité à développer sa programmation qui tient compte des objectifs visés ainsi que des besoins et particularités de son milieu. Ainsi, il peut choisir les thèmes pertinents, s'attarder à un seul volet ou à chacun d'eux.

Le Guide d'activités *n'est pas un programme* mais un outil présentant une banque d'activités réparties sur plusieurs volets (élève, parent, enseignant, etc.). Il est donc conçu pour que vouis construisiez facilement le programme spécifique aux besoins de vos élèves à risque. Cette banque d'activités a été sélectionnée en fonction des principaux facteurs de risque ou de protection liés aux élèves à risque de décrochage scolaire. Par exemple pour le volet élève : la connaissance de soi ; l'estime de soi ; la motivation ; la planification ; les relations interpersonnelles, etc. Pour le volet parent : la collaboration entre les parents et les enseignants; l'implication des parents à l'école; la communication parent-adolescent. Pour le volet enseignant : l'attitude de l'enseignant dans la relation maître-élève.

Le développement de votre programme en utilisant le Guide

Il s'agit dans une *première étape* d'évaluer les besoins de vos élèves à risque. Pour ce faire, vous pouvez vous référer à l'outil d'évaluation développé par le *Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec* (CTREQ) – www.ctreq.qc.ca *Logiciel de dépistage du décrochage scolaire*. Le Guide : *Les petits pas*, est surtout fait pour répondre aux élèves à risque de type *Peu motivé/peu intéressé* tel que présenté dans le *Guide de prévention du décrochage scolaire Y'a une place pour toi* www.ctreq.qc.ca – Téléchargement gratuit. Nous vous recommandons de lire ce document avant de développer votre programme de prévention. Pour les autres types d'élèves à risque (problèmes de comportement, conduites antisociales cachées et dépression) vous retrouverez des propositions de programmes spécialisés dans le *Guide de prévention du décrochage scolaire Y'a une place pour toi*.

Suite à la précision des besoins de vos élèves (sous-groupe), la *deuxième étape* consiste à construire votre programme en tenant compte du temps que vous disposez (nombre possible de périodes et durée de chaque période). En référence aux besoins, exemple : estime de soi, motivation, orientation professionnelle, à partir des thèmes et des titres des activités, vous vérifiez les objectifs proposés et sélectionnez les activités qui vous semblent les plus pertinentes. La *troisième étape* est la mise en œuvre de votre programme et l'évaluation des activités et de l'ensemble de la démarche.

Par ailleurs, la mise en place d'initiatives durables susceptibles d'être prises en charge par le milieu nous semble préférable à celle de plusieurs projets provisoires. L'implantation d'interventions durables nécessite cependant une bonne préparation du milieu. En effet, mieux vous aurez préparé le milieu, meilleures sont les chances de succès de votre programme.

A cet égard, nous recommandons de présenter votre projet aux éventuels collaborateurs et de recueillir leurs commentaires et suggestions. La présentation du projet peut se faire par écrit ou lors d'une rencontre.

Quelques autres principes de programmation

Voici certains principes susceptibles d'aider à la réalisation de la programmation. Ils peuvent également vous permettre de soutenir l'intérêt et l'implication des participants tout au long des rencontres.

1. Favoriser la flexibilité de la structure: horaire souple, rencontres de groupe et individuelle, etc.

2. Mettre l'emphase sur des bénéfices directs tels l'augmentation des chances de réussite d'un cours ou le développement de compétences particulières.

3. Définir des objectifs concrets et réalistes en commençant par des objectifs pouvant être facilement et rapidement atteints.

4. Renforcer continuellement la participation par de fréquents rappels concernant la démarche passée, les objectifs présents et ceux à venir.

5. Récompenser la participation par des rituels, cérémonies, certificats, etc. Créer un logo qui sert à identifier le groupe et à favoriser le développement d'un sentiment d'appartenance.

6. Créer un environnement qui favorise les relations de support dans le groupe ainsi que le développement et la pratique de certaines habiletés.

Finalement, pour être utile, un programme doit avant tout coller le plus possible au milieu, à sa clientèle, à ses besoins et à ses valeurs.

La présentation du canevas des activités

La structure des activités reliées aux volets élève, parent et enseignant n'est pas identique. Toutefois, la plupart des activités se rapportant à un volet bien précis sont présentées à partir d'un même canevas de base. Ceci étant dit, nous présentons maintenant les principaux éléments composant l'ensemble des canevas d'activités afin d'en faciliter l'utilisation.

Indicateur

Les mots *Contexte théorique, Présentation, Activité, Texte, et Questionnaire* situés dans le coin supérieur droit, vous permettent d'identifier rapidement la nature du contenu de la page consultée. Toutefois, si la présentation de l'activité et de ses feuilles d'exercices nécessite plus d'une page, le mot activité se retrouvera seulement sur la première page. Cette précision vaut également pour tous les autres indicateurs.

Contexte théorique
Présente à l'intervenant le rationnel expliquant le choix du thème.

Présentation
Expose le thème traité aux participants du groupe.

Texte
Constitue un outil qui peut être présenté tel quel aux participants ou être utilisé par l'intervenant afin de concevoir une nouvelle activité.
Pour aider à l'élaboration de nouvelles activités, nous présentons plus loin le canevas qui a servi à la structuration des activités du volet élève.

Questionnaire
Sert à différentes fins selon l'utilisation que l'intervenant en fait. Les questionnaires peuvent, entre autres, servir à soutenir une activité ou un retour. Ils peuvent également être donnés en exercice à faire à la maison.

Thème
Le thème indique dans quelle partie l'activité se situe. Huit thèmes sont abordés dans le volet élève, cinq dans le volet parent et un seul dans le volet enseignant.

Sous-thème
Le sous-thème précise quel aspect du thème est traité.

Objectif général
L'objectif général présente le but global que les participants doivent atteindre suite à l'activité.

Objectifs spécifiques
Les objectifs spécifiques sont en lien direct avec l'objectif général, mais ils énoncent plus précisément et concrètement les apprentissages visés pour les participants.

Durée
Vous informe quant à la durée approximative que nécessite la réalisation de l'activité. La majorité des activités ont une durée moyenne de 60 minutes, alors que certaines ne requièrent pas plus de 30 minutes. Ces dernières peuvent donc être jumelées avec d'autres activités de courte durée ou avec des périodes d'évaluation.

Matériel
Précise ou suggère des soutiens didactiques et des accessoires permettant le déroulement de l'activité.

Déroulement
De façon générale, les étapes des activités sont les suivantes:

- Présenter l'activité et ses objectifs.

- Présenter ou expliquer le thème,
- Fournir des exemples ou des modèles.
- Mettre en application,
- Favoriser la généralisation.

Une présentation globale de l'activité et de ses objectifs dès le début de la rencontre permet au participant de savoir ce qui va se passer ainsi que les attentes de l'intervenant. Cette façon de faire l'aide également à mieux reconnaître et organiser les informations pertinentes à retenir.

Selon les activités, la mise en application et la généralisation peuvent s'effectuer en dehors de l'activité. Elles peuvent, par exemple, être assurées par un exercice à la maison ou lors d'une activité ultérieure.

Retour
Cet élément du canevas présente des suggestions en vue d'aider les participants à prendre conscience de leurs apprentissages. Le retour est un moyen permettant d'assurer l'approfondissement et la généralisation des apprentissages.

Il se fait habituellement à la fin de l'activité. Toutefois, si les rencontres sont espacées, vous pouvez faire un retour en début de rencontre afin d'assurer une continuité et de permettre aux participants de se resituer dans le contexte. De plus, le retour peut être utilisé dans le but de démontrer aux participants les liens existants entre les différents thèmes abordés au cours des rencontres.

Le contenu du retour est parfois laissé à votre discrétion. Voici donc quatre questions-types susceptibles d'aider à l'animation du retour :

- Ai-je des questions ou des difficultés?
- Qu'est-ce que j'ai appris aujourd'hui?
- Comment je me sens?
- Quelles actions vais-je poser?

Exercice à la maison

Vous trouverez sous cette rubrique des suggestions d'exercices à réaliser à la maison. Dans le volet élève, il est souvent question d'exercices à inclure dans un journal personnel. De fait, il est recommandé aux intervenants qui choisissent de donner des exercices à faire à la maison, de demander aux participants d'acheter un cartable afin d'y mettre l'ensemble des feuilles d'exercices qu'ils recevront au fil des rencontres. Ce cartable deviendrait ainsi le journal personnel du participant.

Le journal personnel se veut un outil de support autant pour le travail de l'intervenant que pour le participant. Il s'avère important que chaque participant s'approprie son journal. Ainsi, l'intervenant devrait suggérer aux participants d'agrémenter et de décorer leur journal comme ils le désirent. Cela peut vouloir

dire d'y coller des photos, des illustrations, d'y noter des poèmes et même des textes de chansons.

Enfin, le journal personnel peut viser plusieurs objectifs, entre autres, permettre aux participants de :

- Réaliser qu'ils évoluent et apprennent un peu plus sur eux-mêmes à chaque activité.
- Faire un bilan personnel concernant les activités vécues.
- Assurer un lien entre les activités et leurs objectifs.
- Développer des habiletés de réflexion, d'écriture, d'expression, d'organisation et de création.

Ce sont principalement l'intégration, l'appropriation et la généralisation des apprentissages qui sont visées par les exercices à la maison.

Recommandations

Cette rubrique rassemble un nombre variable de repères issus de la pratique. Ces repères concernent divers aspects tels: les étapes préalables, l'atmosphère à créer, les notions à souligner, des conseils concernant l'animation, le déroulement, la clientèle, les variations ou les adaptations possibles, etc.

Adaptation et commentaires

Cet espace est réservé afin que vous notiez vos remarques concernant les activités en général. Ces notes peuvent être très utiles lors d'une reprise de l'activité.

Évaluation

Les énoncés de cette partie indiquent en termes concrets les apprentissages visés par les activités de sorte que vous possédiez des points de repère pour les évaluer.

Références

Vous indiquent à partir de quels documents les activités ont été tirées ou adaptées.

Titre de l'activité

Thème:

Sous-thème:

Objectif général :

==========

Objectifs spécifiques:

Durée:

Matériel:

Déroulement :

Retour sur l'activité:

Exercice à la maison:

Recommandations:

Évaluation:

Référence:

Adaptation et commentaires:

VOLET ÉLÈVE

Les élèves à risque de décrochage scolaire

Le décrochage scolaire a fait l'objet de nombreuses recherches durant les 25 dernières années. Dans ces travaux, les élèves à risque de décrochage scolaire de même que les décrocheurs réels sont abondamment décrits. On y présente les facteurs de risque et de protections associés à ces jeunes à risque, de même que les principaux prédicteurs du décrochage scolaire. Nous avons contribué depuis plusieurs années à ces travaux de recherche et plutôt que de reprendre dans ce *Guide* une présentation des principales caractéristiques des élèves à risque de décrochage, nous vous invitons à consulter les documents suivants.

Potvin, P., A., Fortin, L., Marcotte, D., Royer, É., & Deslandes, R. (2004). *Trousse de prévention du risque de décrochage scolaire Y'a une place pour toi.* Projet 22 CTREQ. Document téléchargeable gratuitement : www.ctreq.qc.ca

Potvin, P., Fortin, L., & Lessard, A. (2005). Le décrochage scolaire. Dans L. Massé, N. Desbiens, & C. Lanaris (Éds.), *Troubles du comportement à l'école : prévention, évaluation et intervention* (pp. 67-78). Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.

Fortin, L., Marcotte, D., Royer, É., & Potvin, P. (2005). Hétérogénéité des élèves à risque de décrochage scolaire : facteurs personnels, familiaux et scolaires. Dans L. Deblois (Éd.), La réussite scolaire : comprendre et mieux intervenir (D. Lamothe, coll.) (pp. 51-64). Québec : Presses de l'Université Laval.

Lessard, A., Fortin, L., Royer, E., Potvin, P., Marcotte, D., & Joly, J. (2006). Les raisons de l'abandon scolaire : Différences selon le genre. *Revue québécoise de psychologie*. 27(1), 1-17.

Fortin, L., Lessard, A., Marcotte, D., Royer, É., & **Potvin, P.** (2006). Caractéristiques et parcours des filles en difficultés de comportement qui décrochent de l'école au secondaire. Dans P. Verlaan, & M. Déry (Eds.), *Les conduites antisociales des filles : **comprendre pour mieux agir*** (pp. 321-338). Québec : Presse de l'Université Laval.

Quelques sites Web d'info sur le décrochage scolaire :

Le site Web pour les jeunes : www.uneplacepourtoi.qc.ca

Le site Web du Centre de recherche et d'intervention sur la réussite scolaire (CRIRES): http://www.ulaval.ca/crires

Le site Web de l'Observatoire internationale de la réussite scolaire (OIRS) : http://www.crires-oirs.ulaval.ca/

Le site Web du *National Dropout Prevention Network* : http://www.dropoutprevention.org/

Le site Web de Pierre Potvin : www.uqtr.ca/~potvin

Les principes d'intervention auprès des élèves à risque

Les principes d'intervention qui sont mentionnés découlent principalement de l'approche éducative. Ils permettront à l'intervenant d'orienter ses interventions en tenant compte des caractéristiques des décrocheurs potentiels et des objectifs visés par le programme.

Recourir aux conséquences logiques

Ce principe d'intervention est en lien direct avec la notion de responsabilisation des élèves à risque. Il vise principalement à ce que les jeunes se prennent en charge, sans que l'intervenant ait besoin de contrôler tous les détails de leurs réalisations.

L'intervenant est appelé à recourir aux conséquences logiques, c'est-à-dire aux conséquences liées d'une quelconque façon au *problème* du jeune. Pour ce faire, il doit s'abstenir de porter des jugements de valeur et d'émettre des commentaires négatifs. Le rôle de l'intervenant consiste surtout à aider le participant à assumer les conséquences de ses actes.

En ayant recours aux conséquences logiques, l'intervenant permet au jeune de faire des liens entre ses comportements et les conséquences qui y sont rattachées.

Ce principe d'intervention est en lien direct avec certaines caractéristiques propres aux décrocheurs potentiels. Ainsi, le recours aux conséquences logiques peut servir à contrer la pensée magique souvent présente chez le jeune à risque. De plus, comme l'élève à risque éprouve de la difficulté à se projeter dans l'avenir et à résister à l'impulsion du moment, des conséquences logiques sont fortement recommandées.

Faire appel à l'apprentissage par séquences

L'apprentissage par séquences consiste à disséquer en plusieurs séquences la démarche à suivre pour atteindre un comportement désiré. Cette description se veut la plus concrète et détaillée possible.

Cette modalité d'apprentissage favorise les possibilités de succès et augmente la confiance en soi du jeune tout en le sécurisant.

Faire ressortir les forces et les capacités du jeune

Ce principe nous incite à mettre le plus possible l'accent sur les comportements à acquérir plutôt que sur ceux qui sont problématiques.

Intervenir selon ce principe sous-tend que l'intervenant formule ses demandes et ses questions dans la forme positive et qu'il incite les participants à faire de

même. Cette formulation doit être suivie des comportements appropriés ainsi que de renforcements les plus logiques et descriptifs possibles.

Cette approche devrait permettre aux jeunes de développer une connaissance de leurs points forts et de leurs capacités plutôt que de les centrer uniquement sur leurs faiblesses. Le fait de mettre l'accent sur les comportements à acquérir plutôt que sur ceux à corriger devrait diminuer le sentiment d'impuissance ressenti par le jeune.

Faire un bon dosage entre les capacités du participant et le degré de difficulté des apprentissages à réaliser

Une activité bien dosée doit offrir aux jeunes des défis à relever qui soient à leur mesure. Ces défis ne doivent être ni trop élevés ni trop faibles. En effet, des défis trop gros peuvent décourager le jeune alors que des défis trop petits risquent d'être dépourvus d'intérêt.

Un dosage adéquat ainsi qu'une graduation des apprentissages doivent guider la façon d'exploiter les activités du programme. En effet, il est primordial d'évaluer les capacités ainsi que le rythme d'apprentissage du groupe et d'en tenir compte lors de l'animation.

Un bon dosage devrait permettre à ces jeunes marqués par l'échec de vivre des succès à la mesure de leurs capacités et de leur rythme d'apprentissage.

Permettre aux jeunes de faire des liens entre une nouvelle information et les connaissances acquises antérieurement

Bien que les activités du volet élèves soient divisées selon huit thèmes, elles ne sont pas complètement indépendantes les unes des autres. Il est donc important d'insister auprès de l'élève sur les liens qui existent entre les différents thèmes traités lors des rencontres. Ces liens permettent aux jeunes de donner du sens à ce qu'ils apprennent. Ce fait n'est pas négligeable puisque les recherches révèlent que plus l'apprentissage est signifiant pour l'élève, plus les savoirs et habiletés développés persistent dans le temps.

Exprimer dès le départ des attentes claires

L'expression d'attentes claires à l'élève favorise sa réussite, car il sait dès le départ ce qu'il doit faire pour relever les défis qui lui sont proposés. Toutefois, il ne s'agit pas seulement pour l'intervenant de présenter les objectifs poursuivis, mais également de préciser ses attentes quant à la qualité du travail demandé. Il est aussi recommandé d'établir rapidement les règles de fonctionnement ainsi que les principales conséquences qui attendent le jeune qui ne respecte pas les règles établies. Cette façon de procéder présente un double avantage : elle évite à l'intervenant d'avoir à jouer le rôle de police et favorise la responsabilisation et l'engagement des jeunes. Il est d'ailleurs souhaitable que les jeunes participent à l'élaboration des règles de vie.

Les jeunes à risque manquent d'organisation et éprouvent de la difficulté à se projeter dans le temps. Ainsi la précision des attentes est avantageuse pour eux, car ne sachant pas très bien où ils s'en vont, ils ont besoin d'être encadrés et de savoir ce qui les attend.

Les techniques d'animation

Plusieurs techniques d'animation s'offrent à vous lorsque vous animez une activité. L'important, c'est de les varier le plus possible et de les adapter selon les besoins, les caractéristiques et les capacités des membres du groupe. En variant ces techniques, vous créerez un climat plus dynamique et vous favoriserez le maintien de l'attention des participants.

Nous avons vu précédemment que les décrocheurs potentiels ne présentent pas tous les mêmes caractéristiques. Ils n'apprennent pas tous de la même façon non plus. Ainsi, souvenez-vous que c'est par la diversité des techniques d'animation utilisées que les apprentissages de tous les participants seront le plus favorisés.

La plupart des activités du guide proposent une technique d'animation particulière. Toutefois, nous vous présentons une série de suggestions de techniques d'animation afin que vous puissiez modifier les activités suggérées au besoin.

L'étude de cas ou la petite histoire

Cette technique consiste à raconter une histoire ou un fait vécu qui servira à illustrer la notion à acquérir ou l'habileté à développer. Le participant doit se sentir concerné par l'exemple ou l'histoire utilisée sans que cela ne devienne menaçant pour lui. On suggère de remettre une copie de l'étude de cas ou de la petite histoire à chacun des participants.

Le jeu de rôle

Cette technique vise l'illustration d'un comportement ou d'une situation par une petite mise en scène où les participants doivent jouer des rôles spécifiques. Ces derniers serviront à démontrer directement ce que les jeunes vivent ainsi que leurs réactions face à des évènements de la vie de tous les jours. Il est important de déterminer soigneusement le but du jeu de rôle puis de l'expliciter aux jeunes afin de susciter et de maintenir leur intérêt. La participation volontaire des jeunes est recommandée. Le jeu de rôle est terminé lorsqu'il a suffisamment évolué pour susciter un échange profitable.

Le remue-méninges

Le remue-méninges est une technique qui sert à générer rapidement des alternatives à certaines idées ou actions. Il peut avoir comme résultat la découverte de solutions à un problème ou la réponse à une question et ce, grâce à la mise en commun des ressources du groupe. Son déroulement rapide et amusant favorise l'émergence d'énergie positive.

Cette technique consiste à séparer l'expression des idées de leur évaluation. Elle se divise en trois temps :

- Dans un premier temps, il s'agit de définir une question, un problème à résoudre ou un objectif à atteindre.
- Dans un deuxième temps, vous demandez aux membres du groupe de nommer tout ce qui leur vient à l'esprit en lien avec la question ou le thème mentionné. Il ne faut pas discuter ou évaluer les idées ou suggestions apportées à ce stade.

- Le troisième temps consiste à évaluer les idées émises. Ainsi, lorsque les ressources du groupe sont épuisées, vous pouvez alors reprendre ce qui a été dit en précisant ou en donnant un ordre de priorité aux idées. Il s'agit à ce moment d'arriver à un consensus.

La fantaisie guidée

La fantaisie amène les participants à s'imaginer ou à se souvenir d'une situation, d'une expérience ou d'un endroit précis. On demande donc aux participants de se fermer les yeux et de s'imaginer une situation. La fantaisie porte habituellement sur un thème spécifique préalablement défini par l'intervenant. Une fantaisie guidée ne devrait pas excéder trois ou quatre minutes et les participants peuvent ouvrir les yeux ou quitter le cercle à n'importe quel moment s'ils ne se sentent pas bien.

Les médias

Les films, les documents audio et vidéo, les photographies et les illustrations enrichissent beaucoup la présentation et le contenu des activités. Ces ressources, très appréciées des jeunes, les aident à structurer leurs pensées ainsi qu'à émettre leurs opinions. Pour l'animateur, ces moyens servent de support, encouragent la participation, stimulent la discussion et favorisent l'intégration ainsi que l'approbation du contenu présenté.

La personne-ressource

La présence d'une personne-ressource se prête particulièrement bien aux activités pour lesquelles les compétences de l'intervenant sont insuffisantes. Le choix de la personne-ressource est très important. Elle doit être accessible aux participants et leur laisser la chance de s'exprimer et de questionner le contenu de la rencontre. Il est également préférable de préparer les participants à cette rencontre afin qu'ils connaissent les buts poursuivis et qu'ils puissent préparer des questions à poser à la personne-ressource.

La plénière

Cette technique consiste à recevoir et à débattre des idées et des opinions sur un sujet précis. Elle nécessite la présence d'un modérateur dont le rôle peut être tenu soit par un participant soit par l'intervenant lui-même. La plénière est une technique d'animation qui permet aux membres d'un groupe de participer activement à leur propre développement tout en s'améliorant entre eux. La variété des points de vue apportés en plénière constitue la richesse de cette technique qui favorise l'action et la prise en décision chez les participants.

L'expérimentation corporelle

Une façon intéressante, nouvelle et agréable d'intégrer de nouvelles connaissances consiste à faire bouger les participants. Que ce soit par le mime, la danse ou un sport en particulier, les participants peuvent retrouver toutes les étapes nécessaires à la base de l'apprentissage soit le modelage, la mise en pratique, la rétroaction et la généralisation.

Nous avons présenté brièvement quelques principes d'intervention de même que différentes techniques d'animation susceptibles de vous aider lors de vos rencontres avec des élèves potentiellement décrocheurs. Voyons maintenant en quoi consiste le recrutement de ces élèves.

On se présente… autour du chapeau

Thème : Accueil

Sous-thème : Présentation des membres

Objectif général : Créer un contact entre les membres du groupe

---

Objectifs spécifiques : Faire connaissance avec les membres du groupe et l'intervenant.
Se sentir à l'aise dans le groupe (climat de groupe agréable).
Reconnaître des aspects positifs de sa personnalité.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuille d'exercice *Je vous présente…*
Un chapeau dans lequel ont été déposés les messages suivants :

J'aime…	J'aimerais…
Je n'aime pas…	Mon meilleur ami est…
Parfois, il m'arrive de…	Dans un groupe, je…
Il m'arrive souvent de…	Ma saison préférée est…
Lorsque je n'ai rien à faire, je…	D'habitude, je…

Déroulement : Expliquer aux participants que l'objectif de l'activité est de mieux se connaître et qu'il est important d'apprendre à se connaître les uns les autres dès le début du programme.

Première partie : **Je vous présente…**

1. Demander aux participants de se placer en équipe de deux. Chaque participant s'inspire du questionnaire *Je vous présente…* afin de mieux connaître son partenaire. Chacun répond aux questions de l'autre

2. Demander aux participants de présenter son Partenaire oralement.

Deuxième partie : **Le tour du chapeau**

1. Faire circuler le chapeau contenant les messages à compléter

2. Chaque personne pige un message et le complète spontanément

3. L'intervenant passe à nouveau le chapeau pour récupérer les messages

4. Demander aux participants de piger un message

5. Chaque personne, à tour de rôle, lit le message en sa possession et le groupe essaie d'identifier l'auteur de la phrase.

Retour sur l'activité : Démontrer qu'il est possible de discuter les uns des autres de façon respectueuse et amicale
Faire voir que chacun est différent et qu'il possède quelque chose de positif en lui

Exercice à la maison : Inscrire ses commentaires sur l'activité dans son journal de bord.
Décrire comment il se voit et comment les autres le

perçoivent.
Décrire comment il aimerait être.

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ nommer les personnes de son groupe
- ✓ attribuer une caractéristique à chacun des participants
- ✓ décrire la personne avec qui il était jumelé

Recommandations : Renforcer l'estime de soi en valorisant une description positive de chacun

Références : BOURGET, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Je vous présente…

Tu peux poser ces questions à ton partenaire.
Tu peux aussi ajouter d'autres questions qui t'aideront à mieux le connaître.

Ton nom : _____

Ton âge : _____

Ton école :

_____

Ton lieu de résidence :

_____

Nomme ce que tu as de spécial, de différent des autres :

_____

_____

Décris un endroit calme et reposant où tu aimes aller souvent :

_____

_____

Dis-moi une de tes qualités :

_____

Quel genre de films préfères-tu ?

_____

_____

Quels sont tes loisirs préférés ?

_____

_____

Tu gagnes un voyage de deux semaines toutes dépenses payées ; où vas-tu ?

_____

_____

Quel est ton genre de musique préféré ?

_____

_____

On t'offre un emploi de tes rêves : lequel choisis-tu ?

_____

_____

Si tu le désires, inscris d'autres questions :

_____

_____

_____

Écris le portrait de ton partenaire :

_____

_____

_____

_____

Devine mes qualités

Thème : Accueil

Sous-thème : Présentation des membres

Objectif général : Créer un contact entre les participants

Objectifs spécifiques : Identifier ses qualités et celles des autres membres du groupe

Durée : 45 minutes

Matériel : Feuilles *Devine mes qualités*
Crayons feutrés

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs

2. Chaque participant inscrit sur une feuille son nom et trois qualités qu'il s'attribue. Il peut s'inspirer du tableau *Devine mes qualités*. L'intervenant ramasse ensuite les feuilles.

3. Transcrire le nom de chaque participant sur une grande feuille ou un carton

4. Les participants attribuent ensuite trois qualités à chacun des membres du groupe sur la feuille prévue à cet effet.

5. Dévoiler à tour de rôle les qualités attribuées à un participant. Le participant choisi inscrit les trois qualités qu'il s'est lui-même attribué à côté de son nom sur la grande feuille ou le carton.

6. Comparer les qualités attribuées. Lorsqu'un participant a choisi l'une des qualités que s'est attribué lui-même l'autre participant, il marque un point.

7. Le gagnant est celui qui a accumulé le plus de points.

Retour sur l'activité : Questions suggérées :

1. Est-ce difficile pour toi d'identifier tes qualités ?
2. Comment te sens-tu lorsque les autres nomment tes qualités ?

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ identifier ses deux grandes qualités
- ✓ nommer une qualité pour chacun des membres du groupe

Recommandations : Il est préférable que les participants aient déjà une certaine connaissance des autres membres du groupe avant de faire cette activité pour que les qualités nommées soient réelles.

Valoriser et démontrer que tous ont des qualités.

La même qualité peut être utilisée plus d'une fois.

Références : Bourget, N., et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Devine mes qualités

☐ ambitieux	☐ discret	☐ honnête	☐ propre
☐ attentif	☐ dynamique	☐ imaginatif	☐ réceptif
☐ bien organisé	☐ énergique	☐ intelligent	☐ respectueux
☐ calme	☐ enthousiaste	☐ jovial	☐ sensible
☐ collaborateur	☐ expressif	☐ minutieux	☐ serviable
☐ comique	☐ franc	☐ observateur	☐ sincère
☐ communicateur	☐ gai	☐ original	☐ sociable
☐ créatif	☐ généreux	☐ patient	☐ sympathique
☐ débrouillard	☐ habile	☐ persévérant	☐ talentueux
☐ déterminé	☐ heureux	☐ ponctuel	☐ tenace

Inscrire trois qualités qui correspondent à chacun des participants (*au besoin, poursuivre sur une autre feuille*).

Nom du participant	**Qualités**		
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

La connaissance de soi

Tout comme les jeunes en général, les décrocheurs potentiels ont besoin d'expérimenter différentes situations qui les aident à développer leur identité personnelle. L'adolescence, avec son lot de déceptions et d'incertitudes, est un moment de l'existence particulièrement pénible à vivre pour certains jeunes. Cette étape se vit encore plus difficilement lorsque les difficultés scolaires et l'accumulation d'échecs caractérisent le vécu des jeunes.

Étant donné les caractéristiques des élèves à risque, il s'avère important de miser sur la connaissance et l'identification de leurs forces et de leurs capacités plutôt que d'attirer leur attention sur leurs comportements inadéquats.

Le thème connaissance de soi est conçu pour permettre au participant de se découvrir. Les activités qui en font partie visent tout particulièrement l'identification, chez les jeunes, de leurs émotions, de leurs valeurs, de leurs intérêts et de leurs besoins. L'apparence physique et l'histoire scolaire du jeune sont également abordées dans ce thème.

Objectifs pour l'intervenant :

- Faire prendre conscience aux jeunes de l'importance de leur apparence physique,
- Permettre aux jeunes d'identifier leurs émotions, leurs valeurs, leurs intérêts et leurs besoins,
- Démontrer que l'histoire scolaire de chacun n'est pas seulement marquée d'évènements négatifs,
- Conscientiser les participants à l'importance d'identifier et d'exploiter leurs forces et leurs capacités.

As-tu l'impression de te ***connaître*** ?... Si je te demandais de te *décrire*, éprouverais-tu de la difficulté ?

Le ***développement personnel et social*** est très important. En effet, c'est un outil indispensable à **l'*apprentissage académique***. Tu peux le comparer à une toile de fond sur laquelle se retrouve le ***respect de soi***, la ***confiance en soi***, la ***connaissance de soi*** et la mise à jour de ses ***ressources personnelles***.

Les activités qui te seront proposées te permettront de développer ton identité personnelle, ce qui n'est pas toujours facile à cause des difficultés, des déceptions et des incertitudes auxquelles tu dois faire face. Ces mêmes activités te permettront de découvrir tes aptitudes et de te valoriser à tes yeux et aux yeux de tes amis. De plus, elles t'aideront à découvrir tes intérêts à plus ou moins courte échéance.

C'est donc ***ÇA*** la connaissance de soi, juste **ça** et tout **ça** en même temps !!!

Après avoir participé à ces activités, du devrais être en mesure de répondre autre chose que ton nom à la question : « Qui es-tu ? »

Miroir… l'habit fait-il le moine ?

Thème : La connaissance de soi

Sous-thème : Apparence physique

Objectif général : Prendre conscience de son apparence physique en relation avec les normes de la société.

Objectif spécifique : Prendre conscience de l'importance d'une tenue vestimentaire adaptée aux circonstances.

Durée : 60 minutes

Matériel : Un miroir
Feuilles *Miroir – Miroir* et *L'habit fait-il le moine ?*

Déroulement : Présenter l'activité et les objectifs

Miroir-Miroir

1. Distribuer le questionnaire *Miroir-Miroir*
2. Le participant se regarde dans le miroir et répond individuellement aux questions.

Questions facultatives :

1. Y a-t-il quelque chose qui t'a surpris lorsque tu t'es regardé dans le miroir ?
2. Que retiens-tu de cette activité ?
3. Est-ce que tu donnes une image fidèle de ce que tu es en dedans ?

Retour sur l'activité : Le participant fait un bilan en faisant des liens avec ce qu'il a constaté lors de la première activité **Miroir-Miroir**.

Questions facultatives pouvant aider le bilan :

1. As-tu des exemples de personnes dont l'habillement ne reflète pas l'intérieur ? Et l'inverse ?
2. Pense à une situation où tu n'étais pas habillé convenablement. Comment te sentais-tu ?
3. Pouvons-nous prévoir la meilleure façon de se vêtir ? Que faire sinon ?

Exercice à la maison : Coller une photo de soi dans son journal de bord et se décrire.
Faire un lien avec les activités effectuées de façon individuelle.

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ donner une description physique précise de lui
- ✓ identifier les vêtements et l'apparence physique appropriés selon la situation ou l'activité

Recommandations :

1. Cette activité doit être faite de façon individuelle par les participants afin d'éviter les jugements et les remarques désobligeantes.

2. Insister pour que le participant soit honnête dans sa démarche.

3. Miser sur une prise de conscience personnelle.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

MIROIR – MIROIR

À l'aide d'un miroir, examine-toi bien et réponds aux questions suivantes. Tu peux inscrire plus d'une réponse.

1. Aimes-tu la façon dont tu es habillé ?

Oui ☐ Non ☐

Pourquoi ? _____
_____

2. Tes vêtements sont :

propres	□	sales	□
beaux	□	laids	□
à la mode	□	démodés	□
moulants	□	amples	□
trop grands	□	trop petits	□

3. Aimes-tu tes cheveux ?

Oui ☐ Non ☐

4. Tes cheveux sont :

courts	□	propres	□	longs	□
sales	□	mêlés	□	peignés	□

5. Si tu étais obligé de changer de coiffure et de couleur de cheveux, comment seraient tes cheveux ?

_____
_____
_____

6. Observe ta façon de te tenir debout :

dos rond	□	bras croisés	□
dos droit	□	bras pendants	□
mains dans les poches	□	mains dans le dos	□
sur un pied	□	bonne tenue	□

7. Crois-tu que ton apparence extérieure est favorable pour te trouver un emploi ?

_____
_____
_____

8. Y a-t-il quelque chose à changer dans ton apparence extérieure ?

vêtements □ cheveux □ maintien □

Explique

_____
_____
_____

Ce qui est important pour moi

Thème : La connaissance de soi

Sous-thème : Valeurs

Objectif général : Identifier ses valeurs

Objectif spécifique : Identifier sa propre échelle de valeurs

Durée : 45 minutes

Matériel : Feuille d'exercice *Explication du jeu* et *Souhaits*
Feuille de pointage

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Distribuer les feuilles *Ce qui est important pour moi* et *Souhaits*.

3. Compléter le questionnaire en faisant une lecture complète des souhaits et en distribuant l'argent comme demandé.

4. Une fois le questionnaire complété, remettre la *feuille de pointage* et expliquer la méthode de compilation.

5. Compiler le pointage.

6. Faire part des résultats.

Retour sur l'activité : Partager ses impressions, interrogations et commentaires se rapportant à ses propres résultats devant le groupe.

Exercice à la maison : Inscrire, dans son journal de bord, ses valeurs en terme de priorité.

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ nommer, en ordre de priorité, les cinq choses les plus importantes pour lui ;
- ✓ dire ce qu'il serait prêt à faire pour obtenir ou réaliser ce qui lui est le plus cher (1er choix).

Recommandations : S'assurer que les membres du groupe maîtrisent bien la notion d'argent.
Adapter les montants selon l'âge des participants.
Apporter de l'aide au besoin.
Favoriser l'entraide entre les membres du groupe en suggérant que ceux qui ont de la facilité à compter viennent en aide à ceux qui éprouvent de la difficulté.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Ce qui est important pour moi

Explication du jeu

Le test qui suit te permettra d'établir ta propre échelle de valeurs. Il est facile et amusant et tu seras surpris de tout ce qu'il te permettra d'apprendre sur ta personnalité.

Imagine que tu disposes de 2 000 $ et d'une liste de 13 façons possibles de les dépenser. Dans l'espace laissé en blanc à droite de chacune des suggestions, inscris la somme d'argent que tu serais prêt à y consacrer.

N'attribue une somme qu'aux souhaits que tu aimerais voir réaliser, mais dépense la totalité des 2 000 $, ni plus ni moins. Par exemple, tu peux attribuer 5 $ à l'un des souhaits, 100 $ à un autre et ne rien attribuer aux souhaits qui ne te plaisent pas, tout comme tu peux dépenser les 2 000 $ pour la réalisation d'un seul souhait.

Souhaits

	Somme
1. Débarrasser le monde des préjugés	_____
2. Devenir une célébrité, vedette de cinéma ou de musique	_____
3. Une parfaite compréhension du sens de la vie	_____
4. Devenir la personne la plus riche du monde	_____
5. Connaître la relation amoureuse parfaite	_____
6. Vivre jusqu'à 100 ans en parfaite santé	_____
7. Qu'un spécialiste de génie m'analyse sur le plan psychologique	_____
8. Débarrasser le monde de l'injustice	_____
9. Être élu au titre de personnalité la plus remarquable de l'année et recevoir les louanges de tous les journaux du monde	_____
10. Maîtriser la profession de mon choix	_____
11. N'avoir rien d'autre à faire que de m'amuser, mes besoins et mes désirs étant automatiquement satisfaits	_____
12. Pouvoir faire ce que je veux, quand je le veux	_____
13. Posséder toutes les dernières technologies me donnant accès à toutes les connaissances qui m'intéressent	_____

Feuille de pointage

Maintenant que tu as établi ton budget, tu peux déterminer ce qu'il signifie. Chacun des 13 souhaits est associé à une valeur bien définie. La liste qui suite indiquera quelles sont les valeurs associées à tes souhaits.

1 et 8	Justice, reconnaissance et respect des droits et du mérite de chacun
2 et 9	Célébrité, désir d'être important
3	Sagesse, pénétration, bon sens et jugement
4	Richesse matérielle
5	Amour
6	Santé
7	Équilibre émotif, absence d'anxiété, paix de l'esprit
10	Réalisation, épanouissement dans l'accomplissement d'une tâche
11	Plaisir, satisfaction ou consentement
12	Esprit d'indépendance
13	Savoir, la connaissance

Maintenant, pour chaque souhait choisi, inscris le numéro, la somme allouée et la valeur recherchée. Quels sont les souhaits auxquels tu as attribué le plus d'argent ?

_____

_____

_____

Si, par exemple, tu as attribué le plus d'argent au numéro 12, c'est que tu attaches la plus grande importance à l'autonomie. Si le numéro 13 vient en second lieu, ton deuxième objectif est le savoir.

Un martien en visite

Thème : La connaissance de soi

Sous-thème : Goûts et intérêts

Objectif général : Identifier ses goûts et ses intérêts ainsi que les valeurs qui les sous-tendent.

Objectifs spécifiques : Identifier ses préférences concernant ses amitiés, son monde idéal, ses activités et ses caractéristiques.
Identifier les moments et les gens qui ont le plus influencé les participants.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuilles d'exercice *Fantaisie : Un martien en visite*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et indiquer aux participants que l'objectif poursuivi est de mieux connaître ses intérêts et ses aspirations.

2. Transmettre la feuille d'exercice *Fantaisie : Un martien en visite* et donner des explications au besoin.

3. Remettre, selon l'étape, la feuille à compléter et laisser le temps nécessaire pour inscrire ses réponses.

4. Demander aux participants qui le désirent de partager leurs réponses.

Retour : Faire une synthèse de ce qui a été dit
Souligner le respect des choix individuels
Discussion libre

Exercice à la maison : Le jeune est invité à trouver des moyens pour réaliser :

1) ce qu'il aimerait le plus changer chez lui
2) ce qu'il considère comme un monde meilleur
3) ses rêves les plus chers

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ nommer au moins cinq personnes importantes pour lui
- ✓ nommer deux moments heureux dans sa vie
- ✓ nommer ce qu'il aimerait le plus changer chez lui (un ou deux aspects)
- ✓ nommer ses rêves les plus chers

Recommandations : Créer une atmosphère confortable (éclairage, musique). L'activité peut être allongée en faisant une mise en scène illustrant la *Fantaisie*.
Divers moyens audiovisuels peuvent être utilisés pour présenter la *Fantaisie* (magnétophone, radiocassette, diapositives…).

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

FANTAISIE

Un martien en visite

Écoute bien ce que je vais te lire :

Un martien vient poser son module interplanétaire sur le bord de la fenêtre de ta chambre, où tu te réveilles.

Tu ouvres la fenêtre et, de sa voix minuscule, il te dit : « Salut! Aujourd'hui, c'est congé. Pour connaître la terre et ses habitants, je vais passer la journée avec toi. Ce soir, je retournerai chez-moi. Je compte sur toi pour me faire découvrir qui tu es, ce que tu aimes, ce que tu fais et plein d'autres choses. Pour le transport, pas de problème! Mon module interplanétaire peut aller où tu veux en un instant. Il est trop petit pour toi? Pas du tout, il suffit de te rapetisser. Acceptes-tu? Alors en voiture (ou plutôt, en module!).

L'intervenant distribue, avant le début de l'exercice, la feuille sur la quelle les participants devront inscrire leurs réponses, au fur et à`mesure que la fantaisie se déroule.

9h : Pour commencer, fais-moi rencontrer les cinq personnes les plus importantes pour toi.
(temps de réponse).

11h : Voici un « vidéotemporel ». C'est une télévision qui permet de voir des événements du passé.
Fais-moi voir trois événements heureux dans ta vie.
(temps de réponse).

12h : Tu as faim? Mon robot-cuisinier peut te préparer tout ce que tu veux. Tu n'as qu'à lui demander. Que veux-tu manger?
(temps de réponse).

14h : Nous avons maintenant tout l'après-midi. Amène-moi faire trois activités que tu aimes le plus.
(temps de réponse).

18h : Tu as encore faim? Je t'offre de t'amener souper dans un pays de ton choix, avec un(e) ami(e). Où veux-tu aller et qui invites-tu?
(temps de réponse).

20h : Maintenant que tu as bien manger, je t'amène rencontrer une des personnes que tu admires le plus. Cela peut-être une personne vivante ou ayant vécu dans le passé. Hé oui! Mon module peut voyager dans le temps. Qui est cette personne?
(temps de réponse).

21h : Je peux, si tu veux, développer davantage deux aspects positifs que tu apprécies chez toi et que tu aimerais améliorer. Quels sont-ils?
(temps de réponse).

22h : Le monde n'est pas parfait, j'aimerais y apporter des changements. D'après toi, par quoi devrais-je commencer pour rendre ce monde meilleur? Nomme au moins trois aspects.
(temps de réponse).

23h : Quelle belle journée! Je tiens à te remercier pour tout ce que tu m'as fait découvrir et pour te le prouver, je vais réaliser ton plus grand rêve ou ton plus grand projet futur. Quel est-il?
(temps de réponse).

Merci beaucoup, j'espère que tu as aimé ta journée. Au plaisir de te revoir! Oups, j'allais oublier! Je te rends ta taille normale… Tiens!

Salut!

9h : Les cinq personnes les plus importantes pour moi sont :

_____

_____

_____

_____

_____

11h : Voici trois moment où j'ai vraiment été heureux dans ma vie :

_____

_____

_____

12h : Ce que j'aime manger par-dessus tout c'est… :

_____

14h : Voici mes trois activités préférées :

_____

_____

_____

18h : J'aimerais manger dans ce pays :

_____

Avec la personne suivante :

_____

20h : La personne que j'admire le plus est :

_____

21h : Voici deux aspects positifs que j'aimerais développer davantage chez moi :

_____

_____

22h : Ce qu'il faudrait changer pour avoir un monde meilleur (deux aspects) :

_____

_____

23h : Mon rêve le plus cher est :

_____

_____

Mon histoire scolaire

Thème : La connaissance de soi

Sous-thème : Vécu scolaire

Objectif général : Prendre conscience des évènements (positifs et négatifs) qui ont parsemé son histoire scolaire

---

Objectifs spécifiques : Revivre son histoire scolaire.
Réaliser que celle-ci n'est pas constituée seulement d'évènements négatifs et d'échecs.
Apprendre une nouvelle technique de relaxation.

Durée : 30 minutes

Matériel : Texte *Mon histoire scolaire : une fantaisie guidée*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs

2. Demander aux jeunes de s'asseoir un peu partout dans la pièce de façon à ne pas être dérangés et à ne déranger les autres.

3. Inviter les jeunes à s'installer confortablement, à respirer profondément et à relaxer.

4. Lire le texte de la fantaisie guidée.

Retour sur l'activité : Demander à quelqu'un s'il veut partager sa fantaisie.

Questions facultatives :
- Comment s'est passée ton entrée à l'école ?
- Qu'est-ce qui a marqué l'époque du primaire ?
- Quel a été ton prof préféré, comment était-il ?
- Quels sont les succès dont tu te souviens ? Raconte…

- Quelle a été l'évènement le plus marquant de ton histoire scolaire ? Raconte…

Faire réaliser aux jeunes, suite à ce qui a été dit, que leur histoire scolaire ne se résume pas seulement à des choses négatives.

Exercice à la maison : Noter dans son journal de bord tous les évènements positifs dont il s'est souvenu au cours de la fantaisie guidée et rapporter ce qui fait de cet évènement un évènement positif.

- Pourquoi s'entendait-il avec tel prof ?
- Pourquoi réussissait-il au primaire ou dans telle matière ?

Faire un lien avec ce qu'il vit présentement.

Recommandations : Créer une atmosphère de calme et de relaxation.
Miser sur les évènements positifs vécus par les jeunes.
Favoriser l'expression et le respect de chacun lors du retour.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait pouvoir :

- ✓ Décrire globalement son histoire scolaire
- ✓ Nommer les évènements positifs de son histoire scolaire et faire le lien avec ce qu'il vit présentement comme expérience scolaire

Adaptation et commentaires :

Mon histoire scolaire

Une fantaisie guidée

Imaginons que c'est possible de revoir dans son ensemble ton histoire scolaire. Concentre-toi en pensant à tes années à l'école.

Assieds-toi confortablement, ferme tes yeux, respire bien et relaxe.

Garde à l'esprit que tu dois revivre le temps que tu as passé à l'école depuis la maternelle.

Pause

Ton entrée à la **maternelle** ? Comment ça s'est passé ? Est-ce que ta classe était grande, quelle était la couleur des murs ? Qui était ton professeur ? Combien avais-tu d'amis, qui étaient-ils ? Avais-tu hâte à ce moment-là de partir pour l'école ?

Pause

Tes années au **primaire…** À quoi ressemblait ton école ? Y avait-il beaucoup de monde dans cette école ?... Comment as-tu vécu ton apprentissage de la lecture, quels étaient les livres d'histoires que tu utilisais ?... Et le calcul, était-ce difficile ? Apprendre à écrire, est-ce que c'était difficile ?... Dans quelle matière éprouvais-tu le plus de facilité ?... le plus de difficulté ?... Passais-tu beaucoup de temps le soir chez toi à faire tes devoirs ?... Où travaillais-tu à la maison ? Quelqu'un t'aidait-il ? Rappelle-toi un évènement qui a marqué tes années passées au primaire et revis-le… Quel a été ton professeur préféré ?... Comment était-il ? Qu'est-ce que tu aimais en lui ? Revis un moment passé avec cette personne…

Pause

Le passage à l'école **secondaire.** Comment l'as-tu vécu ? Était-tu anxieux ? Qu'est-ce que tu craignais ? Ta première journée, comment s'est-elle déroulée ? Qu'est-ce qui t'as marqué le plus cette journée-là ? (grandeur de l'école, le nombre impressionnant de personnes, l'âge et la taille des autres étudiants ?) Revois ton école comme tu l'as vue cette journée. Revois tes amis de l'époque. Imagine le prof avec qui tu as eu les meilleurs contacts depuis le début de ton

secondaire… Quel a été ton plus grand succès à l'école ?... Revis-le et surtout savoure-le… (de quoi s'agissait-il, où cela s'est-il passé, quelles sont les personnes qui étaient présentes, etc.)

Pause

Quel est ton meilleur souvenir parmi tous ceux qui ont marqué ton vécu scolaire ?

Pause

Nous allons bientôt revenir au moment présent.

Pause

Quand tu es prêt, tu peux ouvrir les yeux.

Mes besoins et ceux des autres

Thème : La connaissance de soi

Sous-thème : Besoins

Objectif général : Identifier ses besoins

Objectifs spécifiques : Prendre connaissance des différents besoins selon Maslow.
Prendre conscience que tous ont des besoins.
Identifier mes besoins essentiels et secondaires.

Durée : 30 minutes

Matériel : Feuilles d'exercice : *Liste de mes besoins primaires et secondaires* et *Mes besoins et ceux des autres*
La pyramide de Maslow reproduite sur acétate, au tableau ou sur un grand carton

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Entamer un échange sur le thème : C'est quoi un besoin? Quelle est la différence entre besoin primaire et besoin secondaire? Résumer avant de passer à l'étape suivante.

3. Faire découvrir au groupe la pyramide des besoins de Maslow.

4. Faire compléter individuellement la liste des besoins primaires et secondaires, à partir de la pyramide de Maslow.

5. En équipe de deux, inviter les élèves à partager leurs réponses. Par la suite, leur faire compléter la grille *Mes besoins et ceux des autres*

6. Inscrire les réponses au tableau ou sur un grand carton. Présenter les découvertes au groupe

7. Discuter avec les participants le fait que chaque individu possède et a droit à satisfaire ses besoins

Retour sur l'activité : Inviter les jeunes à discuter de leurs besoins et de la façon dont ils pourraient les combler tout en respectant ceux des autres

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait pouvoir :

- √ reconnaître les différents types de besoins (primaires et secondaires)
- √ nommer ses besoins essentiels et secondaires
- √ reconnaître que les autres ont aussi des besoins

Inspiré de : Bourget, N. et autres (1990)

Liste de mes besoins primaires et secondaires

Je décris mes besoins primaires
(Les besoins primaires sont indispensables à la survie, ce sont les besoins vitaux.)

J'ai <u>absolument</u> besoin de :

_____

_____

_____

_____

Je décris mes besoins secondaires
(Les besoins secondaires sont aussi appelés « besoins accessoires », ils ne sont pas indispensables à la survie et ils naissent de la vie en société.)

J'ai <u>parfois</u> besoin de :

_____

_____

_____

_____

Mes besoins et ceux des autres

Toute personne dans ta famille a ses propres besoins. Les connais-tu? (Identifie un besoin pour chacun) :

Besoin de mon père : _____

Besoin de ma mère : _____

Besoin d'un frère ou d'une sœur : _____

Tes ami(e)s ont des besoins eux-aussi. Les connais-tu? Nomme-en quelques uns :

_____

_____

_____

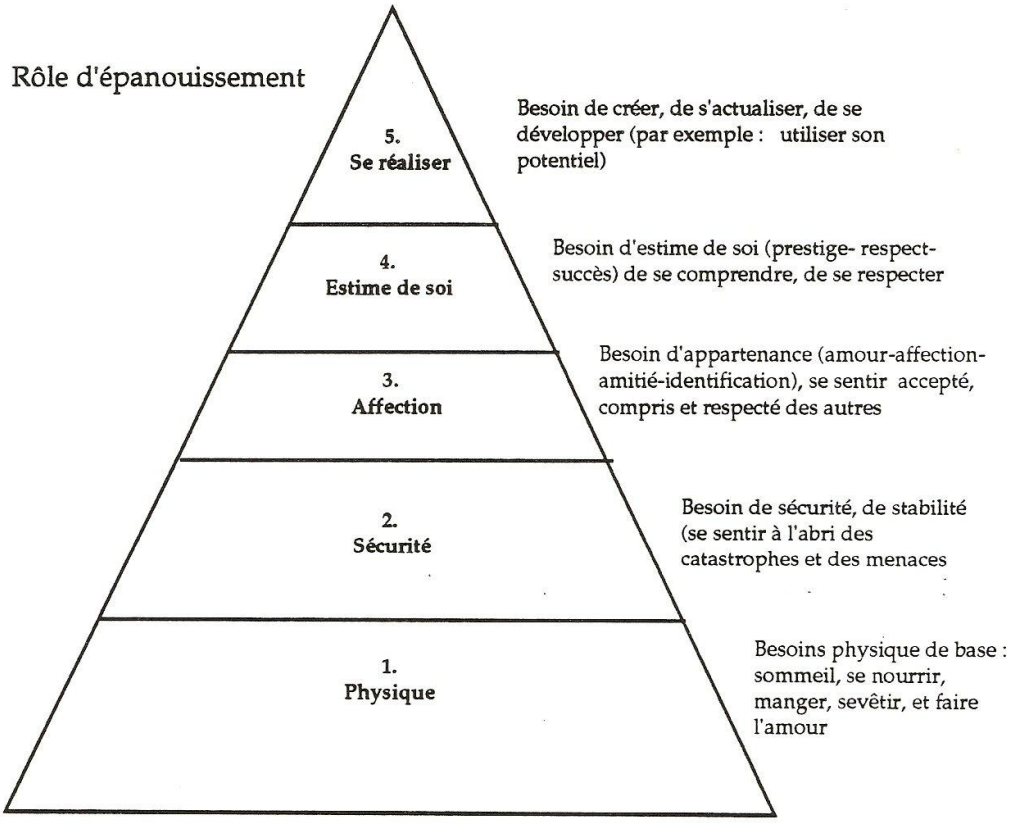
Est-ce que chaque personne a le droit de répondre à ses besoins :

_____

Maslow, psychologue américain, nous dit que :

- Toute personne a une pyramide de besoins
- Toute personne est différente dans la réalisation de ses besoins
- Toute personne a droit à la satisfaction de ses besoins
- Toute personne est appelée à comprendre et à accepter les besoins des autres

Mes besoins et ceux des autres



Les besoins placés à la base de la pyramide ont surtout trait à la survie : les besoins physiologiques de sécurité physique et les besoins sociaux d'avoir des amis et d'être accepté.
Les besoins placés au sommet de la pyramide ont surtout trait à l'épanouissement, l'actualisation de soi : les besoins d'estime des autres, d'estime de soi et le besoin de se réaliser

Comment te sens-tu ?

Thème : La connaissance de soi

Sous-thème : Émotions

Objectif général : Identifier ses émotions

Objectifs spécifiques : Reconnaître ses émotions
Nommer ses émotions

Durée : 45 minutes

Matériel : Feuilles d'exercice *Comment te sens-tu aujourd'hui*

Déroulement : Présenter l'activité et ses objectifs

Première partie : **Comment te sens-tu aujourd'hui ?**

1. Demander aux participants comment ils se sentent aujourd'hui.
   Les inviter à fermer les yeux et à prendre le temps d'identifier ce qui se passe en dedans. Leur demander d'aller plus loin que « ça va bien » ou « ça va moins bien ».

2. Remettre le questionnaire *Comment te sens-tu aujourd'hui ?* et demander aux participants d'y répondre.

3. Inviter les jeunes à communiquer aux autres comment ils se sentent aujourd'hui.
   Questions facultatives :
   1. Est-ce facile de savoir comment tu te sens ?

2. As-tu le réflexe de toujours répondre « ça va bien » ? Pourquoi ?

Retour sur l'activité : Demander aux participants s'ils ont trouvé difficile d'exprimer leurs émotions
Suggérer des moyens divers d'exprimer ses émotions (écrire, jouer de la musique, dessiner, tenir un journal de bord).
Encourager les jeunes à se servir fréquemment de la liste des émotions lorsqu'ils sont incapables de verbaliser ce qu'ils ressentent.

Exercice à la maison : Se servir de son journal de bord pour décrire une émotion (positive ou négative) ressentie à un moment précis. Cette description peut se faire sous diverses formes comme celles mentionnées lors du retour.

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ identifier ses sentiments
- ✓ au moment présent
- ✓ dans des situations données

Recommandations : L'intervenant devra s'ouvrir face aux participants en exprimant ses émotions afin d'aller chercher la discussion et la participation de l'ensemble du groupe.
Miser sur le respect des émotions de chacun.
Préserver la règle de la confidentialité. Ne pas nommer des professeurs ou d'autre personnes.
Ne pas obliger les jeunes à s'exprimer verbalement mais suggérer fortement d'autres moyens possibles de le faire.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Comment te sens-tu aujourd'hui

Coche la case qui caractérise le mieux ton émotion présentement

☐ à l'écart
☐ blagueur
☐ brûlé
☐ calme
☐ confiant
☐ coupable
☐ craintif
☐ découragé
☐ déprimé
☐ détendu
☐ en colère
☐ en grande forme
☐ enragé
☐ excité
☐ farceur
☐ franc
☐ frustré
☐ gai
☐ gêné
☐ heureux
☐ honteux
☐ hostile
☐ ingénieux
☐ inquiet
☐ intelligent
☐ intéressé
☐ méfiant
☐ misérable
☐ oublié
☐ oureux
☐ passionné
☐ pessimiste
☐ ravi
☐ réceptif
☐ satisfait
☐ seul
☐ spirituel
☐ sympathique
☐ tendu
☐ triste

L'estime de soi

Plusieurs études démontrent que, comparés à d'autres élèves, les élèves décrocheurs potentiels ont une moins bonne opinion d'eux-mêmes, ils ont moins confiance en eux et ils doutent de leur valeur comme personne. De plus, leur estime de soi plutôt faible contribue au développement d'un sentiment d'impuissance.

Le développement de l'estime de soi est en lien étroit avec la connaissance de soi. De fait, mieux nous savons qui nous sommes et ce que nous voulons, meilleures sont nos chances de réussir.

Les activités de ce thème visent le développement de l'estime de soi des jeunes à risque d'abandon scolaire. Les qualités et les réalisations des jeunes sont valorisées et communiquées en cours d'activité. Vous retrouverez également sous ce thème un instrument de mesure de l'estime de soi.

Objectifs pour l'intervenant :

- Faire découvrir aux membres du groupe les qualités qui les caractérisent.
- Renforcer et valoriser les ressources des jeunes**.**
- Faire revivre des succès aux participants.
- Favoriser, chez les jeunes, une connaissance de soi et de ses capacités.

Selon toi, qu'est-ce que l'estime de soi ?

Lorsque tu dis à quelqu'un à quel point il est important de ***s'aimer*** et de se ***respecter***, tu parles de ce concept. Une personne qui s'apprécie et se respecte est considérée comme ayant une estime de soi élevée. Au contraire, une personne qui croit qu'elle ne mérite pas d'être aimée possède une estime d'elle-même plutôt faible.

Plusieurs personnes possèdent une estime d'elles-mêmes changeante. Parfois, elle est élevée et c'est alors qu'elles se sentent bien dans leur peau. À d'autres moments, elle est plutôt basse et elles sentent alors que ça ne va pas trop bien, parfois, sans trop savoir pourquoi. Ces changements peuvent leur causer certains problèmes, en particulier s'ils sont fréquents.

L'estime que tu as de toi-même se base sur plusieurs choses. Par exemple, elle se forme à partir des ***images*** que tu vois et des ***informations*** que tu entends. Ces images et ces informations peuvent provenir de tes ***parents,*** des tes ***enseignants,*** de la ***télévision,*** des ***magazines…*** Toutes ces personnes ou ces instruments te proposent ou exigent de toi que tu répondes à des ***critères*** précis. Il se peut que les discours que tu entends différent parfois. **Qui dois-tu écouter ?...**

Il est important que tu gardes en mémoire qu'il y a des choses qu'il est possible de ***changer*** et d'autres qu'on ne peut modifier. Il est alors préférable, pour ton mieux-être, de travailler à les ***accepter***.

Par contre, plusieurs choses te sont accessibles et tu peux les changer, tu dois donc concentrer tes énergies à modifier celles-ci.

Trouver sa propre valeur ne peut se faire qu'avec des pratiques de réflexion et de conscientisation, cela peut t'obliger parfois à faire une relecture des gestes que tu poses et qui peuvent te sembler banals. Regarde-les bien car c'est dans tes gestes

quotidiens que tu retrouveras ta vraie valeur. C'est en exploitant au maximum tes forces, tes talents et tes goûts que tu développeras l'estime que tu auras de toi.

Ma découverte

Thème : L'estime de soi

Sous-thème : Qualités

Objectif général : Identifier ses qualités

Objectifs spécifiques : Noter la qualité qui nous identifie le mieux.
Faire un lien entre ses qualités et ses comportements.

Durée : 30 minutes

Matériel : Feuilles *La liste des adjectifs* et *Ma découverte*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs

2. Compléter les feuilles *La liste des adjectifs* et *Ma découverte*

3. Inviter chacun à faire part de sa qualité principale

Retour : Discuter avec le groupe de l'importance de relier à nos traits de personnalité différents comportements possibles.

Exercice à la maison : Inviter le jeune à transcrire dans son journal de bord les cinq adjectifs qui le décrivent le mieux (Étape 1 de la feuille *Ma Découverte).*
Trouver et noter un comportement et un geste en lien avec chacun des adjectifs cités.

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ Identifier les traits qui correspondent le mieux à sa personnalité.
- ✓ Nommer les cinq adjectifs qui le décrivent le mieux.
- ✓ Trouver des comportements qu'il est possible d'associer à ses traits de personnalité ainsi qu'à ses qualités.

Recommandations : Valoriser la qualité de chacun et miser sur la possibilité de faire connaître cette qualité à ses parents, à ses professeurs ainsi qu'à toutes les personnes qui l'entourent.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

La liste des adjectifs

Voici une liste d'adjectifs

Tu dois évaluer chacun d'eux et te demander jusqu'à quel point ils te décrivent et correspondent à ce que tu es. Fais un crochet dans la case appropriée.

Je suis	Tout à fait	Plutôt	Plus ou moins	Un peu	Pas du tout
Habile de mes mains					
Leader (meneur)					
Franc, direct					
Prêt à rendre service					
Sûr de moi					
Logique (raisonne, argumente)					
Discret					
Persuasif					
Persévérant (ne lâche pas)					
Curieux					
Une personne qui a une belle apparence					
Énergique (actif)					
Calme (détendu)					
Imaginatif					
Attentif aux autres					
Une personne qui a les pieds sur terre, réaliste					
Une personne qui fait à sa tête, têtu					
Une personne qui veut réussir					
Une personne qui sait organiser son temps					
Compétitif					

Suite de la liste d'adjectifs sur la page suivante

Liste d'adjectifs (suite)

Je suis	Tout à fait	Plutôt	Plus ou moins	Un peu	Pas du tout
Populaire					
Enthousiaste, motivé					
Réfléchi					
Ordonné					
Prévoyant					
Spontané, expressif					
Sensible à ce qui est beau					
Débrouillard					
Une personne qui a la parole facile					
Responsable					
Organisateur					
Soigneux					
Dévoué					
Pratique, concret					
Attentif aux autres					
Fiable, digne de confiance					
Observateur					
Une personne qui aime jouer avec les idées abstraites et théoriques					
Solitaire					
Une personne qui comprend les autres					

Ma découverte

En réfléchissant encore une fois aux réponses que tu as données, décide quels sont les cinq adjectifs qui te décrivent le mieux, qui rendent le mieux compte de ce que tu es habituellement.

Quel est, parmi ces cinq faits personnels, celui qui te donne le plus de satisfaction par rapport à toi-même ? Autrement dit, quel est le trait qui te donne le plus de fierté, celui qui, à tes propres yeux te rend digne d'estime ?

Inscris ton trait personnel dans la case appropriée.

Trouve des comportements associés à ce trait personnel ou rapporte trois circonstances où il se manifeste.

Exemple :

Trait personnel	Comportements associés
	Je trouve les mots pour discuter.
Quelqu'un qui fait à sa tête	Quand je veux quelques chose, je ne lâche pas.
	J'aime mieux être seul que de faire quelque chose que je n'aime pas.

Mon trait personnel **Mes comportements**

Le jeu de la vérité

Réponds aux questions suivantes selon ce que tu penses

1. Quel aspect de toi-même aimerais-tu changer ?
   _____
2. S'il y a lieu, quel trait as-tu acquis uniquement pour être comme les autres ?
   _____
3. Quel est le trait personnel que tu aimes le plus montrer ?
   _____
4. Que veux-tu que les gens disent à ton sujet ?
   _____

Partage avec mes camarades, attends les consignes.

Fais part à tes camarades du trait de personnalité qui, selon toi, décrit le mieux ta personnalité et te donne le plus de satisfaction.

Félicitations !

Thème : L'estime de soi

Sous-thème : Réalisations

Objectif général : Identifier ses réalisations

Objectifs spécifiques : Offrir et recevoir des commentaires positifs.
S'exercer à reconnaître ouvertement les réalisations des autres et les siennes.
Prendre conscience de ses réactions face aux louanges des autres.

Durée : 45 minutes

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Placer les jeunes deux par deux et les inviter à échanger à partir des thèmes suivants :
   Deux choses que je fais bien.
   Une réalisation récente ou un succès.
   Une chose dont je suis fier.
   Une chose pour laquelle j'ai travaillé fort.
   Une déclaration brève que j'aimerais entendre à mon sujet.

3. Ils présentent alors verbalement leur coéquipier à partir de l'échange qui a été fait.

Retour sur l'activité : Souligner l'importance de reconnaître soi-même ses réalisations ainsi que de voir celles-ci récompensées et reconnues par les autres. Expliquer que cette connaissance enrichit son image de soi, sa motivation et

son comportement.
Demander aux membres de parler des découvertes qu'ils ont faites sur eux-mêmes durant l'activité.
Demander aux jeunes de s'exprimer sur les découvertes qu'ils ont faites sur leurs compagnons durant l'activité.

Exercice à la maison : Le soir, dans son journal de bord ou sur du papier à lettre qu'il collera dans son journal, chaque jeune prend le temps de s'écrire une lettre, « Cher moi »…

Les questions suivantes peuvent aider.

Quel a été le point le plus marquant de la journée, de l'activité…
J'ai appris que… J'ai senti que…
Qu'est-ce qui était unique, spécifique à toi lors de l'activité…
Qu'est-ce qui était typique dans ton comportement…
Jusqu'à quel point tu as été honnête lors du partage…
Qu'est-ce que tu as aimé le plus (le moins) de ton comportement…
J'ai besoin…
Je suis fasciné par…
L'activité aurait été meilleure si…
Si seulement, j'avais…
Je m'apprécie parce que…

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ Se décrire d'une façon positive en nommant au moins deux choses qu'il fait bien ainsi qu'une réalisation récente ou un succès.

Recommandations : Offrir un support particulier aux jeunes qui sont carencés inhibés ou complexés. Ils pourraient éprouver de la difficulté à se trouver des réalisations ainsi qu'à recevoir des compliments.
Chacun des membres doit être valorisé.
Valoriser les réalisations de chacun et miser sur la possibilité de généraliser ces réalisations à d'autres milieux.

Références : Bourget, N. et autres (1990) et Brisson, V. (1987)

Je suis bon… je me sens bien

Thème : L'estime de soi

Sous-thème : Réalisations

Objectif général : Prendre contact avec son corps et sa réalité

Objectifs spécifiques : Expérimenter certaines techniques de relaxation (diminuer le stress et la tension).
Éprouver une sensation de bien-être et de confort.
Se sentir fier de soi et de ses réalisations.

Durée : 45 minutes

Matériel : Radio-cassettes
Musique de relaxation
Tapis (surface confortable où il est possible de s'étendre)
Textes *Je me trouve bon* et *Je me sens bien*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et les objectifs.

2. Demander aux jeunes de s'étendre sur le plancher (sur les tapis) et faire jouer une musique douce à à un volume assez élevé.

3. Lorsque le groupe est calme, diminuer graduellement le volume et inviter les jeunes à prendre de grandes respirations.

4. Transmettre le texte de visualisation *Je me trouve bon.*

5. Les participants écrivent leurs commentaires sur ce qu'ils viennent de vivre et ce, sans parler (musique de fond).

6. Diminuer graduellement le volume de la musique et inviter les jeunes à se recoucher et à prendre de grandes respirations.
7. Transmettre le texte de visualisation *Visualisation sur le succès.*

8. Les participants écrivent leurs commentaires sur ce viennent de vivre et ce, sans parler (musique de fond).

Retour sur l'activité : Les participants s'expriment sur ce qu'ils viennent de vivre à partir des commentaires qu'ils ont notés.

Exercice à la maison : Le soir à la maison (idéalement au coucher), le jeune doit visualiser sa journée. Prendre le temps de faire le tour de chacun des moments de cette journée et de toutes les personnes avec qui il a été en contact. Prendre le temps de décrire ce qu'il a fait lui-même et ce que les autres ont fait pour le rendre bien et heureux.

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ Identifier deux moyens qu'il peut prendre pour se détendre ;
- ✓ Pratiquer seul chez lui certaines techniques de base de la relaxation et de la visualisation.

Recommandations : Créer une atmosphère propice à la détente (éclairage, musique…).
Respecter le rythme du groupe en s'assurant que chacun des membres est prêt à débuter la visualisation.
Les textes de visualisation peuvent être transmis de façons différentes au choix de l'intervenant.

Référence : Brisson, V. (1987)

Adaptation et commentaires :

Texte de visualisation

Je me trouve bon

Relaxation
Détente

Prendre quelques respirations profondes.

Au fur et à mesure que ton corps est plus relaxé et que tu te sens léger, tu commences à flotter et tu te rends compte que ton corps se déplace lentement vers un lieu où tu es bien…

Pause

Cela peut être un endroit dans la nature, un endroit où tu as été en vacances, un endroit où tu te sens bien…

Pause

Une fois que tu es à cet endroit-là, prends le temps d'apprécier les lieux… Profite de la chaleur du soleil… et respire ce soleil en toi… Sens la chaleur de ce soleil et laisse-toi remplir d'amour…

Maintenant commence à te voir comme parfait… parfait comme ami… parfait comme membre de la famille… parfait avec toi-même… Vois-toi en train d'exercer une habileté que tu aimes faire, comme jouer au soccer, nager, jouer du piano, dessiner, faire des mathématiques, ou avoir le plaisir d'être avec un ami, etc. … Fais l'expérience de cela et permets-toi de le faire de façon absolument parfaite…

Continue à inspirer le soleil et l'amour…

Texte de visualisation

Je me sens bien

Détente

Relaxation

Choisis une période de ta vie… Commence à te voir dans ta chambre au réveil… laisse ton corps et ton esprit se réveiller… puis vois ta chambre… ton lever… ta toilette… ton habillement… puis ton déjeuner…, les habitants de ta maison… tes habitudes de vie…

Puis déplace-toi, soit à l'école… à la cour de récréation… ou ailleurs… et commence à te rappeler un moment où tu as eu du succès dans quelque chose… rappelle-toi ce moment et revis-le pleinement, comme s'il était là de nouveau…

De quoi s'agit-il ?... Où cela s'est-il passé ?... Avec qui étais-tu ?... Est-ce que c'était planifié ou si cela s'est présenté spontanément ?... Rappelle-toi comment c'était juste après la réussite… Recrée ces émotions dans ton corps maintenant et laisse-les grandir… As-tu déjà parlé de cela à quelqu'un ?... À qui ?... etc. …

L'estime de soi

Il est important que tu connaisses l'influence qu'ont les gens qui t'entourent par rapport à l'estime que tu as de toi-même.

Voici un petit exercice qui te viendra en aide

1. *Lorsque tu es triste, qui peut t'aider à te sentir mieux ?*

   Toi ☐
   Une autre personne ☐

2. *Lorsque tu es joyeux, qui peux te rendre de mauvaise humeur ?*

   Toi ☐
   Une autre personne ☐

3. *Qui contrôle la façon dont tu te sens ?*

   Toi ☐
   Une autre personne ☐

Il est possible que tu réalises que tu donnes beaucoup de pouvoir aux personnes qui t'entourent. Tu peux donc dépendre de ces personnes pour te valoriser toi-même. Mais qu'arriverait-il si ces personnes étaient malades… fatiguées… ou absentes… ? Si tu ne peux avoir une estime de soi élevée sans les autres, tu devras faire face à certaines difficultés. Il est important qu'à la base, ce soit toi qui fasses que tu te sentes bien.

L'estime que tu as de toi-même doit venir de toi et non de ceux qui t'entourent.

L'estime de soi des adolescents (questionnaire)

Déroulement : Le questionnaire est complété de façon individuelle par chaque participant.

Référence :

Duclos, G., Laporte, D. , Ross, J. (2002). L'estime de soi des adolescents . Montréal : Editions de l'Hôpital Sainte-Justine.
Bibliothèque. UQTR. Collection générale
BF724.3S35D83.2002

La motivation

L'expérience scolaire du décrocheur potentiel étant insatisfaisante à plusieurs égards, il en vient assez rapidement à se désintéresser de l'école. Ce désintérêt marqué entraîne une série de conséquences dont l'absentéisme, une baisse du rendement scolaire, des relations conflictuelles avec les enseignants, lesquelles conséquences constituent autant de signes avant-coureurs d'un éventuel abandon scolaire.

La faible motivation et ses conséquences négatives font ressortir chez les jeunes un besoin d'être encadrés, encouragés et soutenus afin d'organiser et de mettre en œuvre leurs idées. Stimuler la motivation des jeunes c'est d'abord et avant tout les aider à se découvrir un objectif et un but à atteindre. Ainsi, lorsque le jeune s'accroche à un projet personnel, une énergie soutient ses efforts et lui permet de relever des défis.

On retrouve donc sous ce thème des activités ayant comme objectifs de stimuler la motivation des jeunes. En passant par la pensée positive et l'auto-programmation, l'intervenant devrait susciter une certaines motivation chez le participant. Nous vous suggérons également un instrument de mesure qui sert à évaluer la motivation du jeune envers l'école.

Objectifs pour l'intervenant :

- Guider les jeunes vers un but ou des buts à atteindre
- Créer chez les membres du groupe une motivation intrinsèque
- Procurer aux jeunes des techniques de pensées positives et d'auto-programmation qui favorisent la motivation

La motivation est comme un petit moteur intérieur qui te pousse à agir, qui te donne le désir et l'énergie essentiels pour te lever le matin, assister à tes cours, étudier, faire tes travaux et réussir tes examens. C'est le désir d'obtenir du succès dans tout ce que tu entreprends.

Pour réussir, tu as besoin d'être positif et motivé. La réussite, la motivation et l'optimisme sont trois éléments très liés les uns aux autres. Ainsi, quand tu es motivé, tu réussis bien. Quand tu réussis bien, tu deviens plus positif. Quand tu es plus positif, tu es plus motivé, etc.

Pour t'aider, tu peux essayer de déterminer quelle sorte de motivation tu as. En général, on en reconnaît quatre types :

- **La motivation intrinsèque :**

  Quand tu fais l'activité pour toi-même, *par exemple*, faire une rédaction parce que le sujet t'intéresse.

- **La motivation extrinsèque :**

  Quand tu fais une activité pour une autre raison, pour une raison reliée à quelque chose d'extérieur à l'activité, *par exemple*, faire ta rédaction parce que tu veux réussir ton cours.

- **La motivation autodéterminée :**

  Quand ta motivation vient de toi-même, de l'intérieur, *par exemple*, c'est toi qui décides de faire une rédaction.

- **La motivation non-autodéterminée :**

  Quand ta motivation vient de l'extérieur ou de quelqu'un d'autre, *par exemple*, ton professeur te demande de faire une rédaction.

Il y a donc quatre combinaisons possibles de motivation et c'est la première qui favorise tes apprentissages :

1. Intrinsèque autodéterminée
2. Intrinsèque non-autodéterminée
3. Extrinsèque autodéterminée
4. Extrinsèque non-autodéterminée

La motivation est un processus. Même quand on est bien motivé, la motivation fluctue, c'est-à-dire qu'on a des hauts et des bas. Pour la conserver, il faut l'alimenter à chaque jour. Quand tu rencontres une baisse de motivation ou qu'une manière ne t'attire vraiment pas, tu dois lui trouver un intérêt :

- Demande à d'anciens étudiant l'utilité de la matière,
- Renseigne-toi auprès de gens qui pratiquent la profession,
- Remotive-toi en pensant à ton désir de réussir (visualisation),
- Simplifie la matière en lisant un livre de vulgarisation, en étudiant par petites doses…

Le succès n'est pas gratuit mais tu peux certainement y arriver !

P.S. Pour développer une motivation intrinsèque autodéterminée chez le jeune, stimuler son autonomie et ses prises de décision.

Comment je me sens, qu'est-ce que je pense ?

Thème : La motivation

Sous-thème : Pensée positive

Objectif général : Remplacer les pensées automatiques par des pensées positives

---

Objectifs spécifiques : Identifier, différencier et faire des liens entre les sentiments, les évènements, les pensées automatiques et les pensées positives.
Saisir le lien entre la pensée positive et la motivation.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuilles *Wow… ou Wark… ?, Pensées automatiques vs pensées Positives, Pensée positive – Synthèse, Penser positif avec des mots constructifs* et *Pensées constructives*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et les objectifs.

2. Trouver un évènement ou une situation significative et déplaisante pour le groupe.

3. En groupe, décrivez brièvement l'évènement.

4. Identifier les sentiments ou les émotions que cela provoque chez les participants. Utiliser au besoin la feuille *Vocabulaire : les sentiments et les émotions* (voir l'activité *Comment te sens-tu ?* dans la section La connaissance de soi).

5. Faire une synthèse des trois premières étapes en présentant la feuille *Wow… ou Wark… ?* Amener les

nuances nécessaires aux différents types d'évènements (par exemple, le deuil et la température n'affectent pas les personnes de la même manière).

6. Écrire au tableau les pensées automatiques que les jeunes ont par rapport à l'évènement.

7. Faire « l'épuration » des pensées automatiques. Les jeunes peuvent s'aider de la feuille *Pensées automatiques vs pensées positives*.

8. Faire une nouvelle liste en gardant et en ajoutant seulement des pensées positives et réalistes. Encourager les participants à imaginer quels nouveaux
sentiments seront associés à ces pensées.

9. Faire une synthèse de l'ensemble de la démarche. Remettre la feuille synthèse aux participants.

Retour sur l'activité : Remettre aux participants la feuille *Penser positif avec des mots constructifs*. Les inviter à la consulter et à s'en inspirer pour penser plus positivement.

Exercice à la maison : Inviter les jeunes à trouver un exemple personnel et à refaire les 6 étapes.

Recommandations : Au point 4, les participants peuvent nommer des éléments étant plutôt de l'ordre des pensées automatiques, revenir sur ces éléments au point 6.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ différencier et faire des liens entre ses sentiments, les évènements, ses pensées automatiques ;
- ✓ reconnaître l'importance d'entretenir des pensées positives pour la motivation.

Référence : Fossum, L. (1991) et Anderson, J. (1981)

Adaptation et commentaires :

Wow… ou Wark… ?

Les évènements influencent bien sûr nos émotions, mais de façon générale, les émotions ne sont pas causées par les évènements. Prenons l'exemple de deux personnes sous la pluie. Elles peuvent avoir des sentiments très différents par rapport à la pluie. L'une peut se sentir heureuse, et l'autre, déprimée.

Si l'une se dit : « Wow ! Les arbres vont devenir tout vert et ça sera super beau pour ma randonnée en forêt cette semaine ! » Alors, il se sent heureux.

Si l'autre se dit : « Wark ! J'haïs ça quand il pleut. Il pleut toujours quand je veux faire du vélo. » Alors, elle se sent déprimée.

Pourtant, c'est la même pluie qui tombe sur les deux personnes et qui les mouille. Elles n'ont vraiment pas la même émotion ! Ce qui fait une différence c'est ce qu'elles pensent. Regardons à nouveau ce que chacune d'elles se dit à elle-même.

Si une personne change ses pensées, ses émotions vont-elles changer aussi ?

Pensées automatiques vs pensées positives

Peux-tu démontrer la logique de l'idée en utilisant des faits ?

Cette pensée se base-t-elle sur la réalité ou vient-elle de l'habitude ?

Considères-tu la situation dans sa juste mesure ou bien est-ce que tu exagères ?

As-tu suffisamment d'informations fiables ou as-tu besoin d'en savoir plus ?

Ton jugement repose-t-il sur tes sentiments ou sur les faits ?

Pensée positive – Synthèse

1. *Énoncer l'évènement ou la situation*

   Par exemple :

   L'examen de maths de la semaine prochaine

2. *Décrire l'évènement*

   Par exemple :

   L'examen a lieu mardi prochain.
   Il porte sur les chapitres 4, 5 et 6 vus en classe.
   C'est un examen important car il compte pour la note de fin d'année.

3. *Identifier vos sentiments ou vos émotions*

   Par exemple :

   Je suis anxieux. Je me sens incompétent. Je suis confus. Etc.

4. *Identifier ses pensées automatiques par rapport à l'évènement*

   Par exemple :

   Bon, je vais encore couler. Il y a bien trop de matière à étudier, je n'y arriverai jamais. Etc.

5. *Faire « l'épuration » des pensées automatiques*

6. *Ne conserver que des pensées positives et réalistes. S'arrêter sur ses nouveaux sentiments.*

   Par exemple :

   C'est vrai qu'il y a beaucoup de matière à étudier mais si je commence dès maintenant, j'y arriverai sûrement. Je suis beaucoup plus relax !

Penser positif avec des mots constructifs

Pour montrer ses préférences

Je préfère…
Je veux…
J'aimerais… ou j'aimerais mieux…
C'est correct…
Ça me plaît…
Je n'aime pas…
Ça ne m'intéresse pas…

Pour prendre ses responsabilités

Je suis responsable de…
C'est ma responsabilité de…
C'est mon choix…
Il n'en tient qu'à moi…
Les autres ne sont pas responsables de…
Ce n'est pas à _____ de …

Pour éviter de généraliser

Beaucoup…	Plutôt que…	Tous, tout le monde…
Parfois, des fois…		Toujours…
Il me semble que…		Il pense que…
Certains…		Tous, tout le monde…
En général…		Toujours…
Je crois…		Je suis certain…

Pour éviter de voir les choses comme des montagnes

Je n'aime pas tellement _____ mais je peux quand même le faire.

Ça sera gênant mais j'y arriverai.

Je ne vais pas en mourir.

J'espère que ça n'arrivera pas, mais si ça arrive je ferai
_____.

Pensées constructives

1. Tout le monde n'est pas obligé de m'aimer.

2. C'est correct de faire des erreurs.

3. Les autres peuvent être différents et être corrects comme je peux être différent et correct.

4. Je n'ai pas à tout contrôler.

5. Je suis responsable de ma journée.

6. Je peux faire face à ce qui arrive même quand ça va mal.

7. C'est important d'essayer.

8. Je suis capable.

9. Je peux changer et être flexible.

10. Les autres aussi ont des responsabilités.

C'est moi qui choisis

Thème : La motivation

Sous-thème : Autoprogrammation

Objectif général : Fixer ses buts à court, moyen et long terme

---

Objectifs spécifiques : Identifier des buts à court, moyen et long terme.
Identifier des moyens concrets favorisant l'atteinte de ses objectifs.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuilles d'exercice *L'autoprogrammation*
Activité *Objectif : plan de carrière* dans la section « Connaissance du marché du travail »

Déroulement :

1. Présenter l'activité et les objectifs.

2. Expliquer en quoi consiste l'autoprogrammation. Utiliser au besoin la feuille de présentation.

3. Différencier auprès des participants les buts à court, moyen et long terme. Donner des exemples. Utiliser au besoin la feuille de présentation.

4. Proposer aux étudiants d'écrire individuellement un but de chaque type.

5. Inviter ensuite les participants à rédiger chaque but en une formule positive.

6. Faire visualiser aux participants leurs buts.

Retour sur l'activité : Amener les jeunes à trouver des moyens concrets pouvant aider la réalisation de leurs objectifs. Sensibiliser les jeunes aux facteurs qui favorisent une programmation efficace :
- Avoir confiance
- Choisir des buts réalistes
- Pratique dans le calme et la bonne humeur, etc.

Exercice à la maison : Répéter sa formule positive. Écrire et mettre en application les moyens identifiés pour l'atteinte de ses objectifs.

Recommandations : Prendre soin que les participants ne perçoivent pas l'auto-programmation comme une forme de pensée magique. Souligner l'importance de moyens concrets allant de pair avec l'auto-programmation.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :
- ✓ énoncer des buts à court, moyen ou long terme ;
- ✓ utiliser l'auto-programmation ainsi que des moyens concrets pour les réaliser.

Référence : Tremblay, M. (1990)

Adaptation et commentaire :

L'auto-programmation

La programmation te permet de profiter des richesses de ton subconscient. Le subconscient renferme de nombreux pouvoirs que l'on oublie souvent d'utiliser. Tu peux te servir de ces pouvoirs, par le biais de l'auto-programmation, pour arriver à toutes sortes de choses mais entre autres, pour améliorer ta motivation face à l'école.
Pour faire de l'auto-programmation, il faut d'abord te fixer un objectif (à court, moyen ou long terme) et transformer en une formule positive. Voici un exemple :

Objectif à court terme: Réussir mon examen de mathématiques.

Formule positive : Je réussis mon examen de mathématiques avec une note de 75% et plus.

Une fois formulée, tu répètes ensuite cette pensée jusqu'à ce que ton subconscient l'enregistre et se charge de trouver des façons d'atteindre ton but. Pour aider le travail de ton subconscient, tu dois le nourrir de pensées positives et constructives et mettre à exécution les moyens qui te sont accessibles. Voici un exemple de moyens pour atteindre ton objectif :

Moyens : Étudier au moins 30 minutes par soir dans la semaine précédant mon examen de mathématiques
Mieux écouter en classe

Évidemment, la réalisation de ton objectif ne se fera pas du jour au lendemain et ne se déroulera pas sans y mettre des efforts. Selon l'objectif que tu t'es fixé, cela peut prendre une semaine ou un an. Pour réussir l'auto-programmation, rappelle-toi de ces deux règles : *PRATIQUE et PERSÉVÉRANCE.*

Résumé des grandes étapes de l'auto-programmation :

1. Fixer un objectif à court, moyen ou long terme
2. Le transformer en formule positive
3. La réciter aussi souvent que tu le peux et que tu en ressens le besoin. Les moments privilégiés sont le matin avant de commencer ta journée et le soir en t'endormant. Il faut répéter la formule en te concentrant sur ce que tu dis
4. Visualiser la réalisation de ton objectif, te voir en train d'atteindre ton but
5. Identifier et mettre en pratique les moyens concrets qui t'aideront à atteindre ton objectif.

Définitions et autres exemples :

But à court terme

C'est un objectif que tu souhaites atteindre dans les jours ou les semaines à venir, tel que :

- Augmenter mon attention en classe
- Effectuer une belle présentation orale en anglais
- Etc.

But à moyen terme

C'est ce que tu désires ou devenir dans les mois à venir, tel que :

- Mieux étudier
- Trouver une méthode efficace pour prendre des notes

But à long terme

C'est un objectif que tu désires atteindre dans les années à venir, tel que :

- Obtenir mon diplôme d'études secondaires

Afin de t'aider à réussir tes objectifs, n'oublie pas d'identifier des moyens adéquats et concrets. Il faut tout de même mettre quelques efforts! Ton subconscient est puissant mais il a besoin de toi!

Aussi, prends bien soin de trouver une formule **positive** pour que ton subconscient saisisse bien le message et travaille dans le bon sens. Utilises des verbes d'action constructifs et fais comme si tu avais déjà atteint ton but.

Exemples de mots-clés pour accompagner ta formulation positive :

Je réussis…
Je suis capable…
Je réalise…

L'école c'est important

Thème : La motivation

Sous-thème : Importance de l'école

Objectif général : Prendre conscience de l'importance de la fréquentation scolaire

---

Objectifs spécifiques : Connaître les conséquences de l'abandon scolaire prématuré.
Prendre conscience de la réalité quotidienne du jeune décrocheur.

Durée : 60 minutes

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs
2. Présenter la personne-ressource.
3. Témoignage du vécu de l'ex-décrocheur : cause de son décrochage, moment, conséquences, retour, aide, etc.
4. Discuter et poser des questions. Souligner l'importance de demeurer à l'école en présentant des faits concrets concernant les conséquences à de l'abandon scolaire.
5. Échange libre.

Retour sur l'activité : Amener les participants à synthétiser la rencontre en leur posant des questions. Par exemple : Que retiens-tu de plus important suite à témoignage ? En quoi l'école est-elle importante ? Quelles sont les

conséquences de l'abandon scolaire ? etc.

Recommandations : Choisir soigneusement la personne-ressource. Une rencontre préalable avec la personne est indiquée pour s'assurer qu'elle croit vraiment que retourner à l'école c'est important. Clarifier avec elle les objectifs et les points principaux de l'activité ainsi que le type de clientèle à laquelle elle s'adressera.

Une collation peut être prévue soit à mi-chemin ou à la fin de l'activité.

Deux témoignages d'élèves qui ont persévéré devant les difficultés scolaires peuvent être remis aux élèves.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait pouvoir évaluer de façon plus réaliste les conséquences de l'abandon scolaire prématuré.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

http://www.uneplacepourtoi.qc.ca

Adaptation et commentaires :

Suis-je motivé ?

- ☐ J'arrive à l'heure à mes cours
- ☐ J'assiste à tous mes cours
- ☐ J'ai l'intention de bien suivre et de bien participer à mes cours
- ☐ Je suis intéressé par ce qu'apporte le professeur en classe
- ☐ Je pose des questions devant une explication ou une consigne incomplète ou lorsque je ne comprends pas
- ☐ J'ai le désir de réussir mes travaux, mes contrôles et mes examens
- ☐ Je donne mon maximum lors des travaux, des contrôles et des examens
- ☐ Je participe aux travaux d'équipe
- ☐ Je suis content devant une réussite
- ☐ J'ai de l'intérêt pour mes études
- ☐ Mes journées passent rapidement
- ☐ Je m'intéresse à ce que j'ai à faire
- ☐ J'ai le désir de réussir ce que j'entreprends
- ☐ J'aime apprendre de nouvelles choses

Témoignages

Témoignage d'Annie :

" Depuis que j'ai raccroché, je suis tellement fière de moi. "

À l'âge de 19 ans, Annie quitte l'école et le contexte familial difficile qu'elle connaît depuis l'enfance. Après deux grossesses, elle veut plus que tout améliorer ses conditions de vie et celles de ses enfants. C'est pourquoi elle fréquente actuellement une école pour raccrocheurs qui lui permettra d'obtenir son diplôme d'études secondaires.

" Mère de deux jeunes enfants, avec seulement un secondaire IV et vivant de l'aide sociale, je ne voyais vraiment pas de quoi serait fait mon avenir. Penser à plus tard et à ce que j'aimerais faire a été déterminant dans ma décision de retourner aux études. Mon objectif : terminer mon secondaire V et aller au cégep en technique d'éducation spécialisée auprès des enfants. Je sais que mon expérience de vie me servira à aider les jeunes en difficulté. "

" Ce n'est pas facile tous les jours, mais j'ai repris confiance en moi et je suis déterminée à atteindre mon but. C'est motivant parce que je le fais pour mon avenir et je veux aussi que mes enfants soient fiers de moi. "

Selon Annie, on peut laisser l'école pour toutes sortes de raisons, mais les conséquences, elles, sont les mêmes : perte de confiance en soi, découragement et peu d'espoir dans l'avenir. " L'important, c'est de ne pas se laisser abattre et de se dire qu'on est capable. "

Référence : http://www.uneplacepourtoi.qc.ca

Témoignage d'André :

" **Malgré de nombreux obstacles,**
c'est possible de s'en sortir. "

Dernier-né d'une famille de trois enfants sur l'aide sociale, André a vécu une enfance difficile marquée par la pauvreté et la violence familiale. Dès le primaire, l'école fut pour lui une catastrophe.

" Je ne comprenais rien et comme je n'arrivais pas à faire mes devoirs et mes leçons, j'étais souvent puni par le professeur. Je me sentais vraiment seul et impuissant devant toutes mes difficultés et mes souffrances. " Doubleur à deux reprises, André était ce qu'on appelle aujourd'hui un élève à risque et un décrocheur potentiel.

Sa rencontre avec son professeur d'éducation physique fut déterminante. " Il croyait en mon talent pour la gymnastique sportive et je sentais qu'il m'aimait malgré mes difficultés et mes troubles de comportement (hyperactivité). Pour continuer à faire partie du club de gymnastique, je devais m'appliquer à avoir de meilleurs résultats scolaires, ce qui arriva petit à petit. "

Rendu au secondaire, André aimait un peu plus l'école et réussissait mieux.
" Plus je réussissais, plus j'aimais l'école. " Quand, un jour, un orienteur lui dit de ne pas songer au cégep et encore moins à l'université car il n'en a pas les capacités, André ne se décourage surtout pas. " J'aimais maintenant tellement l'école que j'ai réussi à grimper parmi les premiers de classe et j'ai persévéré jusqu'à compléter des études universitaires. "
Aujourd'hui, d'ancien élève doubleur et à risque de décrocher de l'école, André est devenu professeur à l'université. " Si j'ai pu prendre ma place à l'école et dans la société, malgré mes problèmes familiaux et scolaires, alors toi aussi tu le peux!

Référence : http://www.uneplacepourtoi.qc.ca

Les conséquences de l'abandon scolaire

Voici quelques faits réels… :

- Plus le niveau de scolarité est élevé, meilleurs sont les salaires et les conditions de travail ;

- Les emplois intéressants demandent au minimum une formation professionnelle ;

- Les travailleurs qui n'ont pas de diplôme secondaire ont des emplois et vivent plus de situations de chômage ;

- Faute d'avoir un emploi satisfaisant, de nombreux décrocheurs retournent à l'école pour terminer leurs études secondaires ;

- Le manque de formation et le chômage conduisent souvent à des problèmes de santé et à des problèmes avec la justice.

N'oublie pas qu'il est plus facile d'investir des efforts maintenant pour surmonter tes difficultés que d'abandonner l'école et d'y retourner plus tard.

Chaque effort que tu décideras d'investir t'amènera peu à peu à reprendre goût à l'école. Ton implication s'avère essentielle à ta réussite.

Référence : http ://www.uneplacepourtoi.qc.ca

La planification

Le manque d'organisation et d'une méthode de travail efficace sont les deux caractéristiques les plus fréquemment retrouvées chez les décrocheurs potentiels. Ces caractéristiques jouent un rôle important dans le processus d'abandon scolaire car elles entraînent des conséquences telles :

- carence du matériel scolaire nécessaire pour les cours,
- difficulté dans la gestion de son temps,
- incapacité de se préparer aux tests et aux examens,
- difficulté à équilibrer son régime de vie.

Cet état de fait conduit à des échecs, des résultats médiocres, une baisse de la motivation et une faible estime de soi chez le jeune.

Plusieurs activités et techniques relatives à la planification se retrouvent sous ce thème. Les habiletés intellectuelles telles l'étude, la concentration, l'écoute, la mémorisation, la lecture et la prise de notes sont présentées. L'utilisation de fiches rappel est suggérée afin de favoriser la généralisation et l'intégration des habiletés traitées.

Objectifs pour l'intervenant :

- Démontrer l'importance de la planification et de la gestion du stress pour atteindre un bon équilibre dans la vie.
- Procurer aux jeunes des techniques pour acquérir et améliorer les habiletés intellectuelles nécessaires à la réussite.
- Donner aux participants le goût de développer des méthodes de travail appropriées.

La planification peut être d'un grand secours pour la remise de tes travaux et la réussite de tes examens. Es-tu de ces personnes qui aiment sentir qu'elles contrôlent le temps plutôt que d'être contrôlées par le temps ?

Beaucoup de personnes sont stressées par le manque de temps. Elles se sentent envahies et se découragent facilement devant leur travail. De plus, quand elles considèrent leur journée ou leur semaine comme une montagne, cela devient plus difficile de se concentrer sur le moment présent.

Quand on regarde un peu autour de soi, on voit bien qu'il y en a qui n'arrêtent pas de courir pendant que d'autres font le même travail sans avoir à se dépêcher. Pourtant, dans une journée, il y a 24 heures pour tout le monde. Si tu désires être de ceux qui profitent de leur journée au maximum, il faut apprendre à planifier ton temps et ton travail.

Le meilleur moyen, c'est encore l'utilisation d'un horaire ou d'un agenda.
Voici quatre éléments qui t'aideront dans ta planification.

La diversité :

Pour être efficace et productif, change d'activité ou de façon de travailler à peu près à toutes les heures. En plus de faciliter ta concentration, ça rendra ton horaire plus intéressant et plus motivant.

L'équilibre :

Il est important que ton horaire de tous les jours comprenne des moments de travail, de loisirs ou de temps libres, de repas, de repos, etc. Bâtis ton horaire selon ta personnalité, tes besoins et tes capacités. Si tu veux pouvoir le respecter, il faut d'abord **te** respecter.

La précision :

Pour chaque activité, choisis le jour, l'heure et la durée. Mais être organisé, ça ne veut pas dire être figé, tu peux avoir à supprimer ou à déplacer certaines activités si c'est nécessaire.

L'ordre :

L'horaire te permet de *mettre ton temps en ordre*. Pour être efficace et ne pas perdre de temps inutilement, garde aussi ton matériel scolaire et ton coin de travail en ordre.

Planifier, c'est aussi choisir des méthodes de travail efficaces. Rappelle-toi qu'il y a des habiletés à la base du travail scolaire : la concentration, l'écoute, la lecture et la mémorisation. Une fois que tu possèdes bien ces habiletés, tout devient plus simple quand il s'agit de prendre des notes, d'étudier ou de préparer un examen.

L'organisation demande du temps mais elle permet d'en sauver ! Avec un horaire que tu respectes et de bonnes méthodes de travail, tu commenceras la journée en te sentant plus libre, plus calme et de bonne humeur. La planification, c'est une bonne habitude à prendre.

Une bonne organisation et un peu de méthode te mèneront droit vers le succès !

Jacob et Ben

Thème : Planification

Sous-thème : Gestion de stress

Objectif général : Apprendre à gérer son stress quotidien

Objectifs spécifiques : Expérimenter deux techniques de relaxation
Identifier des moments propices pour les utiliser

Durée : 30 minutes

Matériel : Feuilles d'exercice *Exercice de relaxation de Jacobsen* et *Exercice de relaxation de Benson*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs

2. Diriger l'exercice de relaxation de Jacobsen (relaxation profonde).
   Donner du feedback positif ou correctif tout au long de l'exercice.

3. Demander aux participants leurs réactions. Comment ils se sentaient avant ? Et après ? Ont-ils été distraits ?

4. Présenter la technique de Benson, plus facile et demandant moins de concentration. Accorder quelques minutes aux participants pour que chacun se trouve un mot-clé.

5. Faire l'exercice en groupe. Choisir un mot commun pour l'exercice ou répéter son mot en silence.

Retour sur l'activité : Discuter avec le groupe de l'utilité que peuvent avoir ces techniques. Demander aux participants d'identifier des situations vécues ou anticipées pour lesquelles les exercices de relaxation seraient utiles.
Préciser qu'une pratique quotidienne améliore la capacité de se détendre et prévient l'accumulation de stress.
Pour retenir les exercices, les appeler Jacob et Ben.

Exercice à la maison : Inviter les participants à penser souvent à Jacob et Ben, et à pratiquer avec eux.
Insérer la fiche rappel de relaxation avec Jacob dans son journal ainsi que l'exercice de Benson, ou du moins, y inscrire son mot-clé.
Suggérer également l'automassage ; les mains, les pieds, la nuque et la tête sont particulièrement vulnérables au stress.

Recommandations : S'il y a un ou des élèves turbulents dans le groupe, placer les chaises en cercle, dos au centre, pour diminuer les éléments de distraction.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ nommer et utiliser les deux techniques de relaxation ;
- ✓ identifier des moments propices pour les utiliser.

Référence : Clarke, G., Lewinston, P. et Hops, H. (1990)

Adaptation et commentaires :

Exercice de relaxation de Jacobsen

En tant que leader de l'exercice, il est important que votre voix reflète bien les différentes phases de tension et de relaxation. Tendez et relâchez vos propres muscles pendant l'exercice, cela vous aidera à avoir une voix appropriée. Pour les phases de tension, la voix est forte et rapide ; pour les phases de relaxation, la voix se fait lente, régulière et profonde.

1. Tendez vos **mains** et vos **bras**.

   Serrez les poings et tous les muscles de vos bras aussi fort que vous le pouvez. Les autres parties de votre corps restent détendues. (Tenir environ 5 secondes)

   Relaxez. Laissez toute la tension sortir de vos bras, de vos mains. Ils sont vides ; vous ne pourriez même pas les lever.

2. Tendez votre **tête** et votre **visage**.

   Serrez les dents, froncez les sourcils, les yeux. Tendez tous les muscles de votre visage, aussi fort que vous le pouvez. (Tenir environ 5 secondes)

   Relaxez. La mâchoire, les sourcils, toute la tension se retire des muscles de votre visage et de votre tête. Laissez tomber vos paupières.

3. Tendez votre **torse** et vos **épaules**.

   Retenez votre respiration. Tendez votre dos, votre ventre, votre poitrine. Serrez les muscles de vos épaules, sans tendre vos bras. Tendez. (Tenir environ 5 secondes)

   Relaxez. Respirez. Laissez tomber vos épaules, la tension quitte tous les muscles de votre dos et de votre torse. Attardez-vous sur votre respiration, appréciez le bien-être que procure une respiration régulière.

4. Tendez vos **jambes**.

   Serrez vos fesses, tendez vos cuisses. Serrez les genoux, tendez les mollets. Poussez le sol avec vos pieds, serrez les orteils. (Tenir 5 secondes maximum, attention aux crampes)

   Relaxez. Sentez toute la tension qui quitte votre corps par le bout de vos pieds. Vous êtes complètement détendu. Imaginez-vous dans un endroit chaud et douillet, votre corps est parfaitement relaxé. Vous êtes bien et sans soucis. (Pendant 4-5 minutes) Respirez profondément, sans exagérer. Détendez les petits muscles tendus.

   Bougez vos doigts et vos orteils. Bougez lentement les bras et les jambes. Ramenez votre corps à la normale. Ouvrez lentement vos yeux quand vous êtes prêts.

Fiche rappel

Pour me relaxer avec Jacob

- **Tendre et relaxer**

  - mains et bras
  - tête et jambes
  - torse et épaules
  - jambes et pieds

- **Relaxer**

Exercice de relaxation de Benson

Pour faire cet exercice, tu dois te choisir un mot-clé que tu te répèteras à toi-même. *Paix, aoum, respire,* en sont des exemples. Ce qui importe, c'est que le mot clé t'aide à oublier tes préoccupations et t'incite à la détente.

Cet exercice est facile à faire et ne prend pas tellement de temps. Tu peux facilement l'utiliser avant une situation stressante, comme un examen par exemple.

Mon mot clé : _____

Avant de commencer :

1. Choisis un endroit calme.
2. Choisis un moment calme de la journée.
3. Prends une position confortable.
4. Laisse de côté tes préoccupations.

L'exercice en 6 étapes :

1. Assieds-toi dans une position confortable.
2. Ferme tes yeux.
3. Concentre-toi sur ta respiration.
4. Prononce ton mot clé en expirant.
5. Relaxe tes muscles les uns après les autres.
6. Continue pendant 5 à 20 minutes (selon le besoin), puis reste assis un moment.

N.B. La respiration se fait en trois parties : inspiration, attente (quelques secondes seulement) et expiration. C'est bien de régulariser sa respiration mais il ne s'agit pas de la forcer.

J'organise mon temps

Thème : Planification

Sous-thème : Horaire

Objectif général : Apprendre à gérer son temps

Objectifs spécifiques : Observer son emploi du temps.
Se bâtir un horaire équilibré.

Durée : 45 minutes

Matériel : Feuilles d'exercice *Grille d'observation, Modèles d'horaire* et *Mes habitudes de vie*

Déroulement : Présenter l'activité et ses objectifs.

Première partie :

1. Observer précisément son emploi du temps pendant une semaine ou deux en notant toutes ses activités sur une grille.

2. Analyser la grille en prenant conscience de la façon dont le temps est employé. Utiliser une couleur pour chaque type d'activité : travaux, étude, loisirs, cours, repas, sommeil.…

Deuxième partie :
Présenter les étapes et soutenir les participants dans la réalisation de leur horaire

3. Choisir ou créer le modèle d'horaire qui te convient le mieux.

4. Revoir les quatre critères à respecter pour l'élaboration d'un horaire (texte de présentation).

5. Faire une liste des choses à faire pour la semaine. Tenir compte de ses buts (voir thème « La motivation »).

6. Placer les activités qui reviennent toujours aux mêmes heures : cours, repas, déplacements…

7. Déterminer pour chaque activité le jour et l'heure de réalisation en commençant par les plus importantes.
   Insister sur les matières qui donnent plus de difficultés.

8. Varier les sujets d'étude à chaque heure et allouer une détente de 10 minutes entre chaque période.

9. Rapprocher l'étude d'une matière le plus près possible du cours et étudier régulièrement sans attendre que le professeur le dise.

10. Mettre en couleurs les activités de même type pour vérifier l'équilibre.

11. Laisser une copie de l'horaire à la maison et garder l'autre avec soi à l'école. S'y référer à chaque jour.

Retour sur l'activité : Sensibiliser les participants à l'importance d'**utiliser** leur horaire.

Exercice à la maison : Se référer à son horaire à chaque jour.
Planifier son temps à chaque semaine et apporter les améliorations qui s'imposent à son horaire.

Recommandations : Superviser régulièrement les jeunes au niveau de leur démarche de planification favorise leur apprentissage et leur assiduité.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ connaître son emploi du temps,
- ✓ se bâtir un horaire équilibré et de s'y référer.

Référence : Tremblay, M. (1990) et Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaire :

Grille d'observation

Enregistrement des activités quotidiennes

Semaine du _____ au _____

Semaine

Heure	Lundi 2	Mardi 3	Mercredi 4	Jeudi 5	Vendredi 6
16 : 00					
17 : 00					
18 : 00					
19 : 00					
20 : 00					
21 : 00					

Fin de semaine

Heure	Samedi 7	Dimanche 8
6 : 00		
7 : 00		
8 : 00		
9 : 00		
10 : 00		
11 : 00		
12 : 00		
13 : 00		
14 : 00		
15 : 00		
16 : 00		
17 : 00		
18 : 00		
19 : 00		
20 : 00		
21 : 00		

Mes habitudes de vie

Les thèmes ci-dessous peuvent t'aider à te questionner sur tes habitudes de vie, à vérifier si tu as un certain équilibre dans ton horaire ou encore, à te donner des idées si tu cherches comment équilibrer tes différentes activités.

École	Alimentation	Vie personnelle
Travail	Drogue	Vie familiale
Loisirs	Cigarette	Vie amoureuse
Sports	Alcool	Vie sociale
Sommeil		Vie culturelle

Les **thèmes** de la colonne du **centre** sont à surveiller particulièrement car ils peuvent affecter les autres domaines de ta vie.

Prends le temps d'y penser !... et pense à toi !

Prendre du temps pour toi, ça veut dire du temps seul avec toi-même, pour te regarder, pour prendre soin de toi. Du temps pour réfléchir à ce que tu veux et aux moyens pour y arriver. Du temps pour démêler ce que tu aimes vraiment et ce que tu fais pour plaire aux autres. C'est du temps pour mieux te connaître.

Référence : Dortu, J.-C. (1991), Cloutier, R., Legault, G. (1991)

La concentration

La concentration est un élément essentiel à la réussite de tes études. Se concentrer signifie se consacrer à une seule chose à la fois et lui donner toute son attention. Il est parfois très facile de se concentrer, lorsqu'on fait une activité que l'on aime par exemple. D'autres fois, cela demande beaucoup plus d'efforts, c'est à ce moment que tu dois faire des choix.

Les conseils suivants pourront aussi t'aider à développer ta capacité de concentration.

- Prends une attitude positive avant un cours ou une période d'étude. Fais le **choix** de te consacrer à l'activité présente, même si tu en as plus ou moins envie. De cette façon, tu seras plus rapide et plus efficace.

- Alterne les moments de concentration et de détente. Les moments de travail sont d'environ 50 minutes et les pauses, de 10 minutes. Tu peux commencer par des périodes de travail un peu plus courtes si tu éprouves de la difficulté à te concentrer.

- Varie tes façons d'étudier ou de travailler, c'est plus facile pour ton esprit de rester concentré si tu fais appel à plusieurs sens (lire, réciter à haute voix, écrire…).

- Prends soin de combler tes besoins physiques, affectifs et sociaux. Pratique un sport ou une activité physique, prends des repas équilibrés et dors de 7 à 8 heures par jour. Rencontre aussi des amis, la vie sociale est stimulante et importante pour ton équilibre.

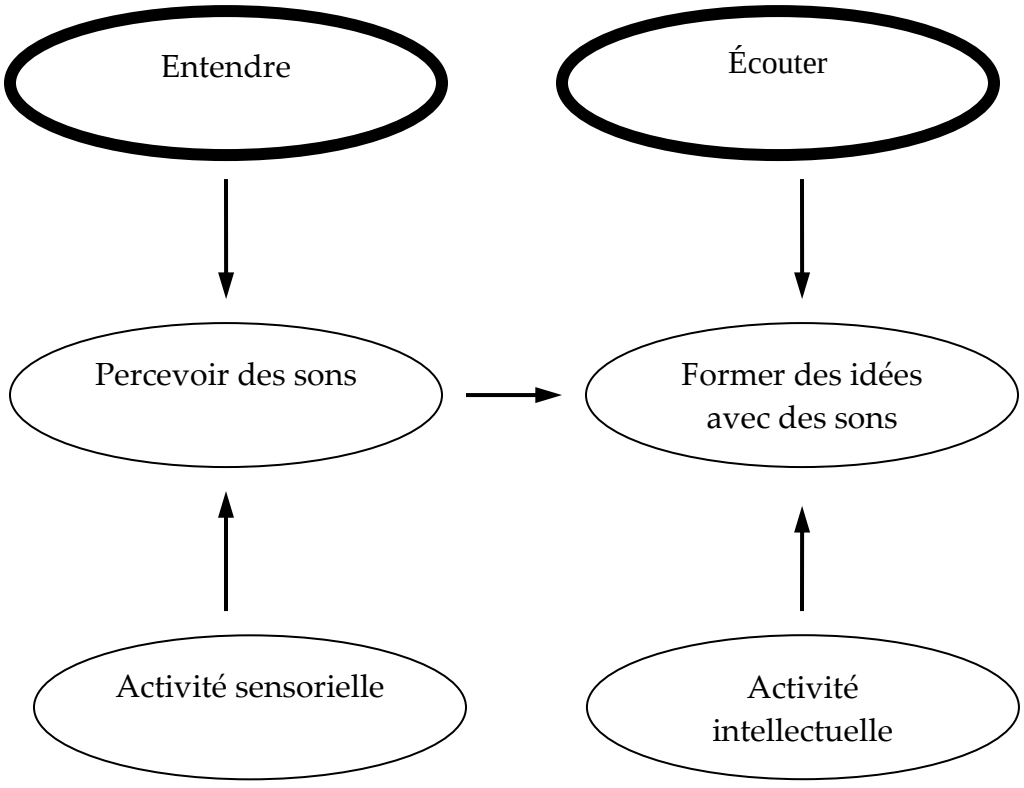
Contrôler tes pensées et les orienter à ta façon, c'est ça te concentrer !

L'écoute

À l'école, la majorité des informations passent par la communication orale. Ce type de communication exige que tu saches bien écouter en classe. D'ailleurs, si tu écoutes bien en classe, tu facilites ta compréhension de la matière et tu allèges déjà ton étude.

Mais « écouter », ça veut dire quoi au juste ?

Écouter, c'est différent d'entendre. Peux-tu faire la différence ? Regarde le graphique ci-dessous, il te rappelle qu'il ne faut pas confondre entendre et écouter. Tandis qu'**écouter** est une activité **intellectuelle, entendre** est une activité **sensorielle,** entendre consiste à percevoir des sons. Écouter consiste à former des idées avec les sons que l'on entend.



Quand tu écoutes bien :

- Tu regardes la personne qui parle.
- Tu fais le silence autour de toi et en toi.
- Tu manifestes de la curiosité et de l'intérêt.
- Tu t'efforces de retenir tout de suite l'idée maîtresse.
- Tu es présent de corps et d'esprit jusqu'à la fin de l'exposé.

Pour faciliter ton écoute, essaie aussi de :

- Découvrir le but de l'orateur. Veut-il expliquer, renseigner, émouvoir, convaincre, échanger… ?

- Découvrir ce que l'on veut te dire plutôt que de juger ce que l'on te dit. Il faut d'abord comprendre avant de juger. Quelle est la nature de ce qu'on te présente ? Est-ce un fait, une opinion, une loi, une proposition… ?

- Te renseigner brièvement sur le sujet avant l'exposé si cela t'est possible.

Quand tu as bien écouté, tu es mieux équipé pour juger de ce que tu as entendu, pour prendre une décision, poser un geste ou simplement pour réfléchir.

Attention ! Prends garde aux parasites qui viennent nuire à ton écoute. Ceux qu'on rencontre le plus souvent sont le désintéressement, la distraction, l'antipathie et l'indisposition. Trouve des moyens pour les éviter.

Référence : Tremblay, M. (1990)

La prise de notes

La prise de notes s'avère un outil utile pour mieux comprendre et mémoriser la matière. C'est aussi un bon exercice pour l'esprit ; il l'aide à rester concentré sur la matière. Être attentif, c'est indispensable pour comprendre.

Noter, c'est écrire les points importants dont tu veut te rappeler. C'est donc identifier l'information importante, l'écrire avec clarté tout en la résumant. Tu peux prendre des notes selon différents modèles. Choisis le modèle qui te convient le mieux mais assure-toi de respecter certains principes, tels :

- La clarté
- La synthèse
- Le repérage de l'information
- Le matériel

La clarté :

- Inscris toujours la date avant de commencer.
- Écris l'idée principale (ou le titre) au centre de la ligne.
- Souligne les idées secondaires (ou les titres) en les alignant à la marge de gauche.
- Utilise l'espace nécessaire pour que tes notes soient faciles à relire.
- Numérote les pages et change de feuille à chaque chapitre ou division de cours.
- Si elles ne sont pas complètes, demande de l'aide à un ami ou à l'enseignant la journée même.

La synthèse :

- Fais des phrases courtes.
- Note l'essentiel ; laisse tomber les adverbes, les adjectifs et les articles qui ne sont pas absolument nécessaires à la compréhension.
- Utilise des abréviations ; une liste est disponible au début du dictionnaire.
- En dehors des définitions, utilise tes propres mots.

Le repérage de l'information :

- Écoute attentivement l'enseignant.
- Les passages où il explique davantage ou plus lentement sont souvent importants à noter
- Reproduis les schémas et les dessins que le professeur fait au tableau.

Le matériel :

- Utilise un cahier de notes différent pour chaque matière ou un cartable avec des séparateurs pour éviter que tes notes se mêlent.
- Assure-toi de toujours avoir des crayons ou des stylos en bon ordre, une gomme à effacer et une règle.
- Si tu travailles avec un livre ou un texte qui t'appartient, tu peux souligner les mots-clés ou écrire une idée forte dans la marge. Si le document ne t'appartient pas, écris sur une feuille à part.

Mémo

L'idée principale :

- De quoi parle-t-on surtout ?
- Autour de quelle idée tourne l'exposé ?

Les idées secondaires :

- Que dit-on sur cette idée ?
- Quelles sont ses composantes ?

Les détails et les précisions :

- Quels sont les éléments qui t'aident à comprendre les idées secondaires ?

Le travail scolaire

1. *Quand faire le travail scolaire ?*

Il n'existe pas de règle absolue au sujet du temps idéal pour effectuer son travail scolaire mais on peut tenir compte des conseils suivants :

- Rapproche la période d'étude du cours théorique reçu en classe facilite la compréhension. Étudie au fur et à mesure.
- Plus le moment choisi est constant (même moment chaque jour), plus il est facile de respecter ton horaire.
- Les moments choisis doivent le plus possible s'adapter à tes besoins et à tes désirs personnels.
- Avertis les gens qui t'entourent (parents, frères, sœurs, amis) que tu consacreras tel ou tel moment à tes études. On évite ainsi beaucoup de dérangement.
- Le matin est un moment propice au travail intellectuel.
- Évite d'étudier tard le soir ou immédiatement après un repas ou une activité physique intense.

2. *Où faire le travail scolaire ?*

Pour que le travail scolaire soit plus facile à effectuer, il faut choisir l'endroit propice :

- Choisis un endroit à l'abri des bruits dérangeants
- Évite les lieux fréquentés par toute la famille
- Choisis un endroit bien équipé (bureau, lampe, chaise confortable mais rigide…)

- Garde à portée de la main le matériel dont tu auras besoin : tu éviteras ainsi beaucoup de déplacements

- Évite les endroits où les objets distrayants sont nombreux (photos, gadgets, jeux, etc.)

3. ***Comment faire le travail scolaire ?***

Voici quelques indices qui te permettront d'utiliser plus efficacement le temps que tu consacres à ton travail scolaire.

- Avant de commencer ta période d'étude, établis une liste des tâches à accomplir : tu coches au fur et à mesure qu'elles sont terminées. C'est encourageant de voir la liste raccourcir.

- Après avoir complété une tâche, récompense-toi ! Par exemple, pour 30 minutes de travail ardu en mathématiques, écoute ta musique préférée pendant quelques minutes.

- Si la tâche à accomplir est longue, divise-la en parties plus courtes et prévois 5 à 10 minutes de repos pour 30 minutes de travail sérieux.

- Évite de faire plus d'une activité à la fois : l'étude et la télévision ne vont pas très bien ensemble.

- Une lecture régulière de tes notes de cours fera de ton étude de veille d'examen une simple révision.

- Adopte une position énergique pour étudier. Il ne faut pas confondre travail et sommeil.

La lecture

Lire, ce n'est pas seulement ouvrir un livre et regarder les mots. Pour que ta lecture soit efficace et enrichissante, observe les trois étapes suivantes : la préparation, la lecture et la « digestion ».

La préparation :

- Comme dans toute chose, avant de commencer, adopte une attitude positive.

- Identifie le lieu de ta lecture. Choisis un endroit propice à la concentration.

- Détermine le but de ta lecture. Est-ce pour te divertir ? Pour te renseigner sur un sujet en particulier ? Pour répondre à des questions ? Pour faire une rédaction ?

- Prends contact avec le texte ou le livre : regarde sa couverture, lis le titre et le résumé ou la table des matières, remarque le nom de l'auteur et l'année d'édition, etc.

La lecture :

Technique

- Une fois assis, tiens ton corps et ta tête droits.

- Tes yeux vont de gauche à droite sur les lignes, mais ta tête, elle ne bouge pas.

- Lis « dans ta tête », ne prononce pas les mots avec ta bouche, cela ralentit la lecture.

- Prends un rythme régulier et fais des pauses de temps à autre.

Compréhension

- Garde un dictionnaire à portée de la main et cherche les mots que tu ne connais pas.

- Identifie les idées de chaque paragraphe, habituellement, elles sont au début ou à la fin du paragraphe.

- Regarde attentivement les dessins et les graphiques, ils facilitent parfois la compréhension.

- Cherche l'idée principale du texte. Quel est le but de l'auteur, pourquoi a-t-il écrit cela ?

- Note ce que tu trouves important ainsi que les questions qui te viennent à l'esprit.

La « digestion » :

- Prends maintenant un temps pour intégrer ce que tu viens de lire si tu veux te rappeler les idées du texte.

- Pose-toi quelques questions : Que penses-tu des idées de l'auteur ? Sont-elles logiques, farfelues, claires ou trop compliquée ? Es-tu d'accord avec lui ? Quelles critiques lui ferais-tu ?

- Retourne au texte s'il te reste des questions.

- Si tu as pris des notes, inscris le titre du document, le nom de l'auteur ainsi que l'année d'édition pour te rappeler facilement d'où viennent ces notes. Tu peux aussi faire un petit résumé si tu le désires.

- Conserve tes notes dans un cartable ou un cahier de façon à les retrouver facilement quand tu en auras besoin.

Si tu es ouvert aux nouvelles idées, tu trouveras beaucoup de plaisir à lire !

Référence : Tremblay, M. (1990)

La mémoire

La capacité de se souvenir est une habileté essentielle à ton succès scolaire. Après avoir reçu de l'information, tu dois l'organiser et être capable de l'utiliser en temps voulu.

La mémoire, ça se développe !

Grands principes

1. **Répéter**

    - Plus le nombre de répétition est grand, meilleure est la mémorisation.

2. **Surapprendre**

    - Continuer d'apprendre, même quand on sait déjà, réduit le risque d'oublier les informations mémorisées.

3. **Répartir la tâche**

    - Plusieurs courtes périodes d'étude valent mieux qu'une seule longue période.
    - Alterner 20 à 40 minutes de travail et de courtes pauses s'avère efficace.

4. **Apprendre de façon globale ou partielle**

    - Pour une tâche courte ou facile, il vaut mieux apprendre la totalité de l'information (apprentissage global).

5. **Revoir le « milieu »**

    - On retient plus facilement les informations du début et celles de la fin. Il faut surapprendre les éléments du « milieu ».

… et petits trucs

1. **Réviser avant de dormir :**

    - permet à ta mémoire de bien enregistrer sans que d'autres informations ne viennent créer de l'interférence.

2. **Expliquer à voix haute :**

    - en détail et par cœur ce que tu as mémorisé, comme si tu l'expliquais vraiment à quelqu'un. Ensuite, compare avec tes notes… as-tu oublié des éléments ?

3. **Réécrire ou redessiner :**

    - de mémoire, tes notes et tes schémas. Compare ensuite ta copie avec tes notes et réapprends les éléments manquants.

N'oublie pas, la mémoire est un outil qui se développe, persévère !

Référence : Tremblay, M. (1990)

Réussir ses examens

Beaucoup d'étudiants considèrent les examens comme des moments stressants et déplaisants. Pourtant les examens demeurent le moyen d'évaluation privilégié dans le système scolaire. Si tu veux réussir, tu dois changer d'attitude et considérer ces périodes comme le moment idéal pour démontrer ce que tu sais.

Ta réussite dépend aussi de ta préparation. Voici donc quelques conseils pouvant te guider avant, pendant et aussi après ton examen.

AVANT

- Pense positivement à ton examen, à tes études en général et à tes capacités.
- Étudie tes notes de cours au fur et à mesure ; n'attends pas à la dernière minute.
- Résume la matière et utilise de bonnes méthodes de mémorisation.
- Prépare-toi aussi physiquement à l'examen. Il faut prendre un repas équilibré, se détendre et porter des vêtements confortables.
- Fréquente des amis calmes et positifs.

PENDANT

- Assure-toi d'avoir le matériel nécessaire (crayons, gomme à effacer, règles…)
- Concentre-toi sur le moment présent. Ce que tu as à faire, c'est répondre au meilleur de tes connaissances.
- Commence par lire le questionnaire au complet.
- Utilise au besoin tout le temps dont tu disposes. Répartis-le de façon à avoir suffisamment de temps pour toutes les questions.

- Réponds d'abord aux questions les plus faciles.

- Quand tu as terminé, prends le temps de relire toutes les questions et tes réponses. Ajoute les petits éléments que tu as oubliés et corrige tes fautes d'orthographe.

APRÈS

- Donne-toi un peu de temps pour te détendre et pour refaire tes énergies.

- Quand tu reçois ta copie corrigée, si tu as des erreurs, tu les corriges et tu poses les questions nécessaires si tu ne comprends pas certains points.

Pour être certain de bien répondre à l'examen

D'abord, il y a plusieurs types de questions : problèmes à résoudre, vrai ou faux, choix multiples, réponses à développement… Pour mieux te préparer, tu peux demander à l'enseignant quel type de questions il y aura dans l'examen.

Une fois devant les questions…

1. Tu lis attentivement la question.
2. Tu t'assures de bien la comprendre. Relis la question si nécessaire.
3. Tu réfléchis pour trouver la réponse.
4. Tu rédiges ta réponse ou tu fais ton calcul sur une feuille brouillon.
5. Tu retranscris ta réponse.
6. Tu la relis et la corriges au besoin.

Bonne chance !

Fiches rappel
pour les habiletés intellectuelles

Les fiches rappel sont simples et faciles d'utilisation. D'une dimension pratique, elles se placent bien dans une poche ou dans un sac à main. Elles ne sont pas trop chargées ; elles rappellent 4 ou 5 notions importantes du thème abordé ou des éléments avec lesquels le jeune a plus de difficulté.

En voici quelques modèles pouvant être utilisés. Toutefois, les fichiers rappel peuvent être réalisés :

- individuellement à la maison,
- pendant l'activité, avec tout le groupe,
- par l'intervenant, selon les besoins de son groupe.

EXEMPLES

Pour mon étude ou mon travail à la maison	**Pour mémoriser**
• choisir le meilleur moment • choisir un endroit propice • choisir une méthode de travail	• répéter • surapprendre • répartir la tâche • apprendre de façon globale ou partielle • revoir le « milieu » --- • réviser avant de dormir • expliquer à voix haute • réécrire ou redessiner

Pour prendre des notes	**Pour réussir mes examens**

• clarté
• synthèse
• repérage de l'information
• matériel
---------- 	
• idée principale
• idées secondaires
• détails et précisions
	• **avant**
	  • être positif et en forme
	  • étudier régulièrement
	  • réviser
	
	• **pendant**
	  • avoir le matériel nécessaire
	  • me concentrer
	
	• **après**
	  • lire, répondre, relire
	  • refaire mes énergies
	  • me corriger

Pour me concentrer	**Pour bien répondre aux examens**
• faire des choix • alterner travail et détente • tenir compte de mes besoins • varier mes façons de travailler ou d'étudier	• lire les questions • les comprendre • réfléchir • répondre • se relire
Pour écouter	**Pour mes lectures**

• écouter ≠ entendre
• attention aux parasites
  • désintéressement
  • distraction
  • antipathie
  • indisposition
	• préparer ma lecture
	• lire
	• la digérer

Les relations interpersonnelles

Les élèves vulnérables à l'abandon scolaire recherchent un milieu d'appartenance et d'acceptation, un milieu où ils se sentent valorisés et où leurs qualités personnelles sont mises à contribution. Toutefois, le manque d'habiletés sociales et le sentiment d'impuissance qu'ils ressentent suite aux nombreux échecs subis les empêchent souvent de créer des relations interpersonnelles gratifiantes et significatives pour eux.

Le développement de relations humaines significatives s'avère donc très important pour les décrocheurs potentiels. En plus d'aider le jeune à reprendre confiance en lui et à développement son estime de soi, ces relations forment autour du jeune un réseau de soutien. Il est reconnu en santé mentale que les personnes qui bénéficient d'un tel réseau surmontent plus facilement les difficultés.

Sous le couvert de ce thème, vous trouverez des textes et des activités destinées à aider les jeunes à développer les habiletés en vue d'établir des relations interpersonnelles gratifiantes. Divers sous-thèmes sont abordés tels la tolérance, le respect, les règles de vie, l'influence des pairs et les relations avec l'autorité. Une activité traite également des habiletés sociales nécessaires au succès des relations interpersonnelles. Nous vous suggérons également quelques mini-tests et questionnaires.

Objectifs pour l'intervenant :

- Faire prendre conscience aux jeunes de la qualité de leurs relations interpersonnelles.
- Sensibiliser les jeunes à l'importance d'établir de bonnes relations avec les enseignants.
- Fournir des techniques favorisant un certain succès dans ses relations avec les autres.
- Donner un modèle pratique d'acquisition d'habiletés sociales et susciter la motivation des jeunes à développer certaines habiletés.

Les relations que tu crées avec les autres, que ce soit dans ta vie familiale, scolaire ou amicale, sont essentielles. Lorsqu'elles sont saines, elles peuvent enrichir ta vie bien davantage que les possessions matérielles. De bonnes relations te soutiendront dans les moments difficiles.

Mais les relations humaines réclament beaucoup de soins et d'attention. Même lorsqu'elles semblent solides, elles ne peuvent jamais être tenues pour acquises. Des problèmes peuvent surgir à tout moment. Tu dois alors faire preuve de bonne volonté et souvent accepter de faire des compromis pour le bien de la relation.

Ton attitude contribue au succès de tes relations avec les autres. Une attitude positive favorise des relations gratifiantes qui te rapportent autant à toi qu'à ceux et celles qui t'entourent.

La façon la plus objective d'envisager l'interaction humaine c'est de se concentrer sur la relation elle-même plutôt que sur les personnes qui sont à l'extrémité de cette relation.

Se concentrer sur la relation peut t'aider à ignorer les traits particuliers que les personnes postées aux extrémités possèdent. Cette centration sur la relation plutôt que sur les personnalités aide aussi à minimiser l'effet des différences d'âge ou de valeur, de milieux ethniques variés ou des valeurs et croyances personnelles. Ces facteurs, trop souvent, affectent négativement ta capacité à voir l'ensemble de la situation. Lorsqu'il est possible d'écarter les questions de cet ordre et de s'occuper exclusivement de la relation elle-même, les choses évoluent dans un sens plus positif.

C'est souvent par la communication verbale qu démarrent les relations importantes entre deux personnes.

Une communication **régulière** (en face à face, au téléphone ou par écrit) est nécessaire pour conserver une relation longtemps.

Une communication **immédiate, ouverte et face à face** demeure la meilleure façon d'éviter les malentendus et, s'il y en a, de les réparer le plus rapidement possible.

La prochaine fois que tu entendras parler d'une relation qui s'est désagrégée, tu pourras maintenant en conclure, sans grand risque de te tromper, que le manque de communication a joué un rôle important dans le bris de cette relation.

Il peut être assez facile d'établir une relation positive. L'objectif, c'est de construire et d'entretenir ces relations à l'avantage de toutes les parties concernées. Une des façons d'y parvenir, c'est de veiller à ce que chaque personne impliquée dans la relation reçoive des bénéfices qui soient approximativement de valeur égale. Il n'est pas nécessaire que ce qui est reçu de part et d'autre soit identique mais c'est souvent lorsqu'une personne commence à recevoir plus qu'elle ne donne que la relation devient vulnérable.

Bonjour Colère !

Thème : Relations interpersonnelles

Sous-thème : Tolérance

Objectif général : Identifier certaines de ses forces et de ses faiblesses

---

Objectifs spécifiques : Échanger sur l'expression d'agressivité.
Identifier les effets de l'agressivité dans un groupe.
Identifier les comportements qui provoquent la colère chez soi et chez les autres.
Explorez certaines façons de maîtriser l'agressivité.

Durée : 30 minutes

Matériel : Feuilles d'exercice *Phrases à compléter*
Petits cartons de phrases à compléter
Crayons feutres

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Remettre la feuille des phrases à compléter et un crayon feutre à chaque personne.

3. Lire les phrases à compléter une à la fois. Les jeunes
écrivent la première réponse qui leur vient spontanément à l'esprit.

4. Choisir quelqu'un au hasard et lui demander de mimer
une des phrases qu'il a complété à partir du carton qui lui est présenté. La personne choisie lit la

première partie de sa phrase avant de débuter son mime.

5. Le groupe essaie de deviner pendant que l'intervenant
   chronomètre le temps qui s'écoule. Le temps maximum accordé est de deux minutes (adapter le temps au niveau du groupe).

6. Poursuivre l'activité avec les autres membres du groupe. Chaque jeune doit mimer au moins une fois.

7. Lorsque tous les participants ont mimé, s'asseoir en groupe et inviter les jeunes à lire les phrases qu'ils n'ont pas mimées.

Retour sur l'activité : Échanger librement sur l'agressivité en groupe. Discuter de situations qui entraînent des réactions agressives et des différentes façons réagir.

Exercice à la maison : Chaque jeune est invité à compléter les phrases suggérées en exercice dans son journal de bord. Pour les phrases complétées lors de l'activité et en exercice à la maison, il doit trouver des alternatives à la manifestation agressive.

Recommandations : Tenter de centrer le contenu principalement à des secteurs scolaires.
Il est important que l'activité puisse être généralisable à plusieurs situations. Mettre un accent particulier sur l'exercice-maison ou le faire faire en deuxième partie d'activité si le temps le permet.
Amener les jeunes à formuler eux-mêmes des situations alternatives à la réaction agressive (se donner des moyens).

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ nommer des situations qui le rendent agressif en groupe
- ✓ décrire les effets de l'agressivité dans un groupe
- ✓ nommer des comportements qui provoquent la colère chez soi et chez les autres
- ✓ fournir des alternatives à la réaction agressive.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

PHRASES À COMPLÉTER

pendant l'activité

Dans un groupe…

1. Je suis en colère quand…

   _____

   _____

2. Je sais que mon agressivité est…

   _____

   _____

3. Quand les autres expriment leur agressivité à mon égard, je…

   _____

   _____

4. Je crois que l'agressivité des autres est…

   _____

   _____

PHRASES À COMPLÉTER

en exercice à la maison

Dans la vie de tous les jours

1. Je suis en colère quand…

   _____

   _____

2. Je sais que mon agressivité est…

   _____

   _____

3. J'exprime mon agressivité en…

   _____

   _____

4. Je pourrais exprimer ma colère en…

   _____

   _____

L'autorité : figure de respect

Thème : Relations interpersonnelles

Sous-thème : Respect

Objectif général : Se familiariser avec la notion de respect en particulier face à l'autorité.

Objectifs spécifiques : Identifier ses sentiments face à l'autorité.
Réfléchir sur la notion de respect.

Durée : 45 minutes

Matériel : Questionnaire *Exercice à la maison*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et les objectifs.

2. Inviter les participants à écrire spontanément le nom des personnes qui leur imposent le respect (qu'ils réagissent de façon positive ou négative à ce respect qui leur est imposé) : société, famille, école, autre…

3. Demander ensuite aux jeunes de diviser les personnes qu'ils viennent d'écrire en trois groupes selon les catégories suivantes :

   1er groupe : l'autorité facilement acceptable pour toi

   2e groupe : l'autorité que tu rejettes

3e groupe : les personnes en position d'autorité que tu ne connais pas personnellement mais que tu respectes automatiquement.

4. Former avec les jeunes trois équipes à partir des groupes qu'ils viennent de diviser en donnant un numéro à chaque participant, ce numéro correspondant à un type d'autorité.

5. Demander aux jeunes de discuter leurs réponses et d'arrêter leur choix sur une personne illustrant bien la catégorie d'autorité qu'ils représentent (chaque équipe doit en venir à un consensus).

6. Chaque équipe acte ensuite une situation qui illustre bien la notion d'autorité que la personne choisie représente. Le reste du groupe essaie de deviner de qui il s'agit.

Retour sur l'activité : En groupe, on discute des scènes qui ont été illustrées. Les acteurs sont invités à donner des détails sur le « sketch » qu'ils viennent de jouer :

- Pourquoi ont-ils choisi cette personne ?
- Que représente-t-elle ?
- Pourquoi est-ce facile ou non d'accepter l'autorité venant de cette personne ?
- Les autres participants peuvent donner les réponses qui n'ont pas été retenues pour les sketches.

Un échange suit sur les façons convenables d'entrer en relation avec les personnes qui représentent l'autorité.

Exercice à la maison : Répondre au questionnaire dans son journal de bord.

Recommandations : Respecter la règle de confidentialité ou d'anonymat en particulier pour la catégorie *l'autorité que tu rejettes* afin que certains enseignants ou directeurs ne soient « salis » par les propos des jeunes.

Rappeler aux participants que c'est une activité où on doit se familiariser avec la notion de respect et que cela se traduit par des gestes et des paroles.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ Nommer ce qu'il ressent face aux personnes représentant l'autorité autour de lui.
- ✓ Définir la notion de respect et la traduire en gestes et en paroles même lorsqu'il s'agit de personnes dont il rejette l'autorité.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaire :

Exercice à la maison

1. Que signifie pour toi :

   A. **Respecter quelqu'un ?**

   _____
   _____

   B. **Respecter l'autorité ?**

   _____
   _____

   C. **Respecter les amis ?**

   _____
   _____

2. Respecter, est-ce la même chose qu'aimer ?

   _____
   _____

3. Si une personne qui exerce l'autorité te respecte vraiment, cela influence-t-il tes sentiments envers cette personne ?

   _____
   _____

4. Quels moyens peux-tu prendre pour améliorer ton respect :

   A. **Envers l'autorité ?**

   _____
   _____

   B. **Envers tes amis ?**

   _____
   _____

Rallye ressources

Thème : Relations interpersonnelles

Sous-thème : Ressources et services

Objectif général : Connaître les ressources et les services disponibles à l'école.

Objectifs spécifiques : Prendre conscience et obtenir une information précise sur les services et les ressources disponibles dans son milieu scolaire.
Établir un premier contact avec le service ou la ressource (cela facilitera une consultation ultérieure si le besoin se présente).

Durée : 60 minutes

Matériel * : Questionnaire préparé par l'intervenant concernant les endroits à visiter (inscrire le nom du service ou de la ressource, le nom de l'intervenant qui reçoit les jeunes ainsi qu'une question à laquelle les jeunes doivent répondre).
Feuille de route (plan sur lequel on retrouve le tracé que les jeunes doivent emprunter).
Rafraîchissements ou collation (facultatif).

* ***Suggestions de ressources disponibles dans les écoles***

- Service de psychologie
- Service de psychoéducation
- Service de pastorale
- Service d'orientation (conseiller en orientation)
- Service des sports (responsable des sports)
- Service de la vie étudiante (responsable de la vie étudiante)
- Bibliothèque

- Surveillants
- Secrétaires…

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Diviser les membres du groupe en équipe de deux.

3. Distribuer un questionnaire et une feuille de route à chaque participant.

4 Faire prendre le départ à chacune des équipes à intervalle de 5 minutes ou donner un numéro de départ différent à chaque équipe (par exemple : une équipe commence le rallye au poste numéro 1, la deuxième équipe au poste 2 et ainsi de suite, chaque équipe doit terminer le circuit au poste qui précède celui de son départ).

5. Dans chaque ressource visitée, les participants sont reçus par un intervenant qui leur explique brièvement les objectifs et le fonctionnement de la ressource.

6. Suite à ce bref exposé, les participants doivent remplir leur questionnaire et ils reçoivent des documents d'informations sur la ressource (s'il en existe).

Retour sur l'activité : À la fin du trajet, les participants font corriger leur questionnaire par l'intervenant sur place.
Une fois tout le monde revenu, échange de groupe sur les ressources de son école ainsi que sur les personnes qui y travaillent.

Exercice à la maison : Raconter dans son journal de bord une situation où le jeune a reçu des services d'une des ressources visitées aujourd'hui et comment cela s'est-il passé ?
Pour ceux qui n'ont jamais consulté une des ressources de l'école, en consulter une au cours de la semaine ou raconter une expérience vécue à

l'extérieur de l'école.

Recommandations : Planifier tous les détails de l'activité et les allées et venues des jeunes en particulier si le rallye se déroule lors des périodes de cours.
Miser sur la confidentialité, ne pas reprendre l'exercice-maison en classe.
L'intervenant adapte le contenu de son activité à l'établissement dans lequel il travaille. Il produit lui-même son questionnaire et sa feuille de route en fonction des ressources de son milieu.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ nommer les différentes ressources de son école
- ✓ dire en quoi ces ressources pourraient lui être utiles.

Références : Côté, L. (1998)

Adaptation et commentaires :

Les règles, encore les règles

Thème : Relations interpersonnelles

Sous-thème : Règles de vie

Objectif général : Prendre conscience de l'importance des normes et des règles dans la vie en société.

Objectifs spécifiques : Identifier des normes et comprendre leur importance.
Réfléchir à ce que la vie en société impose comme règles.

Durée : 45 minutes

Matériel : Crayons feutres ou craies
Grand carton ou tableau
Texte *Règles de vie*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Discuter de l'importance d'avoir des normes (règles) et des inconvénients de ne pas en avoir.

3. Expliquer les procédures du remue-méninges.

4. Faire réaliser un remue-méninges sur les normes et les règles qui existent ou qui devraient exister dans la société.

5. Noter au tableau ou sur un grand carton les idées émises, même les plus loufoques.

6. Sélectionner, en groupe, les normes et les règles

que l'on considère comme importantes dans la vie autant à l'école, qu'à la maison qu'avec des amis.

7. Définir quelles sont ou devraient être les conséquences si ces normes ne sont pas respectées.

8. Passer le texte *Règles de vie* et demander à quelqu'un de le lire.

9. Demander ensuite à chacun de nommer un geste ou une parole qui concrétiserait la réalisation de règles et des normes mentionnées dans le texte (il est possible d'en ajouter).

Retour sur l'activité : Questions facultatives :

1. Est-ce facile pour toi de suivre les règles ?
2. Lesquelles sont les plus difficiles à respecter ? Pourquoi ?
3. Quels moyens pourrais-tu prendre pour avoir moins de difficultés ?

Exercice à la maison : Noter dans son journal de bord une norme ou une règle difficile à respecter.
Écrire quel serait le moyen approprié pour obéir à cette norme.
Mettre en application ce moyen au cours de la semaine.

Recommandations : Cette activité peut également servir à se donner des règles en tant que groupe afin que celui-ci fonctionne bien. Miser sur une recherche personnelle de moyens (gestes, paroles, actions…) pour avoir plus de facilité à obéir aux règles et aux normes.
Mettre l'accent sur l'aspect scolaire ou familial selon les besoins du groupe.
Généraliser au fonctionnement en société (lois).
Au besoin, adapter le texte *Règles de vie.*

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ nommer des normes et des règles en vigueur dans différents milieux (école, famille, société…) ;
- ✓ reconnaître l'importance des normes et des règles pour un bon fonctionnement en société ;
- ✓ se donner des moyens concrets qui l'aident à respecter les règles.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Règles de vie

La société est organisée avec des *normes*, des *règles*, des *lois* et des *services*. Bon nombre de services gouvernementaux, municipaux et paroissiaux sont mis à ta disposition pour faciliter ta vie en société. Tu aurais avantage à les découvrir.

Les normes et les lois de la société (que ce soit à l'école, à la maison ou dans la rue) te proposent des ***règles de vie***. Il est cependant possible et important de conserver une certaine ***liberté*** et ainsi favoriser le ***respecter de toi-même*** à travers des habitudes de vie saines et équilibrées. Tu dois, par contre, constamment évaluer où se termine ta propre liberté et où débute celles des autres…

C'est donc sur le ***respect*** que sont basées la plupart des ***règles de vie***. Celui-ci se retrouve à plusieurs niveaux, par exemple, le ***respect des engagements*** que tu prends envers toi ou les autres favoriseront ton bon fonctionnement. Il est également important de ***respecter l'opinion des autres*** même si tu n'es pas en accord avec celle-ci. Tu dois toujours te rappeler qu'il existe une distinction entre l'opinion des gens et les gens eux-mêmes. En effet, quelqu'un peut changer d'idée mais il demeurera toujours la même personne…

Le respect, cela sous-tend aussi l'***écoute*** de l'autre, le ***partage***, l'***entraide*** et l'***honnêteté***. Exploite ces qualités et tu verras tes relations s'améliorer grandement. Tu répondras alors à des règles adéquates et très importantes à la vie en société.

Les règles de vie comprennent également des ***responsabilités***. Déjà, tu possèdes certaines responsabilités à l'école, à la maison et peut-être même au travail. Tu as donc des ***responsabilités individuelles*** mais tu as également des ***responsabilités sociales.***

Toutes ces notions demeurent abstraites.
C'est donc à toi maintenant de les rendre concrètes par des paroles, des gestes et des actions !

L'art d'être habile socialement !

Thème : Relations interpersonnelles

Sous-thème : Habiletés sociales

Objectif général : Développer certaines habiletés nécessaires au succès des relations interpersonnelles.

Objectifs spécifiques : Connaître ce que sont les habiletés sociales et leur importance.
Apprendre une technique simple de développement des habiletés sociales.
Pouvoir situer les habiletés apprises dans des contextes précis mais facilement généralisables.

Durée : À déterminer

Matériel : Magnétoscope
Télévision
Liste *Les habiletés sociales*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Donner la définition de ce qu'est l'habileté sociale et la situer dans différents contextes (donner des exemples).

3. Distribuer la liste *Les habiletés sociales* et demander aux participants de la lire. Répondre aux questions s'il y a lieu.

4. Choisir une habileté (cela peut être fait à l'avance par l'intervenant ou lors de l'activité en groupe).

5. Présenter un exemple spécifique illustrant cette habileté oralement, par mimes ou sur magnétocassette = **MODELAGE**
6. Demander à un ou plusieurs participants d'exécuter le comportement qui vient d'être présenté. => **JEU DE RÔLE**

7. Donner aux participants un *feed-back* sur ce qui vient de se dérouler. => **RÉTROACTION**

8. Répéter les étapes 5, 6 et 7 au besoin en changeant l'exemple ou l'habileté.

Retour sur l'activité : Le retour peut être utilisé pour favoriser l'utilisation de l'habileté dans divers milieux de vie
=> **GÉNÉRALISATION**

Exercice à la maison : Chaque jeune choisit parmi la liste cinq habiletés qu'il serait important de développer pour lui et il se donne des moyens de le faire en se basant sur les quatre étapes du développement des habiletés sociales.

Recommandations : Lors de l'étape de la rétroaction, celle-ci peut provenir des participants du groupe, de l'acteur principal du jeu de rôle, de l'animateur ou d'un moyen visuel tel l'enregistrement vidéo.

Pour favoriser la généralisation des habiletés, certains éléments sont à considérer :

1. **la sélection des habiletés** (choisir des habiletés qui sont susceptibles d'être renforcées dans le milieu du jeune)
2. **le choix des exemples** (ceux-ci devraient autant que possible être tirés de l'environnement naturel du jeune)
3. **les agents de renforcement** (favoriser surtout des renforçateurs sociaux tels des félicitations et des compliments ; des renforçateurs secondaires

(système d'économie de jetons) et primaires (fruits, friandises) peuvent également être utilisés)

4. **la dépendance** (espacer les renforçateurs au besoin si le sujet risque de devenir dépendant)
5. **la répétition des habiletés visées** (à favoriser)
6. **l'autocontrôle** (miser sur l'auto-enregistrement et sur l'auto-évaluation des habiletés par le jeune lui-même)
7. **la participation** (amener les participants à choisir des habiletés pertinentes pour eux)
8. **les jeux** (utiliser des jeux de société pour pratiquer les habiletés choisies)

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ donner une définition, dans ses propres termes, des habiletés sociales
- ✓ identifier les quatre étapes du développement des habiletés sociales
- ✓ nommer certaines habiletés et donner des exemples pour chacune
- ✓ nommer les habiletés qu'il devrait développer et se donner des moyens de le faire.

Référence : Ouellet, R., L'abbé, Y. (1986)

Adaptation et commentaires :

Les habiletés sociales

Les habiletés sociales sont nécessaires aux personnes qui ont à interagir dans différents milieux (maison, école, travail…). Elles font référence à des comportements spécifiques plutôt qu'à des valeurs, des croyances ou des attitudes.

Dans une perspective préventive, des programmes de développement des habiletés sociales s'avèrent importants puisqu'ils permettent à des individus d'éliminer des lacunes au niveau de leur comportement social qui nuisent à leur intégration.

Ces mêmes programmes appliqués auprès d'élèves du primaire et du secondaire leur permettront d'acquérir des compétences comportementales afin d'améliorer leurs habiletés relationnelles.

Trois possibilités se présentent pour expliquer l'absence d'habiletés sociales chez les jeunes. Premièrement, le jeune peut agir comme il le fait parce qu'il ne connaît pas autre chose, autrement dit, il n'a pas appris à agir adéquatement en société. Deuxièmement, le jeune agit comme il le fait non pas parce qu'il ne sait pas quoi faire d'autre mais plutôt parce qu'il n'a jamais eu à mettre en pratique ce qu'il avait appris. La troisième possibilité est que le jeune sait comment agir, qu'il le met même en pratique à l'occasion mais, en certaines circonstances, la pression du milieu, des amis ou du contexte est tellement forte que c'est l'émotion qui prend le dessus et qui l'emporte sur l'habileté sociale prescrite. Il est donc important, pour un intervenant, de connaître la raison qui explique l'absence d'habiletés sociales chez un jeune et d'adapter les activités éducatives en conséquence.

DÉFINITION :

« Les habiletés sociales se définissent par des comportements spécifiques permettant d'interagir efficacement et adéquatement dans différents contextes d'interaction sociale (positifs, négatifs ou neutres) ».

Les habiletés sociales

Étapes suggérées pour le développement des habiletés sociales

1. Présenter des exemples spécifiques illustrant l'habileté à apprendre => => => **MODELAGE**

2. Faire exécuter aux participants le comportement illustré => => => **JEU DE RÔLE**

3. Donner un *feed-back* correctif ou positif (peut provenir des participants, de l'acteur principal, de l'intervenant ou d'un support visuel) => => => **RÉTROACTION**

4. Favoriser l'utilisation de l'habileté dans divers milieux de vie => => => **GÉNÉRALISATION**

Les habiletés sociales

1. Habiletés sociales de base

1.1 Soigner son apparence
1.2 Écouter
1.3 Commencer une conversation
1.4 Poursuivre une conversation
1.5 Terminer une conversation
1.6 Se présenter
1.7 Présenter une personne
1.8 Répondre au téléphone
1.9 Répondre à la porte
1.10 Remercier
1.11 Faire un compliment
1.12 Recevoir un compliment

2. Habiletés sociales avancées

2.1 S'excuser
2.2 Donner des instructions
2.3 Suivre des instructions
2.4 Demander de l'aide
2.5 Offrir son aide
2.6 Partager
2.7 Se préparer à une conversation stressante
2.8 Éviter des problèmes
2.9 Composer avec ses besoins

3. Expression des sentiments

3.1 Identifier ses sentiments
3.2 Exprimer ses sentiments
3.3 Identifier les sentiments des autres
3.4 Exprimer de l'affection
3.5 Répondre à la taquinerie
3.6 Répondre à l'échec
3.7 Répondre à la colère

3.8 Exprimer de la colère

4. Affirmation de soi

4.1 Répondre à la persuasion
4.2 Persuader quelqu'un
4.3 Négocier
4.4 Refuser une demande déraisonnable
4.5 Faire valoir ses droits
4.6 Résoudre un problème
4.7 Exprimer un grief
4.8 Répondre à un grief
4.9 Contrôler son agressivité
4.10 S'autoévaluer
4.11 S'autorenforcer

Référence : Ouellet, R. & L'abbé, Y. (1986)

De réflexion en relation

Thème : Relations interpersonnelles

Sous-thème : Relations avec les enseignants

Objectif général : Prendre conscience de l'importance des relations avec les enseignants.

Objectifs spécifiques : Reconnaître les conséquences d'une mauvaise relation avec ses enseignants.
Reconnaître les causes possibles aux mauvaises relations avec les enseignants.
Trouver des façons de créer et d'entretenir de bonnes relations avec les enseignants.

Durée : 45 minutes

Matériel : Trois grands cartons
Crayons feutres

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Expliquer la notion de remue-méninges et son fonctionnement.

3. Faire un remue-méninges à partir de la question suivante : « *Quelles seraient les conséquences possibles d'une mauvaise relation avec un enseignant ?* »
   Écrire les réponses sur un grand carton.

4. Relire les réponses citées et sélectionner en retenant tout ce qui est plausible et en demandant d'expliquer un peu plus les réponses farfelues ou plus ambiguës.

5. Faire un autre remue-méninges à partir de la question « *Qu'est-ce qui pourrait causer les mauvaises relations ? ».*
   Écrire les réponses sur un grand carton.

6. Relire les réponses citées et sélectionner en retenant tout ce qui est plausible et en demandant d'expliquer un peu plus les réponses farfelues ou plus ambiguës.

7. Faire un dernier remue-méninges en s'inspirant de la question : « *Quelles pourraient être les façons de créer et d'entretenir de bonnes relations avec un enseignant ? »*
   Écrire les réponses sur un grand carton.

8. Relire les réponses citées et sélectionner en retenant tout ce qui est plausible et en demandant d'expliquer un peu plus les réponses farfelues ou plus ambiguës.

Retour sur l'activité : Échanger librement sur les réponses qui ont été données. Les jeunes qui le désirent peuvent raconter une expérience personnelle en lien avec le thème.

Questions facultatives :
1. Que retiens-tu suite à cette activité ?
2. Que pourrais-tu faire pour améliorer tes relations avec tes enseignants ?

Exercice à la maison : Dans son journal de bord, chaque jeune raconte une expérience de mauvaise relation avec un enseignant qu'il vit présentement ou qu'il a déjà vécu. Il nomme :
1. les conséquences que cette mauvaise relation entraîne ou a entraînées
2. les causes à la source de cette mauvaise relation
3. les moyens qu'il pourrait ou qu'il aurait pu prendre pour créer, entretenir ou réparer cette relation.

Terminer en expérimentant une ou deux façons de créer ou d'entretenir une bonne relation avec un enseignant à partir de ce qui s'est dit lors de l'activité ou en exercice (moyens concrets).

Recommandations : Lors de la relecture, permettre aux jeunes de préciser un peu plus leurs idées avant de raturer des réponses. Le troisième remue-méninges (façons de créer et d'entretenir une bonne relation) peut se vivre sous forme d'échange selon le choix de l'intervenant. Être attentif lors du premier remue-méninges si le groupe répond bien à cette technique d'animation.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ nommer les conséquences d'une mauvaise relation avec un enseignant ;
- ✓ reconnaître certaines causes à la base de mauvaises relations avec les enseignants ;
- ✓ identifier des façons de créer et d'entretenir de bonnes relations avec les enseignants (moyens concrets) ;
- ✓ appliquer ce processus de réflexion à une situation personnelle qu'il vit ou a déjà vécu.

Adaptation et commentaire :

Qui décide ?

Thème : Les relations interpersonnelles

Sous-thème : L'influence des pairs

Objectif général : Prendre conscience de l'influence qu'ont les pairs

---

Objectifs spécifiques : Prendre conscience de l'influence des pairs dans les choix qu'ils font.
Prendre conscience des pressions qu'ils subissent.
Développer sa capacité de résister à ces pressions.
Développer son habileté à maintenir ses décisions

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuilles d'exercice *Qu'est-ce qui m'influence ?*, *Les avantages et les inconvénients de l'influence, Techniques de résistance à la pression, Résistance aux pressions, Consignes pour le travail individuel* et *Les types de pressions*.

Déroulement : <u>Première partie :</u> L'influence des autres

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Les participants remplissent le questionnaire *Qu'est-ce qui m'influence ?*, afin de préciser les principales sources d'influence sur les opinions et leurs choix.

3. Donner ensuite une mise en situation : Un jeune qui a l'habitude de *sécher* ses cours se retrouve avec des amis. Ceux-ci décident de ne pas assister au cours d'éducation physique mais plutôt de se

rendre au parc près de l'école pour profiter de la belle température. Le jeune en question désire aller à ce cours car il avait pris, au préalable, comme résolution d'être assidu jusqu'à la fin de l'année scolaire.

4. Demander à quelques participants d'illustrer cette mise en situation par un jeu de rôle.

5. Noter par écrit tous les énoncés faisant pression sur celui qui a comme consigne de refuser de *sécher* son cours.

6. À partir du texte sur les types de pressions, donner la définition de chacun des types de pressions :
   a. indirectes
   b. directes
   c. insistantes

7. Reprendre les énoncés notés par l'intervenant pendant le jeu de rôle et les classer selon le type de pression à partir des trois colonnes tracées au tableau.

<u>Deuxième partie :</u> Techniques de résistance

1. En groupe, trouver dix réponses différentes pour refuser la proposition faite dans le jeu de rôle de *sécher* un cours avec des amis. Noter les propositions au tableau.

2. Distribuer la liste *Techniques de résistance aux pressions* et expliquer chacune d'elles.

3. En groupe, déterminer à quelle technique correspond chacune des dix réponses exprimées.

Retour sur l'activité : Expliquer l'importance de maintenir nos décision et de résister aux pressions.
Donner comme hypothèse que le jeune qui subissait

des pressions lors du jeu de rôle a cédé aux pressions et a séché son cours et échanger à partir des questions suivantes :

1. Comment penses-tu qu'il se sent après avoir cédé aux pressions ?
   - **pistes**
     sentiment de culpabilité
     manque de confiance en soi
     peur des conséquences
     peur de recommencer à chaque fois

2. Quelles sont les raisons qui font qu'encore une fois, il a séché son cours ?
   - **pistes**
     pression des autres
     peur d'être rejeté
     peur d'être ridiculisé
     non convaincu de sa décision
     tentation trop forte
     recherche de plaisir, de détente
     faire comme les autres

3. D'après toi, quelles sont les habiletés dont il aurait eu besoin pour maintenir son choix ? Qu'est-ce qu'il aurait pu faire ?
   - **pistes**
     meilleure connaissance de soi (forces et faiblesses)
     soutien d'un ami
     utilisation des techniques de résistance aux pressions

Exercice à la maison : Voir *Consignes pour le travail individuel*

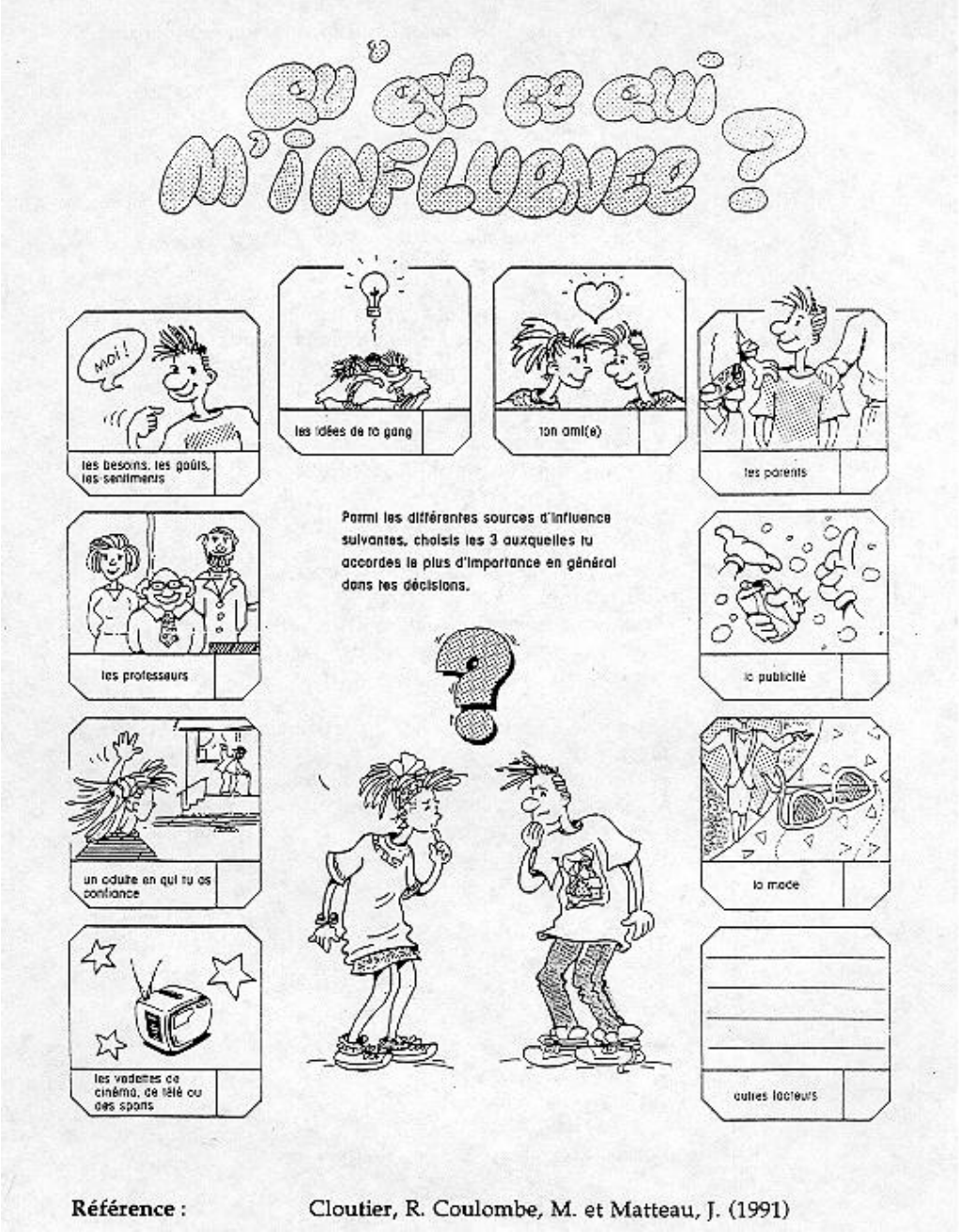
Recommandations : Varier l'animation autant que possible vu la longueur de l'activité.
Adapter la mise en situation selon les besoins du groupe pour *accrocher* les jeunes par des exemples qui les rejoignent.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ reconnaître les influences auxquelles il doit faire face ;
- ✓ identifier des situations où il risque de *flancher* devant la pression ;
- ✓ se donner des moyens de résister à la pression et de maintenir ses décisions.

Référence : Cloutier, R., Coulombe, M. & Matteau, J. (1991)

Adaptation et commentaires :



Référence : Cloutier, R. Coulombe, M. et Matteau, J. (1991)

Les avantages et les inconvénients des influences

Influence	Avantages	Inconvénients
BESOINS	- se respecter - être bien dans sa peau - s'affirmer, se donner de l'importance	- risque d'entrer en conflit avec les besoins et les goûts des autres - risque de manquer d'ouverture aux autres - risque d'égoïsme
GANG	- se sentir reconnu et apprécié par les autres - sentiment d'appartenance à un groupe - sentiment de solidarité	- risque de prendre des décisions non conformes à tes besoins, tes goûts, qui vont à l'encontre de toi - manque de personnalité, suivre comme un mouton - manque d'affirmation de soi
AMI	- maintenir l'amitié - sentiment de sécurité - enrichissement des idées et des solutions	- mêmes risques que pour la *gang*
PARENTS	- profiter de l'expérience - sentiment de sécurité - maintien d'une bonne relation familiale - créer un climat de confiance	- se sentir moins responsable de ses choix - peut empêcher de découvrir par soi-même - manque d'affirmation de soi
PROFESSEURS	- profiter de l'expérience - bénéfices secondaires d'être le chouchou - climat de confiance	- se faire traiter de chouchou du professeur par les autres - mêmes risques qu'avec les parents
ADULTE	- profiter de l'expérience - sentiment de sécurité - lien de confiance	- mêmes risques qu'avec les parents
VEDETTES	- être à la mode - être populaire - se sentir apprécié et reconnu	- risque de jouer un rôle et d'être faux - risque de perdre sa personnalité, risque d'être tous pareils - manque d'affirmation de soi
PUBLICITÉ	- être à la mode - être populaire - être au courant des dernières nouveautés	- coûte cher - risque d'être girouette à cause des changements rapides - manque d'affirmation de soi
MODE	- mêmes avantages que pour la publicité	- mêmes inconvénients que pour la publicité

Techniques de résistance à la pression

Comment résister à la pression lorsqu'elle vient de nos amis sans se retrouver isolé et ridiculisé par ceux-ci ?

Voici quelques techniques simples qui t'aideront à résister :

1. **Le disque rayé**

   Cette technique consiste à refuser de discuter de ton choix et à répéter la même réponse jusqu'à ce que la pression finisse par tomber. Elle démontre simplement et clairement ta détermination.

2. **L'humour**

   L'utilisation d'une réplique humoristique est une façon très positive de se sortir d'une situation de pression. Cette technique démontre que tu te sens à l'aise dans ton choix. La personne qui essaie de te manipuler sent qu'elle n'a pas de prise sur toi. Les bonnes répliques ne viennent pas toujours spontanément au moment où tu en as besoin. Il est utile de se préparer à l'avance quelques bonnes réponses humoristiques à employer dans des situations où tu prévois subir de la pression.

3. **L'inversion des rôles**

   Il s'agit de mettre la pression sur l'autre en questionnant sa motivation ou en lui demandant de justifier son comportement.

4. **La proposition d'une alternative ou d'un compromis**

   Cette technique cherche à maintenir la relation avec l'autre ou le groupe, tout en essayant d'orienter l'action vers d'autres choix possibles. Tu peux également te servir de tes qualités (par exemple, l'aide que tu apportes grâce à tes compétences en maths) comme monnaie d'échange pour avoir la paix.

5. **Trouver un ou des alliés**

Il s'agit de chercher au moins une autre personne qui peut exprimer son désaccord avec l'action proposée. Le fait de ne pas être seul à vouloir aller à l'encontre de l'activité proposée augmente grandement la capacité de résister à la pression.

6. **Trouver une excuse**

Il s'agit de trouver une raison pouvant t'exempter de faire l'action proposée sans afficher clairement ton désaccord. C'est une façon d'éviter temporairement une situation, de remettre à plus tard la décision ou la confrontation.

7. **Changer de groupe**

Il peut arriver que la seule façon de se respecter soi-même soit de quitter les lieux ou de se tourner vers un autre groupe d'amis qui, eux, respectent tes choix et tes valeurs.

RÉSISTANCE AUX PRESSIONS

Référence : Cloutier, R. Coulombe, M. et Matteau, J. (1991)

Consignes pour le travail individuel

Ce travail est avant tout un exercice de réflexion. Il est susceptible de t'aider à mieux te connaître et à mieux maintenir tes décisions dans des situations difficiles. Pour ce faire, imagine une situation récente où tu as agi à l'encontre d'une décision que tu avais déjà prise.

A. Quelle était cette situation ?

_____
_____
_____

B. Que s'est-il passé à ce moment-là ?

_____
_____
_____

C. Comment expliques-tu que tu aies changé d'idée ? Que tu n'aies pas fait ce que tu voulais faire ?

_____
_____
_____

D. Était-ce parce que tes amis avaient exercé beaucoup de pression ? Ou bien était-ce en raison d'un manque de conviction ?

_____
_____
_____

E. Cela aurait-il pu se passer autrement ?
Si oui, qu'est-ce que cela t'aurait pris ?
Qui ou quoi aurait pu t'aider ?

_____
_____
_____

F. Comment prévois-tu t'organiser pour éviter une telle situation ?

_____
_____
_____

Les types de pression

On peut diviser en trois catégories la pression que nous pouvons subir :

1. **Pression indirecte**

Il s'agit de l'influence qu'a sur notre comportement le fait d'observer les autres agir. L'exemple des parents et des amis qui fument exerce indirectement une pression sur le jeune. L'influence de la publicité et des vedettes entre dans cette catégorie. Ces influences dans lesquelles baignent les jeunes leur servent de modèles et affectent leur comportement à la longue. Certains y sont plus sensibles que d'autres.

2. **Pression directe**

Ce type d'influence se produit dans des situations concrètes où le jeune a à répondre immédiatement à une offre, une invitation. Par exemple, un ami lui demande de sécher un cours avec lui. Il faut donner une réponse tout de suite.

3. **Pression insistante**

Ici, la personne qui exerce la pression n'accepte pas un refus ; elle insiste pour que le jeune se comporte de telle ou telle façon. Dans une telle situation, le jeune ressent des craintes. L'autre peut le ridiculiser, lui donner un ordre ou aller jusqu'à lui faire des menaces, elle ne respecte pas le choix du jeune et essaie d'imposer sa volonté, ses valeurs et ses choix personnels.

Moi face au groupe

Thème : Relations interpersonnelles

Sous-thème : Attitudes en groupe

Objectif général : Prendre conscience de ses attitudes, comportements et réactions en groupe.

Objectifs spécifiques : Évaluer son attitude générale en groupe.
Identifier ses comportements au sein d'un groupe.
Évaluer sa relation avec les autres et ses relations dans un groupe.
Définir des comportements à améliorer.

Durée : 45 minutes

Matériel : Feuilles d'exercice *Attitudes en groupe, Mes relations et réactions en groupe* et *Ce que j'aimerais améliorer en groupe.*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Remettre les feuilles d'exercice *Attitudes en groupe* et *Mes relations et réactions en groupe* et classer les items en cochant « à l'aise » ou « j'ai du progrès à faire ».
   Encercler, à l'intérieur de chaque thème, l'item qui demande le plus d'amélioration.

3. Remettre la feuille *Ce que j'aimerais améliorer en groupe.*
   Inscrire sur cette feuille les items qu'ils ont encerclés.

Retour sur l'activité : Chaque jeune doit exprimer au groupe ce que l'activité lui a apporté, comment il se sent présentement d'avoir à s'exprimer devant le groupe et ce qu'il aimerait le plus améliorer. Le groupe peut lui donner du *feedback* sur sa façon de communiquer.

Exercice à la maison : À la maison, le jeune doit regarder à la télévision un animateur qu'il aime particulièrement et noter des éléments positifs sur sa façon de communiquer en s'inspirant des feuilles d'exercice *Attitudes en groupe* et *Mes réactions en groupe.*

Recommandations : Il est important que chaque participant s'exprime lors du retour puisque cela demeure une activité de communication.
S'assurer que les critiques des autres membres du groupe face au jeune qui s'exprime demeurent constructives. Une mise en garde doit être faite afin que l'activité se déroule dans le respect afin de favoriser l'expression et l'échange.
Il est également possible de visionner une émission animée par quelqu'un que la majorité des jeunes aiment (par exemple, animateurs à Musique Plus ou à Vrak TV) et de compléter l'étape suggérée en exercice à la maison lors de l'activité elle-même si l'intervenant dispose d'assez de temps.

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ décrire son attitude générale en groupe
- ✓ nommer certains de ses comportements en groupe
- ✓ identifier les comportements qu'il aimerait le plus améliorer
- ✓ identifier les habiletés qu'il aimerait le plus développer.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Attitudes en groupe

Cocher l'élément approprié

	À l'aise	Progrès à faire
1. <u>Habiletés générales</u>		
Je travaille à l'aise avec des personnes en position d'autorité	☐	☐
J'assume mes responsabilités	☐	☐
Je dis **non** sans crainte ni remords	☐	☐
Je reconnais mes erreurs	☐	☐
Je crée et j'entretiens un bon niveau d'enthousiasme	☐	☐

Encercle l'item qui te demande le plus d'amélioration

	À l'aise	Progrès à faire
2. <u>Communication</u>		
Je réfléchis avant de parler	☐	☐
Je crée un climat de confiance et d'ouverture	☐	☐
Je suis bref et précis	☐	☐
Je pose des questions directes	☐	☐
J'inspire confiance	☐	☐
	☐	☐

Je réponds aux questions qui me sont posées

Encercle l'item qui te demande le plus d'amélioration

Cocher l'item approprié

	À l'aise	Progrès à faire
1. <u>Communication</u>		
Je m'exprime dans un groupe	☐	☐
Je parle d'une façon énergique	☐	☐
J'aide les gens à s'ouvrir	☐	☐
J'écoute attentivement	☐	☐
Je ne parle que du sujet discuté	☐	☐
J'écoute les autres avec dynamisme et enthousiasme	☐	☐

Encercle l'item qui te demande le plus d'amélioration

	À l'aise	Progrès à faire
2. <u>Observation</u>		
Je remarque qui parle à qui	☐	☐
Je remarque le niveau d'intérêt des membres du groupe	☐	☐
Je suis attentif aux sentiments des individus	☐	☐

Je remarque les réactions des gens face à mes commentaires	□	□

Encercle l'item qui te demande le plus d'amélioration

	À l'aise	Progrès à faire
3. <u>Enthousiasme</u>		
Je manifeste mon intérêt	□	□
J'aide les gens à s'entendre	□	□
J'exprime mon appréciation, je complimente	□	□

Encercle l'item qui te demande le plus d'amélioration

	À l'aise	Progrès à faire
4. <u>Expression des sentiments</u>		
J'exprime aux autres ce que je ressens	□	□
Je cache mes émotions	□	□
J'exprime mon désaccord ouvertement	□	□
J'exprime des sentiments positifs	□	□
J'exprime ma reconnaissance	□	□

Encercle l'item qui te demande le plus d'amélioration

	À l'aise	Progrès à faire
5. <u>Situations émotionnelles</u>		
Je fais face aux conflits et à la colère	☐	☐
J'accepte l'affection et l'intimité	☐	☐
Je suis à l'aise durant les silences	☐	☐
Je supporte la tension	☐	☐

Encercle l'item qui te demande le plus d'amélioration

Ce que j'aimerais améliorer en groupe

Inscris sur la ligne appropriée l'item que tu aimerais le plus améliorer pour chacun des sujet.

Attitude en groupe

1. **Habiletés générales :**

_____

_____

2. **Communication :**

_____

_____

Mes relations et réactions en groupe

1. **Communication :**

_____

_____

2. **Observation :**

_____

_____

3. **Enthousiasme :**

_____

_____

4. **Expression des sentiments :**

_____

_____

5. **Situations émotionnelles :**

_____

_____

« Réparer » les relations humaines

Il peut parfois être difficile de « réparer » des relations endommagées mais cela demeure possible. Malheureusement, plusieurs personnes choisissent de s'éloigner d'une relation qui pourrait être prometteuse plutôt que de restaurer une relation brisée. Il est difficile de comprendre pourquoi.

Lorsqu'une des personnes est réticente ou peu désireuse de discuter du bris de la relation, la seule façon de remédier à cela est de prendre l'initiative d'une discussion avec cette personne. Pour t'aider à amorcer une telle discussion, tu peux t'inspirer des conseils suivants :

- **Trouver quelque chose d'amusant à partager**.
- **Savoir mieux écouter**.
- **Accepter de donner un peu plus que ce que tu reçois**.

La bonne volonté est un élément essentiel à la restauration d'une relation endommagée. Si tu es sincère, tu peux découvrir la même attitude chez l'autre. Faire simplement l'effort de discuter sur la *façon d'arranger les choses* peut faire de toi un gagnant dans les relations humaines.

Qu'as-tu vraiment à perdre ?...

Dans de nombreuses relations, il faut accepter parfois de faire certains compromis si on veut que cette relation continue. Une petite concession de la part de l'une des parties suffit souvent. Plus fréquemment encore, les deux doivent *assouplir* leur position.

L'attitude et les relations humaines

« Rien ne contribue plus à établir et à entretenir des relations saines qu'une attitude positive… »

Qu'est-ce qu'une attitude positive ?

En surface, l'attitude est la façon dont tu communiques ton humeur aux autres. Lorsque tu es optimiste et que tu t'attends à des contacts réussis, tu transmets une attitude positive. Normalement, les personnes qui t'entourent réagissent favorablement. Quand tu es pessimiste et que tu t'attends au pire, ton attitude est souvent négative. Quand cela se produit les gens t'évitent et réagissent négativement à ton comportement. À l'intérieur de ta tête, où tout commence, l'attitude est une disposition d'esprit. C'est la façon dont tu considères mentalement les choses.

En te rendant à l'école par exemple, considère ton attitude comme l'orientation mentale que tu as par rapport à la journée à venir. Tu peux envisager l'école comme un lieu intéressant où tu peux te développer, apprendre, réaliser des objectifs, faire des choses qui te plaisent ; ou cela peut être une corvée du début à la fin.

Pourquoi l'attitude fait-elle une telle différence ?

Une attitude positive te permettra de réaliser trois objectifs fondamentaux :

1. te donner de l'enthousiasme
2. stimuler ta productivité
3. t'aider à tirer le meilleur parti de ta personnalité

La prise de décision

Le décrocheur potentiel se retrouve souvent devant des choix à faire ou des décisions à prendre. Le manque de confiance et l'impuissance qu'il ressent dans ces moments l'empêchent alors de prendre des décisions personnelles éclairées.

L'adolescent à risque a donc besoin d'un support particulier afin de résoudre ses problèmes et de prendre de bonnes décisions. Il est important qu'il puisse faire des choix éclairés qui lui seront profitables en fonction des buts qu'il s'est lui-même fixé. L'adolescent à risque doit également apprendre à être responsable et à s'engager face à sa prise de décision en persévérant jusqu'au bout.

Les activités rattachées à ce thème traitent de la résolution de problèmes et de la prise de décision. Les notions de responsabilité et d'attitude complètent ce thème.

Objectifs pour l'intervenant :

- Faire découvrir l'importance de faire des choix personnels éclairés.
- Faire connaître le processus de résolution de problèmes.
- Faire prendre conscience aux participants de leurs attitudes dans certaines situations.

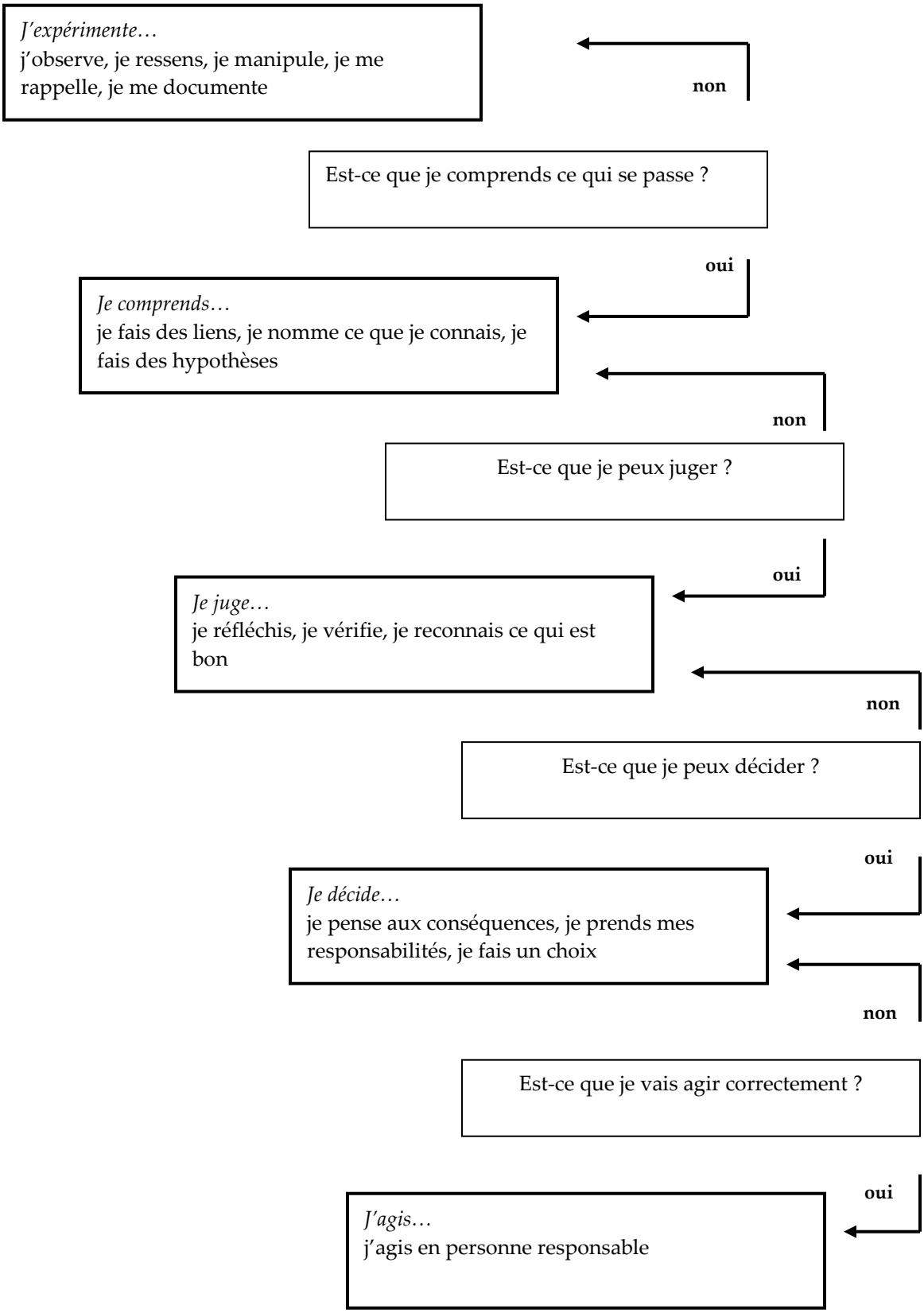
Ce qui te permet d'agir c'est l'expérience et la compréhension que tu as des choses, ton jugement, ainsi que les décisions que tu prends régulièrement. Tes agissements reposent donc sur quatre éléments : ton expérience, ta compréhension, ton jugement et tes décisions. Quand tu maîtrises ces éléments, tu agis correctement.

Un problème survient lorsqu'il te manque un de ces éléments. Effectivement, un problème, c'est quelque chose qui t'empêche d'agir. Quand cela se produit, il s'agit d'aller chercher de l'information à une étape précédente pour t'aider. Résoudre un problème c'est simplement chercher à comprendre, juger et décider en te basant sur ton expérience.

Il est bien important d'identifier les facteurs reliés à la situation qui te pose un problème. Cependant, garde bien en tête qu'il ne s'agit pas de trouver le facteur qui te semble le plus important, mais plutôt celui ou ceux sur lesquels **TU** as un pouvoir d'action. C'est important que tu mettes le maximum de ton énergie sur les moyens qui te permettent de t'en sortir plutôt que de t'attarder sur des questions comme « pourquoi moi ? » ou encore, « c'est qui le coupable ? ».

Regarde à la page suivante, un schéma illustre comment les différents éléments qui soutiennent tes agissements sont reliés.

Résoudre un problème c'est simplement chercher à comprendre, juger et décider en te basant sur ton expérience…



Un problème, des solutions

Thème : Prise de décision

Sous-thème : Résolution de problème

Objectif général : Comprendre le processus de résolution de problème.

Objectifs spécifiques : Connaître et appliquer les étapes de la résolution de problème.
Saisir les avantages de faire une analyse avant de prendre une décision.

Durée : 45 à 60 minutes

Matériel : Feuilles *La roue du processus* et *Processus de résolution de de problème.*
Tableau et craie.

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Partir d'un problème réel, vécu et actuel pour le groupe, faire les étapes 1 et 2 de la roue. Diriger la discussion et poser les questions aux membres en notant au tableau la réponse.

3. Diviser le groupe en deux équipes. Demander aux deux équipes de compléter la roue (étape 3, 4, 5 et 6).

4. Revenir en groupe et comparer les réponses des deux équipes. Mettre en lien avec le thème de l'activité « Les décisions sont personnelles ».

5. Faire l'étape 7 avec le groupe.

Retour sur l'activité : Souligner les avantages de prendre le temps de faire toutes les étapes de la résolution de problème (impulsivité, conséquences, responsabilités, besoins…).

Recommandations : Utiliser un vocabulaire avec lequel les jeunes sont à l'aise.
Valoriser le sérieux d'une prise de décision.
Les jeunes peuvent faire un exercice commun suivi d'une mise en application individuelle sur un problème personnel.

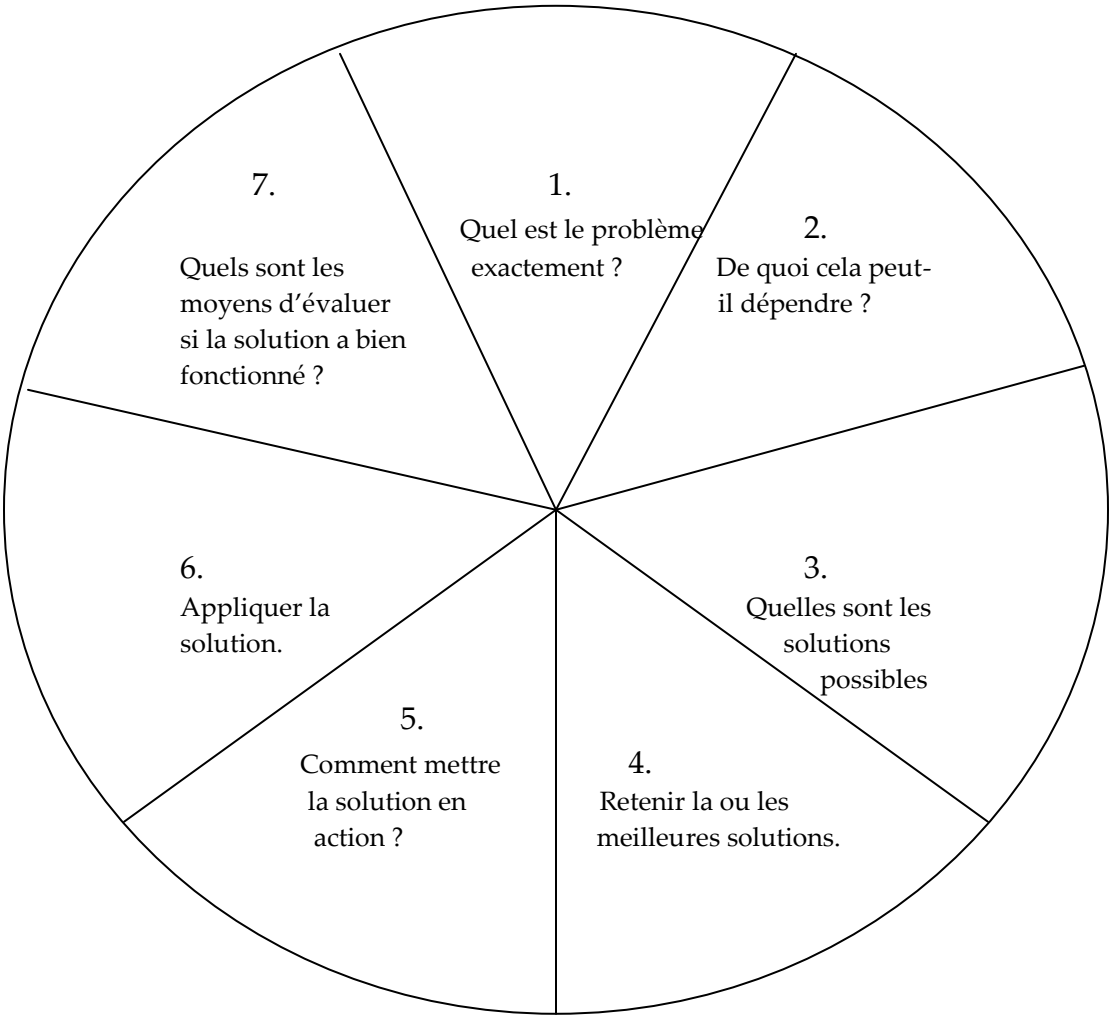
Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ appliquer les étapes de la résolution de problème,
- ✓ reconnaître les avantages de faire une analyse avant de prendre une décision.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

La roue du processus



1. Identification du problème
2. Identification de facteurs en relation avec le problème
3. Inventaire des solutions
4. Prise de décision
5. Élaboration du plan d'action
6. Application du plan d'action
7. Évaluation de la solution

Processus de résolution de problème

1. **Identification du problème**

   1.1 Exposer le problème en énonçant des **faits**
   1.2 Trouver l'origine du problème
   1.3 Trouver les symptômes du problème

2. **Identification des facteurs en relation avec le problème**

   2.1 Savoir pourquoi le problème existe pour bien comprendre
   2.2 Trouver tous les facteurs possibles, il y en a toujours plusieurs

3. **Inventaire des solutions**

   3.1 Trouver le maximum de solutions (remue-méninges)
   3.2 Mettre l'accent sur les facteurs sur lesquels **tu** as un pouvoir d'action

4. **Prise de décision**

   4.1 Trouver les solutions les plus plausibles
   4.2 Sortir les avantages et les inconvénients pour chaque solution
   4.3 Choisir la solution la plus pertinente (avantages supérieurs aux désavantages)
   4.4 Évaluer les conséquences de la solution

5. **Élaboration d'un plan d'action**

   5.1 Comment mettre à exécution la solution ?
   5.2 Qu'y a-t-il à faire et quand cela doit-il se faire ?
   5.3 Y a-t-il des personnes que tu aimerais impliquer ?

6. **Application de la solution**

   6.1 Réaliser le plan d'action

7. **Évaluation de la solution**

   7.1 Est-ce que la solution choisie a réglé le problème ?

7.2 Si oui, qu'est-ce qui a favorisé ta réussite ?
7.3 Sinon, est-ce la solution ou son application qui a fait défaut ?

Félicitations !

Les décisions sont personnelles

Thème : Prise de décision

Sous-thème : Choix de la décision

Objectif général : Comprendre le processus de résolution de problème

---

Objectifs spécifiques : Prendre conscience que les décisions sont très personnelles.
Réaliser que chaque personne peut prendre une décision différente dans une même situation.
Réaliser que nos prises de décision dépendent directement de nos besoins, de nos valeurs et de nos buts.

Durée : 30 minutes

Matériel : Feuille *Daniel, Marie, Suzanne et toi*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.
2. Distribuer la feuille ci-jointe à chacun, répondre aux questions individuellement.
3. Discuter en groupe.

Retour sur l'activité : Souligner l'importance de prendre soi-même ses décisions et de respecter celles des autres.

Recommandations : Il peut être intéressant que l'animateur ait un autre exemple de situation où il est possible de prendre différentes décisions.
Faire en sorte d'amener la discussion de groupe de façon à répondre directement aux objectifs.

Soutenir les points de vue différents et le respect des différences.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ reconnaître l'importance de prendre des décisions personnelles.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Daniel, Marie, Suzanne et toi

Daniel s'était inscrit à un cours optionnel qu'il n'aimait pas beaucoup. Deux jours plus tard, il se dit à lui-même : « Le programme de cette activité ne m'intéresse pas du tout. Je n'ai pas besoin de le suivre pour obtenir mon diplôme. Je vais donc suivre un autre cours, qui lui, pourra m'être utile et que je vais aimer. » Aussitôt dit, aussitôt fait !

Marie eut la même réaction face à l'un de ses cours optionnels et elle avait aussi l'intention de changer. Mais après y avoir plus longuement réfléchi, elle se rendit compte que le cours en question touchait à son domaine d'intérêts et elle décida de continuer à le suivre. Son cours demeura aussi difficile qu'au début, mais Marie découvrit qu'il était de plus en plus intéressant.

Suzanne eut elle aussi la même réaction face à l'un de ses cours optionnels, mais elle décida de ne pas changer. Elle ne voulait déplaire à personne ni inciter qui que ce soit à croire qu'elle n'avait pas les aptitudes nécessaires pour réussir. Daniel, Suzanne et Marie ont, tous les trois, vécu une expérience semblable mais y ont réagi très différemment. Sans trop s'en rendre compte, Suzanne a choisi de ne pas tenir compte de ses besoins et de ses désirs. Son souci de ne contrarier personne l'a empêché de vraiment prendre sa propre vie en main. Daniel et Marie ont pris deux décisions bien différentes mais ils ont pris une décision, et ils en étaient tous les deux conscients.

Nous faisons très souvent des choses parce que nous croyons devoir les faire. Nous blesserions quelqu'un ou aurions des problèmes si nous ne le faisions pas. Nous faisons beaucoup de choses sans nous rendre compte que nous choisissons de les faire. Au lieu d'être conscients que nous faisons un choix à chaque instant de notre vie, nous devenons convaincus que nous faisons ce que nous devons faire.

Tu as probablement remarqué que la décision qu'un autre prend lui est très utile, mais qu'elle ne serait peut-être pas la bonne pour toi, ou vice versa. Nous ajouterons même que la bonne décision que tu as prise hier ne te conviendrait peut-être pas aujourd'hui ou demain. Les décisions concernent vraiment le « moment présent ». C'est pourquoi nous avons tous avantage à savoir comment prendre les meilleures décisions qu'il soit.

Pense à une décision que tu as prise récemment et qui t'a vraiment servi (qui n'a nui à personne d'autre autour de toi). De quoi s'agissait-il ?

Qu'est-ce que tu penses de toi-même lorsque tu choisis consciemment ?

_____

_____

_____

Trop vite ou trop facile

Thème : Prise de décision

Sous-thème : Conséquences de la prise de décision

Objectif général : Comprendre le processus de résolution de problème

---

Objectifs spécifiques : Identifier les conséquences reliées à une décision. Prendre conscience de la tendance naturelle à éviter les difficultés.

Durée : 45 minutes

Matériel : Feuille *Les décisions…*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

<u>Première partie :</u>

2. Lire le texte aux participants.

3. Diviser le groupe en équipes de trois ou quatre personnes et répondre aux questions.

4. Revenir en groupe et discuter des réponses de chacune des équipes. Demander aux membres du groupe s'ils ont déjà vécu des situations semblables et s'il y a des volontaires pour partager leurs expériences.

Deuxième partie :

5. Raconter une situation où l'on a choisi une solution facile plutôt que de prendre la bonne décision.

6. Discuter en groupe des résultats de cette décision.

7. Demander aux participants s'ils ont déjà vécu une situation où ils ont choisi la solution facile plutôt que la meilleure.

8. Discuter ensemble des résultats.

Retour sur l'activité : Rappeler aux participants que pour un problème, il y a plusieurs solutions et que pour une solution, il y a plusieurs conséquences. Il faut aussi tenir compte de l'équité de la décision, du risque qu'elle implique, de son efficacité et des émotions qu'elle provoque autant chez soi que chez les autres.

Recommandations : L'intervenant devrait avoir un ou deux exemples pour chaque type de situation si aucun des participants ne semble prêt à s'exprimer sur son propre vécu.
Faire en sorte que chaque participant s'exprime.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ évaluer les conséquences reliées à une décision,
- ✓ reconnaître la tendance à éviter les difficultés.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Les décisions…

Première partie :

Texte

Après l'école, les copains de Nathalie organisent une sortie au parc pour la soirée. Nathalie, enthousiaste, accepte de les accompagner. De retour à la maison, elle se rappelle qu'elle avait promis à sa mère de tondre le gazon et qu'elle doit étudier si elle veut réussir son examen le lendemain.

Questions

- Imagine ce que Nathalie a ressenti lorsqu'elle a réalisé qu'elle était engagée à deux endroits différents pour la soirée ? Quels sont ses sentiments selon toi ?
- À ce moment-là, qu'est-ce que Nathalie doit faire ?
- Est-ce facile d'agir dans cette situation ?

Deuxième partie :

Exemple

Je roulais en voiture lorsque la conduite devint plus difficile. Je me rendis compte que j'avais une crevaison au pneu arrière droit. J'avais deux choix : arrêter et changer le pneu ou me rendre à la maison en continuant de rouler très lentement. J'ai choisi la deuxième solution.

Questions

- Était-ce la meilleure solution ? Pourquoi ?
- Quelles auraient été les implications si j'avais choisi la première solution ?

Je suis responsable à tout âge… les autres aussi

Thème : Prise de décision

Sous-thème : Responsabilité

Objectif général : Comprendre le sens des responsabilités

Objectifs spécifiques : Définir la notion de responsabilité.
Identifier des actions responsables envers les autres.
Reconnaître que les autres aussi ont des responsabilités.
Identifier des comportements à améliorer.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuilles *Je suis responsable à tout âge* et *Je suis responsable, les autres aussi.*
Tableau ou carton

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

Première partie : **Je suis responsable à tout âge**

2. Chaque personne est invitée à élaborer individuellement sa définition du mot « responsabilité » et à l'inscrire sur sa feuille.

3. En s'inspirant des résultats, écrire au tableau les principaux élément qui pourront être utilisés pour l'élaboration d'une définition plus complète de la notion de « responsabilité ».

4. Trouver une définition commune et l'inscrire sur sa feuille.

5. Demander aux membres de compléter la feuille en donnant des exemples de responsabilités déjà prises.

Deuxième partie : **Je suis responsable, les autres aussi**

1. Demander aux participants de compléter la partie *A* du questionnaire *Je suis responsable, les autres aussi.*

2. Demander à chacun de présenter ses résultats.

3. Expliquer la partie *B* et demander de la compléter.

4. Proposer de compléter la partie *C* individuellement.

Retour sur l'activité : Faire un parallèle avec les responsabilités vécues à l'école.
Démontrer que tous ont des responsabilités et qu'elles sont différentes selon les gens.
Faire valoir qu'il est important d'identifier les comportements responsables et ceux à améliorer.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ reconnaître des actions responsables envers les autres,
- ✓ savoir que chaque personne a des responsabilités,
- ✓ identifier les comportements à améliorer.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Je suis responsable à tout âge

1. J'écris ici ma définition du mot **responsabilité** :

   _____
   _____
   _____

   Quelle est la définition retenue par le groupe ?

   _____
   _____
   _____

2. Je note ici des exemples de responsabilités que j'ai prises ou que je pourrais prendre aux âges suivants :

   À 6 ans

   _____
   _____
   _____

   À 10 ans

   _____
   _____
   _____

   À 14 ans

   _____
   _____
   _____

   À 18 ans

   _____
   _____
   _____

Je suis responsable, les autres aussi

PARTIE *A*

Quelles sont les responsabilités…	
De mes parents envers moi 1. _____ 2. _____ 3. _____ ***De l'école envers moi*** 1. _____ 2. _____ 3. _____ ***Du groupe envers moi*** 1. _____ 2. _____ 3. _____	***Que j'ai envers mes parents*** 1. _____ 2. _____ 3. _____ ***Que j'ai envers l'école*** 1. _____ 2. _____ 3. _____ ***Que j'ai envers le groupe*** 1. _____ 2. _____ 3. _____

PARTIE *B*

Met un **X** sur les numéros qui correspondent aux responsabilités que tu assumes déjà envers chacun.

Encercle une seule responsabilité par point que tu aimerais améliorer.

Pour chaque responsabilité que tu as identifiée, écris un moyen simple afin de réaliser ce changement.

Envers mes parents

Envers l'école

Envers le groupe

PARTIE *C*

Suite à la discussion en groupe, identifie
une responsabilité à laquelle tu n'avais pas pensé
et que tu aimerais améliorer :

Envers _____
J'aimerais améliorer _____
_____

Maintenant, écris comment tu as l'intention de réaliser cette amélioration :
Je vais _____
_____

Mes réactions aux situations difficiles

Thème : Prise de décision

Sous-thème : Stratégies de résolution de problème

Objectif général : Prendre conscience de ses stratégies de résolution de problème.

Objectifs spécifiques : Identifier sa façon de gérer un conflit.
Identifier les conséquences des stratégies de résolution de problème.
Identifier des stratégies efficaces de résolution de problème.

Durée : 45 minutes

Matériel : Feuilles *Mises en situation* et *Stratégies de résolution de conflits*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Lire une mise en situation et demander aux jeunes de noter la réaction qu'ils auraient, la stratégie qu'ils emploieraient.

3. Lire la seconde mise en situation ou demander aux participants d'en présenter une. Demander aux jeunes de noter la réaction qu'ils auraient, la stratégie qu'ils emploieraient.

4. Demander à chaque participant d'exprimer ses solutions et de les écrire au tableau.

5. Présenter la grille *stratégies de résolution de conflits.*

6. Reprendre les solutions et faire la comparaison entre les solutions apportées par les participants et celles proposées par la grille.

Retour sur l'activité : Valoriser les stratégies efficaces apportées par les jeunes. Compléter le tableau au besoin.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait :

- ✓ connaître sa façon générale d'aborder une difficulté,
- ✓ pouvoir identifier des stratégies efficaces de résolution de problèmes.

Références : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Mises en situation

Fermez les yeux

Première situation

Vous vous retrouvez sur un trottoir en ville et vous marchez. Soudain, vous apercevez au loin un individu qui s'approche dans votre direction, sur le même trottoir. À un certain moment, vous réalisez que vous connaissez la personne et que c'est quelqu'un que vous préférez ne pas rencontrer pour bien des raisons : vous êtes en chicane, vous lui devez de l'argent, c'est votre ancienne blonde que vous avez laissé tomber pour une autre.

La personne se rapproche de plus en plus.

Que faites-vous ? Quelle est votre réaction ?

Ouvrez les yeux et écrivez rapidement ce que vous faites.

Fermez les yeux à nouveau

Deuxième situation

Respirez profondément et écoutez attentivement. Vous avez un emploi où vous devez vous concentrer et travailler fort de la tête. À côté, votre collègue de travail allume la radio. La musique est forte et bruyante. Vous êtes incapable de la supporter et cela vous empêche de travailler.

Que faites-vous ? Quelle est votre réaction ?

Ouvrez les yeux et écrivez rapidement ce que vous faites.

Stratégies de résolution de conflit

Stratégies	Exemples	Conséquences
FUIR ou ÉVITER	• changer de trottoir • changer de bureau • utiliser le baladeur • ignorer la personne (faire comme si elle n'existait pas)	• le problème n'est que remis à plus tard • la charge émotive reliée au problème continue d'augmenter • c'est un problème non réglé qui va traîné, augmenter le stress
ATTAQUER ou CONFRONTER	• le saluer • lui dire de baisser le son • lui demander de changer de poste	• permet de discuter du problème • suscite parfois beaucoup d'agressivité
DÉSAMORCER LE DANGER	• lui dire qu'elle doit être fâchée après ce qui s'est passé • proposer d'examiner le problème (la situation) et d'y trouver des solutions (par exemple : « je vois que tu aimes écouter la radio à bon volume moi pas » ; comment peut-on résoudre ce problème ?)	• chacun reconnaît le problème et se sent mieux compris par l'autre • façon la plus efficace

La communication

La communication est en lien direct avec le thème des relations interpersonnelles. En effet, notre style de communication influence notre façon d'entrer en relation avec les gens, étape primordiale dans l'établissement des relations humaines. Ainsi, le manque de confiance en soi, la faible estime de soi et le nombre restreint d'habiletés sociales qui caractérisent l'adolescent vulnérable à l'abandon scolaire ont un impact sur sa façon de communiquer avec les autres.

Certaines questions concernant la communication avec l'adolescent trouveront des réponses si l'on tient compte de ses caractéristiques soit l'intensité du vécu émotif, le goût de l'expérimentation, la place prépondérante accordée aux amis et le détachement par rapport aux parents.

Les activités sont en relation avec les principes de base d'une communication efficace. Une activité peut servir aux jeunes à réfléchir sur leur attitude en groupe. On retrouve également des mini-tests et des questionnaires pour guider le participant dans l'analyse de son style de communication.

Objectifs pour l'intervenant :

- Transmettre et illustrer les principes à la base de la communication.
- Faire prendre conscience aux jeunes des attitudes qu'ils adoptent en groupe et de l'importance du respect.
- Démontrer le lien entre sa façon de communiquer et la qualité des relations interpersonnelles.

T'es-tu déjà arrêté sur ta façon de communiquer ?
Es-tu satisfait de ton style de communication ?

La communication est un atout dans bien des domaines de la vie. C'est un élément très important dans la réussite de tes relations interpersonnelles autant avec tes amis qu'avec des personnes en position d'autorité telles tes professeurs et tes employeurs.

Ce thème est rempli d'éléments qui t'aideront sûrement à améliorer ta communication et, par le fait même, tes relations avec les autres. Des petits trucs existent pour que tu réussisses à obtenir des échanges profitables. Ces trucs peuvent facilement être notés sur des cartons qui s'insèreront dans tes poches, ce qui te permettra d'y référer souvent.

Des blocages surviennent parfois lorsque tu communiques avec des gens. Ceux-ci se définissent comme étant des façons inefficaces de répondre à d'autres personnes. La plupart du temps, cela empêche le procédé de communication plutôt que de le faciliter.

La façon dont tu communiques avec les gens dénote souvent le respect que tu éprouves pour quelqu'un. Le respect est une notion importante qui se traduit par l'écoute, la franchise, l'honnêteté et l'empathie (communication de sa compréhension de ce que l'autre personne vit ou transmet). Le respect de l'autre inclut le respect de ses opinions, de ses goûts, de ses valeurs et croyances que tu sois en accord ou pas.

Lors d'un dialogue avec une personne ou un groupe de personnes, il y a des normes que tu dois connaître et respecter. Ainsi, tu seras quelqu'un qui démontre un certain respect pour les gens qui t'entourent et ceux-ci seront portés à faire de même pour toi.

Ma façon de discuter en groupe

Ce questionnaire peut servir d'initiation au thème de la communication. Il propose une réflexion intéressante sur la communication en groupe.

Les participants pourront cerner rapidement quelques caractéristiques concernant leur façon de communiquer en groupe et s'ajuster, s'ils le désirent, dans les activités qui suivront.

On suggère à l'intervenant de se servir des thèmes qui suivent pour présenter le thème général (communication) et le questionnaire ou en guise d'échange suite à la passation de ce dernier :

- **écouter**
- **résumer**
- **poser des questions**
- **exprimer son point de vue**
- **clarifier le point de vue de quelqu'un d'autre**

Coche *OUI* ou *NON* selon que l'énoncé correspond ou ne correspond pas à ta façon de communiquer en groupe

	Oui	***Non***
Dans un groupe…		
1. Je parle très peu.	□	□
2. Je dis toujours mon opinion au moment où j'y suis invité.	□	□
3. Je préfère dire mon opinion tout de suite avant d'entendre celle des autres.	□	□
4. Il m'arrive d'essayer de résumer la pensée de quelqu'un qui a de la difficulté à être clair.	□	□
5. Je n'aime pas écouter les autres parler.	□	□
6. Lorsque la discussion tire à sa fin, je suis capable de résumer ce qui a été dit.	□	□
7. Je suis souvent la personne qui parle le moins.	□	□
8. Quand je ne comprends pas quelque chose, je n'hésite pas à demander des explications.	□	□
9. J'ai souvent l'impression qu'on n'écoute pas ce que je dis.	□	□
10. Je m'intéresse à ce que les autres racontent.	□	□
11. Je préfère dire mon opinion à mon voisin plutôt qu'à tout le groupe.	□	□
12. Je suis souvent la personne qui parle le plus fort.	□	□
13. Il m'arrive souvent d'expliquer une question ou un commentaire qui n'a pas été compris.	□	□
14. Dans une discussion, je coupe rarement la parole.	□	□

Le questionnaire qui suit est une adaptation de celui qui s'adresse aux parents. Il peut servir à différentes fins selon le choix de l'intervenant et ce, toujours dans le but d'améliorer la communication entre les adolescents et leurs parents.

Il est fortement suggéré de faire remplir le questionnaire aux parents et aux adolescents et de comparer les réponses en choisissant la forme appropriée (rencontres individuelles avec les adolescents, rencontres individuelles avec les parents, rencontres de groupe avec les adolescents, rencontres de groupe avec les parents, rencontres parents-adolescents…) au groupe et à ses membres. Le questionnaire se retrouve sous le thème ***La communication parents-adolescent*** dans le volet parent.

Porter une attention particulière sur les similitudes entre les deux parties et noter quels seraient les moyens appropriés pour améliorer les différences d'opinions ou de perceptions.

Un corrigé est disponible pour la version *parents* mais ne s'est pas révélé approprié pour la version *adolescents.*

La communication parent – adolescent

Mini-quiz adolescents

Pour chaque question, tu dois choisir la meilleure réponse entre les énoncés *A, B* ou *C. N'indique qu'une seule réponse par question.*

1. **Lorsqu'on dit : « L'adolescent prend ses distances par rapport aux parents », cela signifie pour toi :**
   - A. *que tu dois toujours être à plus de 10 pieds de ton père ou de ta mère* □
   - B. *que tu tends à devenir un individu plus autonome* □
   - C. *que tu n'aimes plus tes parents* □

2. **À travers les nombreux rôles que tes parents doivent assumer, ils devraient :**
   - A. *s'oublier totalement et de façon permanente pour leur enfant* □
   - B. *continuer à respecter leurs besoins d'individu* □
   - C. *privilégier celui de cuisinier* □

3. **Lors d'une discussion avec toi, il est préférable que tes parents :**
   - A. *expriment clairement leurs sentiments et leurs besoins* □
   - B. *te laissent le soin de deviner ce qu'ils ressentent* □
   - C. *fassent faire leurs messages* □

4. **Un des principes importants à respecter pour assurer une bonne communication avec toi est :**
   - A. *d'éviter d'être seul avec toi pour te parler* □
   - B. *de te fixer des rendez-vous au travail* □
   - C. *de prendre du temps pour parler avec toi* □

5. **Communiquer avec toi, c'est :**
   - A. *prendre deux heures tous les soirs pour passer en revue les évènements de ta journée* □
   - B. *à l'occasion, simplement te toucher pour t'exprimer de l'affection* □
   - C. *se procurer un « walkie-talkie » pour te rejoindre facilement* □

6. Te respecter, c'est :

A. *tenir compte de ta personnalité qui peut être différente de celle de tes parents* □
B. *rejeter tout ce qui n'est pas conforme aux convictions de tes parents* □
C. *ne jamais intervenir pour ne pas t'influencer* □

7. Quel serait le meilleur moment pour échanger avec toi ?

A. *au moment où ton ami vient te voir pour aller à une soirée* □
B. *lorsque tu écoutes ton émission préférée à la télévision* □
C. *lorsque tu es étendu sur ton lit et que tu ne fais rien* □

8. Lorsque tu dis que « c'est plate l'école », tes parents devraient :

A. *se lancer dans un long sermon sur l'importance de faire de longues études* □
B. *faire le procès des enseignants, de leur syndicat et du système d'éducation* □
D. *écouter ce que tu as à dire et chercher à comprendre ce qui t'ennuie à l'école* □

9. Quelle serait l'erreur à éviter dans la communication avec toi :

A. *te demander ton avis et t'inciter à expliquer davantage ta pensée* □
B. *te faire la morale* □
C. *te laisser le temps de répondre à la question posée* □

10. S'assurer de bien se comprendre l'un et l'autre :

A. *peut éviter de prêter à l'autre des intentions qu'il n'a pas* □
B. *constitue une perte de temps inutile* □
C. *exige que l'on parle très fort* □

Référence : Adaptation du questionnaire destiné aux parents dans Armstrong, J. et autres. Communication parent-adolescent

Principes de communication

Voici quelques éléments qui t'aideront sûrement à obtenir une communication satisfaisante autant avec tes parents qu'avec tes professeurs et tes amis.

1. ***Prendre le temps***
   - prendre du temps pour *échanger* ensemble
   - prendre du temps pour *être* ensemble
     - cela favorise une meilleure relation et évite des échanges limités en termes de sujets et de contenus

2. ***Créer le contact et l'alimenter***
   - par une attention de tous les jours (s'encourager, se rendre compte des tristesses passagères, participer à des activités ensemble, se toucher pour s'exprimer son affection)
   - en faisant connaître ce que l'on vit
     - cela favorise un climat de confiance (dialogue, échanges, attitudes réceptives…) et donne lieu à des échanges fructueux

3. ***Être à l'écoute***
   - en accordant plus d'importance aux émotions et aux sentiments transmis qu'à la façon de les transmettre
     - Être à l'écoute, c'est :
       - être attentif à ce que l'autre vit
       - se rendre compte de ses joies et de ses peines
       - saisir sa peine
       - comprendre sa déception
       - comprendre ce qu'il ressent et lui faire sentir

4. ***Être ouvert***
   - en tenant compte de l'évolution des idées
   - en étant ouvert à certaines influences

5. ***Tenir compte des différences de valeurs***
   - en établissant une saine communication où personne ne cherche à convaincre l'autre à tout prix
     - Cet élément est essentiel pour que chacun puisse s'affirmer et faire sa place.

6. ***Accepter le fait que l'accord est souhaitable sans être toujours nécessaire***
   - en permettant à l'autre d'émettre ses idées sans l'interrompre, sans le juger et sans préparer sa propre réplique entre-temps.
   - en lui permettant d'exprimer ses émotions, même celles qui nous dérangent…
     - il est possible de ne pas être en accord avec ce que l'autre vit ou dit sans pour autant que cela ne se transforme en affrontement
     - le désaccord est souvent inévitable et il faut parfois accepter cet état de fait

7. ***Se respecter soi-même tout en respectant les autres***
   - Le respect de l'autre nécessite le respect de soi-même
   - Respecter l'autre, ça veut dire :
     - tenir compte de ses réalisations à lui
     - accepter que l'autre manque d'expérience et que parfois, il veuille faire à sa tête
     - accepter qu'il ait des points de vue différents des tiens
     - considérer chaque personne comme un individu autonome
     - échanger de façon respectueuse comme tu aimerais qu'une autre personne échange avec toi

8. ***Accepter que l'autre ne te dise pas tout***
   - Il n'est pas essentiel de tout connaître pour comprendre, aider et supporter l'autre.
     - Cela favorise la confidence et dénote le respect que tu as pour lui.

tiré de Armstrong, J. et autres. Communication parent-adolescent

Pour des échanges profitables

1. **Choisis le bon moment**

   - Le moment choisi pour se parler joue un rôle important dans la réussite d'une
     discussion.
     Exemple : Éviter d'engager la discussion lors d'une situation de conflits.

Petits trucs :

- ✓ assure-toi que tu as assez de temps devant toi
- ✓ assure-toi de ne pas être dérangé
- ✓ prends en considération la disponibilité de l'autre personne

tiré de ARMSTRONG, J. et autres. Communication parent-adolescent

2. **Amène l'autre à s'exprimer**

   - Si l'autre personne est fermée, il faut que tu vérifies ce qui se passe chez elle :
     - A-t-elle l'impression que ce qu'elle a à dire ne sera pas accepté ?
     - Craint-elle de se faire « sermonner » ?
     - Éprouve-t-elle de la difficulté à clarifier sa pensée et à exprimer ses idées ?

tiré de ARMSTRONG, J. et autres. Communication parent-adolescent

Petits trucs :

- ✓ laisse à l'autre le temps de répondre à tes questions
- ✓ ne crains pas de voir le silence se prolonger : cela peut aider à mieux comprendre ce qui se passe
- ✓ au besoin, aide l'autre à exprimer sa pensée

3. **Utilise le rapprochement physique**

- Les éléments qui suivent favorisent un échange profitable :
  - s'asseoir près de l'autre
  - taper sur l'épaule en signe d'encouragement
  - tenir la main ou prendre dans ses bras lors des moments intenses
  - serrer la main après entente

- Un contact physique peut remplacer des mots et signifier beaucoup pour l'autre qui percevra dans ton geste une marque d'affection et de considération.

4. **Favorise un échange plutôt qu'une argumentation**

- Une conversation efficace doit permettre aux personnes d'exprimer ce qu'elles ressentent et pensent.

≠ en venir à un accord à tout prix

≠ savoir qui a raison ou tort

= **comprendre ce que l'autre exprime**

Petits trucs :

- ✓ centre-toi sur ce que l'autre dit ou ressent
- ✓ écoute plutôt que de préparer ta propre réplique
- ✓ ne cherche pas toujours à convaincre
- ✓ laisse à l'autre le temps de bien exposer ce qu'il ressent

5. **Assure-toi de bien comprendre**

- Chacun peut comprendre ce qui est dit à sa façon ou même déformer les propos reçus.
- Il est important que l'autre te comprenne mais également que tu comprennes ce que l'autre veut dire.

Petits trucs :

- ✓ Assure-toi que l'autre a bien compris par des questions telles :
  - ✓ *comprends-tu ce que je viens de te dire ?*
  - ✓ *veux-tu me dire dans tes mots ce que je viens de t'expliquer ?*
  - ✓ *veux-tu que je te réexplique ?*
- ✓ Vérifie auprès de la personne avec qui tu discutes si tu as bien compris ses propos.
  - ✓ *Est-ce que c'est bien ce que tu veux dire ?*
- ✓ Il ne faut surtout pas que tu hésites à demander à l'autre de préciser sa pensée. S'il a de la difficulté, tu peux proposer toi-même une hypothèse qu'il pourra confirmer ou non.

6. **Évite certaines erreurs**

- trop parler
- faire la morale
- critiquer, blâmer
- « jouer à la police »

- Il peut arriver à tout le monde, à l'occasion, de trop parler ou de critiquer. L'important est que tu en prennes conscience et que tu vérifies ce que cela produit chez l'autre.

7. **Analyse ce que le comportement de l'autre provoque en toi**

- Tu dois t'arrêter à tes propres réactions et essayer de les comprendre.
- Le fait de reconnaître et d'exprimer la véritable émotion que l'attitude de l'autre provoque en toi facilite la communication.
- Les réactions premières d'impatience et de colère peuvent en cacher d'autres plus profondes de peine ou d'inquiétudes.

8. **Reviens sur les situations de conflit**

- Il est important de revenir sur les situations de conflit afin de rétablir le contact et d'éviter que le problème ne s'aggrave. Plus calmes, les personnes impliquées risque de mieux se comprendre.

Petits trucs :

- ✓ Sur le moment, exprime que tu ne peux ou ne veux pas en parler tout de suite (même sur le ton de la colère).
- ✓ Annonce que tu reprendras la discussion plus tard.
- ✓ Plus tard, reviens sur les paroles que tu as dites et qui ont pu dépasser ta pensée. Précise ce que tu as ressenti à ce moment (peur…), ce qui a provoqué ta colère, ton comportement.
- ✓ Permets à l'autre de s'exprimer.
- ✓ Reviens sur les ententes prises (s'il y a lieu).

tiré de ARMSTRONG, J. et autres. Communication parent-adolescent

9. **Veille à garder le contact**

- Il arrive des situations où il faut parler de brisures dans la communication. Cela se produit lorsqu'un conflit dégénère en agressivité ouverte ou lorsque des gestes posés sont en contradiction avec les valeurs mêmes des individus. Cela entraîne comme conséquences la solitude, la tristesse et certaines problèmes.

Petits trucs :

- ✓ Parle des évènements et des comportements plutôt que de juger la personne elle-même.
- ✓ Abstiens-toi d'injurier ou de blesser l'autre.
- ✓ Rappelle-toi la force des liens établis avec la personne (ex. tes parents) et exprime lui tes sentiments.
- ✓ Si le contact est rompu de façon prolongée, tu peux faire appel à une tierce personne pour restaurer la communication

Références : Armstrong, J. et autres

Parler pour être mieux écouté

Thème : La communication

Sous-thème : Communication inefficace

Objectif général : Développer la sensibilité des jeunes aux styles de communication inefficace (blocages).

Objectifs spécifiques : Identifier les principaux blocages à la communication et ceux que tu utilises.
Identifier les blocages que tu rencontres le plus souvent.
Reconnaître tes réactions lorsque tu fais face à des blocages.

Durée : 45 minutes

Matériel : Lise *Blocages à la communication*
Petits cartons sur lesquels on inscrit le nom des blocages en s'inspirant de la liste

Déroulement : Présenter l'activité et ses objectifs.

Première partie : **C'est quoi un « blocage » ?**

1. Distribuer la liste *Blocages à la communication.*

2. Lire (ou faire lire les jeunes) la liste à haute voix en arrêtant après chaque description de rôle afin de répondre aux questions. Clarifier toute confusion et demander aux jeunes de nommer d'autres exemples.

Deuxième partie : **Ça fait quoi un « blocage » ?**

1. Former un groupe de 8 à 10 personnes pour qu'ils discutent d'un sujet général (collecte de fonds, vie étudiante, vandalisme…)

2. Donner à chaque membre du groupe un carton décrivant un des blocages à la communication.

3. Après qu'ils aient lu leurs cartes, demander de la mettre de côté pour que personne ne voit ce qui est écrit sur la carte de l'autre.

4. Inviter ensuite les jeunes à jouer un rôle en appliquant le blocage qui se retrouve sur leur carton au sujet de discussion choisi au début.

5. Après 5 minutes, demander aux jeunes d'échanger sur leurs réactions aux rôles joués par les autres.

   Questions facultatives :
   1. Pouvais-tu deviner qui jouait quel rôle ?
   2. Quel était ta réaction lorsqu'on te répondait dans ces différents styles ?
   3. Étais-tu à l'aise dans le rôle que tu avais à jouer ?
      Pourquoi ?

Retour sur l'activité :

Règle générale, la façon dont tu réponds à quelqu'un détermine la façon qu'il te répond (par exemple, si tu abaisses quelqu'un, il pourrait se fâcher, être silencieux, être blessé…)
Discuter des réactions des participants à l'exercice.
Questions facultatives :

1. Comment était-ce pour toi ?
2. Comment te sentais-tu lorsque tu mettais des blocages ?
3. Comment te sentais-tu lorsque tu recevais des blocages (défensif, fâché, coupable…) ?

4. Peux-tu réaliser comment quelqu'un se sent face à des blocages ?
5. Qu'as-tu remarqué du groupe ou de quelqu'un du groupe pendant le jeu de rôles ? (comportement, progrès du groupe…)

Recommandations : Choisir des sujets qui accrochent les jeunes pour les jeux de rôles.
S'assurer que les jeunes ont bien compris les consignes et l'explication des blocages avant de débuter les jeux de rôles.

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ connaître les différents styles de communication inefficaces (blocages),
- ✓ identifier certains blocages qu'ils utilisent,
- ✓ identifier l'émotion ressentie lorsque l'on fait face à un blocage.

Référence : Carr, R. & Saunders, G. (1992)

Adaptation et commentaires :

Blocages à la communication

Lorsque tu discutes avec quelqu'un, des *blocages* peuvent survenir. Un *blocage* se définit comme étant *une façon inefficace de répondre à une autre personne.* Cela peut freiner la communication plutôt que de la faciliter.

D'autres conséquences peuvent également être engendrées avec la présence de *blocages* à la communication. Par exemple, les personnes en présence peuvent se sentir inacceptées, jugées, blâmées et rejetées. Leur estime de soi, à ce moment, sera endommagée et elles devront sortir leurs défenses afin de se protéger.

Certains *blocages* donnent également l'impression qu'on ne nous fait pas confiance ou que l'on ne nous respecte pas.

Il est donc préférable d'éviter de les provoquer ou de les subir. Voici une liste de quelques-uns des blocages qui peuvent survenir et rendre difficile la communication :

1. **DONNER DES ORDRES, COMMANDER…**

« Tu dois… », « Il faut que tu… », « Tu vas… »

- ✓ peut produire de la peur ou de la résistance
- ✓ invite la réaction
- ✓ encourage les comportements de révolte et de vengeance

* Il faudrait plutôt faire des suggestions à l'autre, lui proposer des choses plutôt que de lui imposer les choses.

ex. : *« Je crois qu'il serait bien que tu… »*
« Je te suggèrerais de… »

2. **AVERTIR, MENACER**

« Si tu ne…, alors… », « T'es mieux de…, ou bien… »

- ✓ peut produire la peur, la soumission
- ✓ invite la réaction ou des conséquences menaçantes
- ✓ peut produire le ressentiment, la rage, la rébellion

* Il faudrait plutôt tenter de convaincre en lui exprimant ton avis, ton opinion et ta façon de voir les choses, d'un ton calme et non menaçant.

3. **MORALISER**

« *Tu devrais… », « C'est ta responsabilité…* »

- ✓ crée des sentiments d'obligation ou de culpabilité
- ✓ peut faire que la personne défend son point encore plus
- ✓ communique le manque de confiance sur le sens des responsabilités de la personne

* Il faudrait plutôt démontrer à l'autre que l'on respecte son choix, tout en lui faisant part de ton propre point de vue.

4. **DONNER DES CONSEILS ET DES SOLUTIONS**

« *Ce que je ferais, c'est… », « Pourquoi ne pas…* »

- ✓ peut suggérer que la personne ne solutionne pas ses problèmes
- ✓ arrête la personne de réfléchir à son problème, à considérer les alternatives et les essayer
- ✓ peut causer de la dépendance ou de la résistance

* Il faudrait plutôt aider l'autre à trouver ses propres solutions, sans lui donner tes propres solutions ou conseils.

5. **JUGER, CRITIQUER, BLÂMER**

« *Tu n'es pas mature de penser… », « Tu es paresseux…* »

- ✓ implique l'incompétence, la stupidité et le manque de jugement
- ✓ coupe la communication par la peur de jugements négatifs
- ✓ personne accepte souvent les jugements (*je suis mauvais*) ou se révolte (*t'es pas mieux)*

* Il faudrait plutôt utiliser des propos respectueux envers l'autre personne, mets-toi dans la peau de l'autre personne, ne dis pas des choses que tu n'aimerais pas te faire dire.

6. **CRIER DES NOMS, RIDICULISER**

« Bébé », « Ok, le finfin »

- ✓ peut faire sentir la personne pas aimée
- ✓ peut causer du dommage sur l'image de soi
- ✓ provoque souvent des vengeances verbales ou physiques

* Il faudrait plutôt utiliser des propos respectueux envers l'autre personne, mets-toi dans la peau de l'autre personne, ne dis pas des choses que tu n'aimerais pas te faire dire.

7. **EXAMINER ET QUESTIONNER SANS ARRÊT**

« Pourquoi… », « Qui… », « Qu'est-ce que tu as… »

- ✓ puisque répondre à des question résulte souvent à recevoir des critiques ou des solutions, les gens apprennent souvent à répliquer avec une non-réponse, de l'évitement, des demies vérités ou des mensonges
- ✓ puisque les questions indiquent rarement ce que la personne veut, l'autre peut devenir anxieux ou avoir peur
- ✓ la personne peut perdre son problème de vue lorsqu'elle répond aux questions.

* Il faudrait plutôt laisser l'autre parler, sans le couper. Laisse la personne terminer ce qu'elle a à dire, concentre-toi et démontre lui que tu l'écoutes attentivement. Pose des questions ou fait des commentaires lorsqu'il a terminé.

Droit de parole

Thème : La communication

Sous-thème : Respect

Objectif général : Prendre conscience et comprendre le lien étroit qui existe entre la communication et le respect.

Objectifs spécifiques : Prendre conscience de sa façon d'intervenir en groupe.
Apprendre à respecter le droit de parole dans une discussion.

Durée : 45 minutes

Matériel : Magnétoscope
Suggestions de questions pour l'intervenant

Déroulement * :

1. Expliquer l'activité et les objectifs. Souligner l'importance de respecter le droit de parole et la nécessité d'écouter.

2. Présenter les normes à respecter :
   a) attendre qu'une personne ait fini de parler avant de prendre la parole
   b) répéter la dernière phrase ou résumer les propos de la dernière personne qui a parlé
   c) la discussion se fait entre les membres du groupe seulement (l'intervenant n'intervient que si les consignes ne sont pas respectées)

3. Proposer un sujet de discussion, par exemple :
   « Les avantages de vivre chez ses parents ou de vivre en appartement »

** Enregistrement si possible*

4. Après 15 à 20 minutes, interrompre la discussion et amorcer l'évaluation à l'aide de la feuille. *« Suggestions de questions pour l'intervenant »*

5. Visionnement de l'activité si elle a été enregistrée.

6. Faire une synthèse et insister sur l'importance d'écouter et de bien comprendre ce que l'autre veut dire. Faire ressortir les conséquences négatives d'une communication cacophonique : le sentiment de n'être pas respecté, d'incompréhension, l'agressivité, la perte de temps…

7. Énoncer les trois règles d'or qui devront être respectées dans le groupe :
   a) le silence et l'écoute attentive lorsque quelqu'un parle ;
   b) l'effort à faire le lien entre la personne qui s'est exprimée et sa propre idée ou opinion ;
   c) le respect de l'idée d'autrui.

8. Discuter de ces règles en groupe afin qu'elles soient respectées

9. Inscrire les règles sur de grandes affiches qui seront placées à la vue de tous et demeureront dans le local tout au long du suivi

Retour sur l'activité : Synthèse des étapes 4, 6, 7 et 8 du déroulement.

Recommandations : Le visionnement de l'activité est fortement recommandé car c'est un moyen qui « accroche » les jeunes et qui permet de varier l'animation. L'intervenant peut modifier la feuille *Suggestions…* selon les besoins de son groupe.

Évaluation : Au terme de cette activité, le jeune devrait être en mesure de :

- ✓ décrire les grandes caractéristiques de sa façon de communiquer en groupe,
- ✓ se donner des moyens d'améliorer sa façon de communiquer afin d'être plus respectueux.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Suggestions de questions pour l'intervenant

1. Y a-t-il eu cacophonie ? (plusieurs personnes qui parlent en même temps)

2. Que se passe-t-il lorsque plusieurs personnes parlent en même temps ?

- pour ceux qui parlent ?
- pour ceux qui écoutent ?

3. Quel est le degré d'efficacité d'une discussion où tous parlent dès qu'ils ont une idée ?

4. Pendant l'activité, est-ce que l'on t'a coupé la parole ?

- comment t'es-tu senti ?
- as-tu coupé la parole à d'autres ?
- quand t'en es-tu rendu compte ?
- sens-tu qu'on t'écoute lorsque tu parles ?

5. Comment cela se passe-t-il dans tes réunions ?

- d'amis ?
- de famille ?
- qui parle le plus souvent ?
- te sens-tu écouté ?

* *Ces questions peuvent être utilisées à l'étape 4 du déroulement et lors du retour final. Les jeunes y répondront de façon orale (échange) ou écrite au choix de l'intervenant.*

La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

L'attrait du marché du travail est souvent un facteur d'abandon scolaire. Souvent, les jeunes qui pensent à abandonner l'école ne voient pas le lien entre les études et le travail. De plus, ils sont habituellement très mal informés quant aux exigences et à la réalité du marché du travail. Ils ont alors tendance à idéaliser le monde du travail.

Un autre facteur qui peut précipiter le départ d'un jeune est l'absence de projet scolaire. Un accent important devrait donc être mis sur l'orientation professionnelle, car les jeunes ont besoin de se découvrir des intérêts pour se fixer des objectifs à long terme et concevoir un plan de carrière.

Les activités liées à ce thème sont regroupées selon des sous-thèmes tels l'orientation professionnelle, la préparation à l'emploi et l'expérimentation du travail. L'objectif global de ce thème est de démontrer au jeune l'importance de la formation dans le monde de l'emploi. Les activités doivent être sélectionnées et traitées avec attention, car elles risquent quelquefois de décourager le jeune à poursuivre ses études plutôt que de lui démontrer la réalité du marché du travail.

Par ailleurs, il importe de mentionner que la préparation au travail ou la réalisation d'un stage favorisent le passage de l'adolescent au monde adulte par le développement d'habiletés et de responsabilités qu'il ne peut acquérir à l'école. Le travail devrait donc être considéré comme une occasion de développer des habiletés de travail, l'esprit d'initiative et le sens de l'organisation du participant. Toutefois, il peut s'avérer judicieux dans certains cas de suggérer aux jeunes des alternatives au travail afin de développer ces habiletés (voir texte de présentation).

Finalement, avant d'entreprendre le sous-thème de l'expérimentation, on doit d'abord se préoccuper de l'âge et de la maturité des participants. Il s'agit également de prendre tous les moyens possibles pour que l'expérience soit valorisante pour le jeune. Un choix judicieux de la nature de l'emploi ainsi que des personnes qui superviseront le jeune dans son travail s'impose. Outre ces facteurs, on recommande aussi d'éviter un travail trop intensif, car il pourrait nuire aux études du jeune.

Objectifs pour l'intervenant :

- Faire comprendre aux jeunes la distinction entre emploi et carrière.
- Faire connaître aux jeunes la réalité du marché du travail.
- Guider les participants à se découvrir des intérêts professionnels.
- Encourager les jeunes à se fixer immédiatement des objectifs professionnels et à concevoir un plan de carrière.

Un emploi et une carrière, ce n'est pas tout à fait la même chose. Généralement, on entend par **emploi** : un poste rémunéré pour lequel tu as des responsabilités et des tâches particulières. Le mot **carrière** a un sens plus large : il englobe tous les rôles et toutes les expériences de travail d'une personne, et cela, dans tous les domaines de sa vie (études, emploi, famille, loisirs…).

Emploi ? Carrière ? Emploi ? Carrière ? Emploi ? Carrière ? Emploi ? Carrière ?

Ton besoin de consommer est-il de plus en plus grand ?
Pour toi, les études sont-elles synonymes d'emplois ?
Tu veux être libre, indépendant et autonome ?
Tu veux un nouveau milieu pour faire tes preuves ?
L'emploi est-il ton principal projet ?

Savais-tu que…

- En 1991, les 15 à 29 ans constituaient 31 % de la population active.
- On les trouve dans des secteurs d'emploi (services personnels et commerce où la rémunération a tendance à diminuer depuis les années 80).
- Leur présence dans l'industrie diminue aussi.
- De tous les travailleurs, les 15 à 24 ans sont les moins protégés par une convention collective.
- Les moins de 30 ans sont les plus vulnérables aux accidents de travail.
- Ce sont eux qui changent le plus souvent d'emploi dans une année.
- Ils occupent de moins en moins d'emploi à temps plein ; de 1981 à 1990, ils sont passés de 84 % à 78 % à travailler à plein temps.

Qu'envisages-tu comme carrière ? Est-ce que l'emploi que tu occupes présentement ou que tu prévois occuper prochainement peut t'y mener ? Bien sûr, il peut t'aider à faire la transition entre l'école et ta carrière. Tu peux aussi y

développer de bonnes habitudes de travail, ton esprit d'initiative et ton sens de l'organisation. En fait, tu cherches un milieu stimulant et intéressant ?

As-tu pensé aux alternatives du travail ?

- Si tu t'impliquais dans une ressource **communautaire…**

  - les Maisons des Jeunes
  - l'animation des terrains de jeu
  - les cadets
  - les scouts et guides
  - les services d'écoute téléphonique

- Si tu participais à des activités **parascolaires…**

  - la musique
  - les journaux étudiants
  - les comités organisateurs
  - les Jeunes Entreprises
  - les associations étudiantes
  - le théâtre

- Si tu prenais des **responsabilités** à la maison…

  - l'aménagement et l'entretien du terrain ou de la maison
  - garder les plus jeunes

- Si tu faisais partie d'une **équipe sportive…**

  - le volley-ball
  - la danse
  - le judo
  - le hockey

Toutes ces activités peuvent également te permettre d'apprendre comment travailler dans un milieu stimulant et auprès de gens intéressants.

Considère toutes les alternatives et fais ton choix !

L'école et le travail

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Habitudes de vie

Objectif général : Comparer les habitudes de vie de l'école et du travail

---

Objectifs spécifiques : Prendre conscience des similitudes et des différences entre la vie au travail et la vie scolaire en terme de tâches et d'habitudes de vie.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuille d'exercice *L'école et le travail : pareil, pas pareil*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Diviser le groupe en deux. Chaque équipe prépare une mini mise en scène qui met en évidence les activités du matin au soir pour :
   Équipe ***A*** : une journée à l'école
   Équipe ***B*** : une journée au travail

3. Retour en un seul groupe et présentation des deux mises en scène.

4. Discuter et comparer les deux journées. Les participants remplissent leur feuille.

Retour sur l'activité : Faire ressortir l'utilité, sur le marché du travail, des habitudes et des compétences acquises à l'école (lire, écrire, compter, résoudre des problèmes, établir de bons rapports avec l'autorité, suivre son horaire, etc.). Différents types de travail peuvent engendrer des journées-types différentes.

Exercice à la maison : Le participant note dans son journal de bord les tâches et habitudes de vie scolaire qui seront utiles à l'emploi qu'il désire occuper.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ identifier des similitudes et des différences entre la vie au travail et la vie scolaire en termes de tâches et d'habitudes de vie.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

L'école et le travail : pareil, pas pareil

À compléter lors de la discussion de groupe

Éléments qui se ressemblent	*Éléments qui ne se ressemblent pas vraiment*
Matin	**Matin**
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
Midi	**Midi**
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
Soir	**Soir**
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

L'orientation par soi-même

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Orientation

Objectif général : Prendre conscience de ses traits dominants en relation avec le travail

---

Objectifs spécifiques : Identifier ses aptitudes, ses compétences et ses intérêts.
Établir son profil d'emploi.

Durée : 45 minutes

Matériel : Feuille *L'auto-orientation*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et les objectifs.

2. Distribuer les tests et demander aux participants d'y répondre le plus sérieusement possible.
   A) Les participants peuvent répondre à la maison. La façon de remplir le questionnaire est décrite à l'intérieur de celui-ci.
   ou
   B) Les participants répondent sur place.

Retour sur l'activité : Demander aux participants leurs avis sur le test ainsi que leurs réactions ou leurs questions.

Exercice à la maison : Le test en entier peut être rempli à la maison. S'il est rempli sur place, le jeune peut inscrire ses impressions dans son journal de bord ou découper dans le journal des emplois qui correspondraient à sa personnalité.

Recommandations : Si les participants remplissent le test à la maison, ne pas oublier le retour au début de la rencontre suivante.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ décrire son profil d'emploi.

Adaptation et commentaires :

L'auto-orientation

Pour faire valoir tes compétences sur le marché du travail, apprends à mieux te connaître. Voici des questions de base à se poser pour établir ton profil d'emploi. Un profil d'emploi, c'est un peu comme un portrait de toi qui représente tes aptitudes, tes compétences et tes intérêts.

Qui es-tu ?

Qu'aimes-tu faire ?

Quelles sont tes compétences ?

Quel genre de travail as-tu déjà fait ?

Quel genre d'emploi voudrais-tu occuper dans l'avenir ?

On est quelquefois surpris quand on voit son profil d'emploi pour la première fois, mais cela aide à voir les choses de façon positive et réaliste. En répondant aux questions de *L'auto-orientation*, tu feras la liste de ce que tu as fait dans quatre domaines : le travail bénévole ou rémunéré, les études et les loisirs.

Questionnaire d'auto-orientation

1. *Ai-je une facilité naturelle dans un domaine en particulier ?*

_____
_____
_____

2. *Quels emplois ai-je occupés, rémunérés ou non ?*
   Je décris l'expérience que j'y ai acquise…

   _____
   _____
   _____

3. *Quelles sont les matières dans lesquelles je suis bon ?*

   _____
   _____
   _____

4. *Combien ai-je d'années d'études secondaires ?*

   _____
   _____
   _____

5. *Ai-je des passe-temps favoris ?*

   _____
   _____
   _____

6. *Quel genre de machines ou d'outils suis-je capable d'utiliser ?*
   (Répondre par oui ou par non)

Appareils ménagers ☐

Outils de menuiserie ☐

Ordinateur ☐

Caisse enregistreuse ☐

Calculatrice ☐

Autres

_____
_____

7. *Qu'est-ce que j'aime faire ?*
   (Répondre par oui ou par non)

J'aime les tâches difficiles. ☐

J'aime les tâches routinières qui permettent de travailler tout en étant détendu. ☐

J'aime travailler à l'intérieur. ☐

Je préfère travailler à l'extérieur. ☐

J'aime travailler avec les enfants. ☐

J'aime travailler en équipe. ☐

Je préfère travailler seul. ☐

J'aime travailler avec le public. ☐

J'aime travailler dans un milieu créatif. ☐

J'aime…

_____
_____
_____
_____

8. *Quelles sont les choses que je n'aime pas faire. J'en fais la liste.*

_____
_____
_____
_____

Profil d'emploi

Il s'agit maintenant pour toi de relire tes réponses et de les regrouper. Pour les questions 7 et 8, inscris pour chaque item une note de 1 à 5. La note 1 signifie que tu aimes beaucoup et la note 5, que tu n'aimes pas du tout. Fais maintenant ton profil d'emploi en faisant une liste pour chaque note. Tu peux aussi inclure des éléments des questions 1 à 6 si tu le désires.

En général, on aime ce qu'on réussit bien, mais ce n'est pas toujours vrai. N'oublie pas que cette liste t'aide à identifier le type d'emploi que tu aimerais occuper. Aussi, il est important qu'avant de noter une activité, tu te demandes si tu aimerais la faire pendant toute une journée. Sois honnête avec toi-même, il s'agit de **ton** avenir !

Rappelle-toi également que si un emploi te plaît de façon générale, ça devient beaucoup plus facile d'accepter de faire quelques activités que tu aimes moins.

Tu as maintenant de bons éléments en main pour préparer ton curriculum vitae, n'hésite pas à t'inspirer de ce questionnaire. Tu peux aussi faire des comparaisons avec des offres d'emploi pour vérifier si tes intérêts et tes compétences correspondent au travail que tu penses aimer.

Mes intérêts, mes emplois

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Orientation

Objectif général : Découvrir des emplois correspondant à ses intérêts.

Objectifs spécifiques : Connaître les intérêts nécessaires à l'exercice de certains emplois.
Identifier des emplois qui correspondent à ses intérêts.
Identifier les pré-requis nécessaires à l'exercice des emplois retenus.

Durée : 45 à 60 minutes

Matériel : 15 à 20 exemples d'offres d'emploi tirés de journaux, de la colle, des cartons et l'accès à Internet

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Expliquer qu'il y a des intérêts nécessaires à l'exercice de chaque emploi. Par contre, deux personnes peuvent effectuer le même travail pour des raisons différentes. Donner des exemples.

3. Demander aux participants de choisir un exemple d'offre d'emploi qui correspond le plus possible à leurs goûts, en fonction de ce qui se trouve dans les journaux et en faisant une recherche par Internet.

4. Le groupe est ensuite divisé en petites équipes afin de :

   A) Coller l'offre ou les offres sur un grand carton.
   B) Inscrire quelques intérêts reliés aux emplois.
   C) Identifier les pré-requis des emplois.

5. Revenir en groupe. Chaque équipe présente ses emplois avec les intérêts et les pré-requis qui s'y rattachent.
   Compléter au besoin à l'aide du groupe.

Retour sur l'activité Faire ressortir l'importance de bien connaître ses intérêts pour choisir la bonne profession ou le bon métier.

Exercice à la maison : Le participant peut reprendre l'activité en entier à la maison afin de trouver un emploi, ou plusieurs, qui lui conviennent vraiment. Il peut faire ce travail dans son journal de bord.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ Reconnaître que certains intérêts et pré-requis sont nécessaires pour exercer chaque métier ou profession,
- ✓ Identifier des emplois qui correspondent à ses intérêts.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Qu'est-ce que j'aime le mieux ?

A) Travailler avec des choses ou des objets…

B) Avoir des relations d'affaire avec les gens…

C) Faire un travail répétitif, concret, organisé et technique…

D) Être en relation avec les gens, les aider…

E) Faire un travail qui engendre le respect des autres …

F) Avoir un travail scientifique…

G) Créer ou travailler avec l'abstrait …

H) Travailler avec des machines ou des outils …

I) Travailler pour aboutir à un produit concret …

J) Travailler à l'extérieur ou avec la nature …

_____

_____

_____

_____

Une carrière de choix

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Orientation

Objectif général : Renseigner les participants sur les carrières qui les intéressent.

Objectifs spécifiques : Préciser son choix de carrière.
Évaluer plus précisément le cheminement relié à l'emploi désiré.

Durée : 90 minutes

Matériel : Feuille *Une carrière de choix*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.
2. Présenter la personne-ressource (conseiller en orientation).
3. Les participants expriment le métier ou la profession qu'ils ont choisi.
4. La personne-ressource informe les participants des attitudes et habiletés reliées à l'emploi, des cours à suivre et des endroits où se donnent ces cours, etc.
5. Les participants notent les informations pertinentes et posent des questions.

* *Les participants auront **préalablement** choisi un métier ou une profession qui les intéresse.*

Retour sur l'activité : Demander aux participants leurs commentaires. Sont-ils surpris, déçus, enthousiastes ? Voient-ils l'importance de l'école dans leur cheminement ? Avaient-ils une vision réaliste du marché du travail ?

Recommandations : Communiquer à l'avance avec un conseiller en orientation. Lui présenter les objectifs de la rencontre et le déroulement de celle-ci.
Déterminer la date et l'heure de la rencontre.
Informer la personne-ressource du type de clientèle à laquelle elle s'adressera.
Si vous désirez un portrait du marché du travail de votre région, il serait souhaitable de le préciser.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ Identifier un ou deux métiers ou professions qui l'intéressent.
- ✓ Identifier le cheminement nécessaire pour y arriver.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Une carrière de choix

Personne-ressource rencontrée : _____

No. Téléphone : _____ Date : _____

* Tu peux noter d'autres informations au verso !

Carrière : _____

Cours : _____

Lieu du cours : _____

Attitudes : _____

Habiletés : _____

Outils utilisés : _____

Genre de travail : _____

Salaire : _____

Carrière : _____

Cours : _____

Lieu du cours : _____

Attitudes : _____

Habiletés : _____

Outils utilisés : _____

Genre de travail : _____

Salaire : _____

Objectif : plan de carrière

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Orientation

Objectif général : Établir un plan de carrière.

Objectifs spécifiques : Envisager l'avenir et établir des objectifs à court et à long terme qui correspondent à leurs aspirations de carrière.

Durée : 45 à 60 minutes

Matériel : Feuilles d'exercice *Lignes directrices à suivre pour établir ses objectifs, Mes objectifs personnels, Mes buts à l'école, Atteindre mes buts à l'école, Mes buts dans la vie* et *Atteindre mes buts dans la vie.*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Présenter les *Lignes directrices* et animer une discussion de groupe autour de ces dernières.

3. Distribuer les feuilles d'exercices.
   Inviter les participants à réfléchir à leur avenir et à résumer ce qu'ils espèrent accomplir dans les domaines de l'éducation, de la famille, des loisirs et de l'emploi.

4. Expliquer comment remplir la feuille d'exercice :
   A) Fixer l'objectif ultime.
   B) Indiquer l'objectif à court terme (1 an) leur permettant de réalisation leur aspiration.
   C) Indiquer l'objectif à long terme (5 ans) leur

permettant de réaliser leur aspiration.

5. Inviter les participants à discuter de leur plan de carrière en petits groupes.

Retour sur l'activité : Proposer aux jeunes de conserver leur plan d'action en guise de référence.
Discuter des idées communes et proposer des stratégies possibles pouvant les aider à atteindre leurs objectifs dans le milieu scolaire.
L'exercice à la maison peut également être réalisé à l'intérieur de l'activité.

Exercice à la maison : Afin de concrétiser dès maintenant leur plan de carrière, demander aux participants d'établir :

A) des objectifs à très court terme (1 semaine ou 1 mois) en accord avec leurs objectifs à court terme (1 an).
B) des moyens précis pour concrétiser ces objectifs.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait :

- ✓ Identifier des objectifs à court, moyen et long terme pour réaliser son plan de carrière,
- ✓ Avoir une bonne idée de son plan de carrière.

Références : Wyshnowsky, O. (1991)

Adaptation et commentaires :

Lignes directrices à suivre
pour établir des objectifs

1. LES OBJECTIFS DOIVENT ÊTRE RÉALISABLES

Si vous n'avez jamais vu un piano, il est fort peu probable que vous serez le meilleur pianiste au monde la semaine prochaine.

2. LES OBJECTIFS DOIVENT ÊTRE CLAIRS ET SPÉCIFIQUES

« Chaque jour, j'irai à l'école et je terminerai tous mes travaux » est plus spécifique que : « j'essaierai de m'améliorer à l'école ».

3. LES OBJECTIFS DOIVENT ÊTRE SITUÉS DANS LE TEMPS

« Je ferai mes devoirs chaque soir entre 18 h et 20 h. »

4. LES OBJECTIFS DOIVENT CORRESPONDRE À VOS VALEURS ET À VOS CROYANCES

Si vous n'aimez pas les sciences, il est peu probable que vous aimeriez étudier pour devenir pharmacien ou médecin.

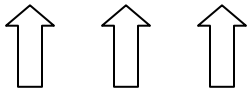
5. LES OBJECTIFS DOIVENT ÊTRE VOTRE RESPONSABILITÉ

Même si les autres peuvent vous aider au cours des années, vous êtes responsable du travail et des efforts nécessaires à l'atteinte de vos objectifs.

Mes objectifs personnels

ÉDUCATION	FAMILLE	PASSE-TEMPS	EMPLOI
OBJECTIF ULTIME	OBJECTIF ULTIME	OBJECTIF ULTIME	OBJECTIF ULTIME

DANS **5** ANS	DANS **5** ANS	DANS **5** ANS	DANS **5** ANS



DANS **1** AN	DANS **1** AN	DANS **1** AN	DANS **1** AN

ÉDUCATION	ÉDUCATION	ÉDUCATION	ÉDUCATION

VOTRE PLAN DE CARRIÈRE

Références : tiré de Wyshnowsky, O. (1991)

Mes buts à l'école

Fixer mes buts !

1. Obtenir la note de passage dans tous mes cours □
2. Obtenir la note de passage dans un cours en particulier □
3. Mieux me préparer pour mes tests et mes examens □
4. Prendre de bonnes habitudes d'étude □
5. Amener mes livres et tout ce dont j'ai besoin en classe □
6. Participer aux discussions et aux activités en classe □
7. Aller à tous mes cours □
8. Être à l'heure □
9. Être attentif en classe □
10. Améliorer ma relation avec un professeur (_____) □
11. Participer à une activité parascolaire □
12. Résoudre mes conflits positivement avec les professeurs □
13. Autres buts □

_____

_____

_____

Atteindre mes buts à l'école !

Mes buts

_____
_____
_____
_____

Les moyens pour y arriver

_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____
_____

Référence : Carr, R. & Saunders, G. (1992)

Mes buts dans la vie

Fixer mes buts !

1. Être membre d'un groupe ou d'un club □
2. Participer à des activités parascolaires □
3. Faire de l'exercice □
4. Manger sainement □
5. Faire du bénévolat □
6. Bien m'entendre avec les autres □
7. Demander de l'aide quand j'en ai besoin □
8. Me faire des ami(e)s □
9. Tenir mes affaires en ordre □
10. Contrôler ma colère □
11. M'aimer □
12. Améliorer ma relation avec mes parents □
13. Autres buts □

_____

_____

_____

Atteindre mes buts dans la vie !

Mes buts

_____
_____
_____
_____

Les moyens pour y arriver

_____
_____
_____
_____
_____
_____

Choix d'un milieu de stage

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Préparation à l'emploi

Objectif général : Expérimenter les techniques de recherche d'emploi

---

Objectifs spécifiques : Se choisir un milieu de stage.
Faire l'inventaire de ses compétences par rapport aux tâches à accomplir dans l'emploi choisi.

Durée : 45 minutes

Matériel : Banque de milieux de stage
Feuille *Choix du milieu de stage* reproduite au tableau ou sur acétate

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.
2. Répondre individuellement aux question de la feuille guide.

Retour sur l'activité : En groupe, inviter les jeunes à partager leur choix.
Vérifier si :

- les choix sont réalistes ;
- plus d'un participant a choisi le même milieu de stage ;
- les qualités énoncées sont pertinentes ;
- le portrait de la journée correspond au vécu de l'emploi.

Exercice à la maison : Dans le cas où les participants expérimentent réellement le travail, encouragez-les à noter quotidiennement dans leur journal de bord leurs apprentissages du jour et un mini-objectif pour le

lendemain.

Recommandations : Une banque de milieux de stage peut être fournie aux participants.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ avoir choisi un milieu de stage respectant ses compétences et intérêts.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Choix du milieu de stage

1. Choisis trois milieux de stages possibles

_____
_____
_____

2. Place-les en ordre de préférence

_____
_____
_____

3. Pour chacun des milieux, réponds aux questions suivantes :

   a) Quelles sont les qualités requises pour occuper cet emploi ? (manuelles, physiques, intellectuelles, habitudes de vie…)

_____
_____

   b) Lesquelles de ces qualités possèdes-tu ?

_____
_____

   c) Quel est l'aspect de cet emploi qui t'attire le plus ?

_____
_____

   d) Fais le portrait de ta journée à cet emploi

_____
_____

Visite au centre d'emploi

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Préparation à l'emploi

Objectif général : Repérer des emplois disponibles

Objectifs spécifiques : Se familiariser avec les services du Centre d'emploi.
Apprendre à repérer les emplois disponibles.
Prendre conscience de la réalité du travail en relation avec son niveau de scolarité.

Durée : 60 minutes

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.
   Présenter la personne-ressource. *

2. Demander à chaque participant de repérer trois emplois qu'il aimerait occuper ainsi que la façon de postuler.

3. Une fois sur place, présenter la personne-ressource. Celle-ci mène la visite, présente les différents services et explique le fonctionnement du centre.

4. Regarder ensemble les emplois sur lesquels les jeunes ont postulé.
   Faire ressortir la formation nécessaire, le salaire et les exigences du poste.

* *Communiquer **préalablement** avec un conseiller du centre d'emploi pour obtenir un rendez-vous.*

Retour sur l'activité : À l'aide de questions, amener les membres du groupe à réfléchir sur ce qui les attend sur le marché du travail avec un cours secondaire incomplet.
Partager ensemble les impressions, les questions et les commentaires.
Donner la référence d'Emploi Québec sur Internet où il est possible d'accéder aux emplois offerts dans chaque région du Québec
(http ://www.emploiquebec.net)

Exercice à la maison : Identifier trois autres façons de se trouver un emploi. Faire un bref retour au début de la rencontre suivante pour une mise en commun.

Recommandations : Informer la personne-ressource de la clientèle dont il est question. Préciser le temps de la visite et ses objectifs (surtout le premier).

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ Nommer les services offerts au Centre d'emploi.
- ✓ Repérer des emplois qui lui conviennent au Centre d'emploi.
- ✓ Être conscient des limites qu'impose un cours secondaire inachevé.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Le curriculum vitae

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Préparation à l'emploi

Objectif général : Expérimenter une étape de la recherche d'emploi

---

Objectifs spécifiques : Connaître les principes théoriques pour la rédaction d'un curriculum vitae (*C.V.*).
Rédiger son curriculum vitae.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuilles *Le curriculum vitae* et *Exemple de curriculum vitae*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.
2. Voir la théorie sur la rédaction du *C.V.* à l'aide des feuilles ci-jointes.
3. Rédiger les *C.V.* individuellement.
   Superviser les participants.
4. Former des sous-groupes pour la correction des *C.V.*
5. Mettre les *C.V.* sous forme de traitement de texte et les photocopier.

Retour sur l'activité : Demander aux participants s'ils ont encore des questions.
Rappeler qu'un *C.V.* leur permet de se montrer sous leur meilleur jour mais qu'il est important de

demeurer honnête.

Exercice à la maison : L'étape 5 pourrait être assumée par les participants eux-mêmes. Vérifier cependant si les ressources sont accessibles pour tous.

Recommandations : Une personne ressource pourrait se charger de la correction et de la version informatisée des *C.V.*

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ se référer aux principes de base pour rédiger correctement son *C.V.*

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Le curriculum vitae

1. **Objectifs**

- Aider à évaluer ses possibilités face au marché du travail.
- Préparer et obtenir une bonne entrevue.
- Susciter la curiosité d'un employeur.
- Démontrer notre spécialité.

2. **Description**

- Un reflet de soi-même.
- Un résumé des faits concrets qui décrivent nos activités, nos expériences de travail, notre formation professionnelle, académique ou autre en regard d'un emploi que l'on désire.
- C'est la mise en évidence des faits de notre expérience qui vont faire de nous la meilleure personne pour occuper l'emploi offert.
- C'est notre carte d'affaires.

3. **Qualités**

- Forme : aérée, concise, claire
  fait à l'ordinateur (traitement de texte)
  une à deux pages maximum

- Fond : personnel, original
  positif
  mise en valeur des points forts

4. **Contenu**

- Ne raconte pas notre vie.
- Mentionne les faits marquants de l'expérience de travail et de la formation.
- Les informations doivent être complètes et vérifiables en tout temps. Il faut être objectif et clair.
- Démontrer notre intérêt pour l'emploi.
- Mentionner tout handicap physique qui constitue un obstacle à l'exécution des tâches de l'emploi.

5. **Présentation**

- Faire des paragraphes courts et disposés de façon à ce qu'on puisse facilement comprendre.
- Utiliser des mots simples en évitant les phrases creuses et dénuées de sens.
- Éviter l'utilisation d'adverbes, comme un peu, assez, beaucoup, etc.
- Être clair et précis. Tu es ou tu n'es pas. Tu as ou tu n'as pas.
- Éviter les trucs de présentation, les effets spéciaux comme papier de couleur, photo, format de papier trop grand ou trop petit.
- Au premier coup d'œil, l'employeur doit être impressionné par la présentation.
- Doit être accompagné d'une lettre de présentation.
- Utiliser des verbes d'action comme ceux de la liste ci-dessous pour indiquer à un employeur ce que vous pouvez faire :

analyser	entreprendre	produire
compléter	évaluer	promouvoir
concevoir	identifier	réaliser
coordonner	maintenir	superviser
diriger	organiser	transmettre
documenter	planifier	utiliser
écrire	préparer	vendre
entraîner		

*Voir des exemples de curriculum vitae complets sur le site du « **Guide pratique de recherche d'emploi** » au : http://emploiquebec.net/Guide/fr/accueil.htm*
Quatre types de CV sont présentés :

- *CV chronologique ;*
- *CV fonctionnel ou par compétences ;*
- *CV mixte ;*
- *CV électronique.*

Exemple de curriculum vitae

Aaaaaaaaaaa Bbbbbbb
1234, des Bouleaux
Saint-David (Québec)
G3N 7L2
(888) 456-7890

Formation académique

Date	Diplôme et discipline Institution et ville

Formation complémentaire

Date	Diplôme et discipline Institution et ville

Expériences de travail

Date	Titre du poste Nom de l'entreprise et ville Brève description du poste

Travail bénévole

Date	Titre du poste ou de la fonction Nom de l'entreprise et ville Brève description des fonctions

Aptitudes particulières

Connaissance de langues étrangères, informatique, dessin, musique, sports

Champs d'intérêt

Implications sociales, loisirs, etc.

La lettre de présentation

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Préparation à l'emploi

Objectif général : Expérimenter une étape de la recherche d'emploi

---

Objectifs spécifiques : Acquérir les notions nécessaires à la rédaction d'une lettre de présentation.
Rédiger sa lettre de présentation

Durée : 40 minutes

Matériel : Feuilles *Lettre de présentation, Modèle de lettre* et *Appel téléphonique*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Voir les notions nécessaires à la rédaction de la lettre.

3. Proposer des modèles de lettre.
   Utiliser des acétates.

4. Par équipe de deux, rédiger une lettre pour un employeur fictif.

5. Revenir en groupe pour la lecture et la correction des lettres.

6. Présenter au besoin les conseils sur le contact téléphonique.

Retour sur l'activité : Mettre en évidence les lettres propres et sans fautes.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ rédiger adéquatement une lettre de présentation.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Lettre de présentation

1. **Description**

- C'est une lettre personnelle qui accompagne toujours un curriculum vitae.
- C'est un résumé de votre demande d'emploi et une introduction à votre curriculum vitae.

2. **Buts**

- Éveiller l'attention du responsable du personnel sur votre demande d'emploi :
    - inviter cette personne à lire votre curriculum vitae et à vous accorder une entrevue ;
    - souligner votre disponibilité pour l'entrevue.

3. **Contenu**

- Cette lettre doit mentionner brièvement :
    - l'emploi exact que vous recherchez
    - pourquoi cet emploi correspond à vos intérêts et à vos compétences
    - comment cet emploi vient compléter votre plan de carrière
    - les raisons qui vous poussent à faire votre demande d'emploi
    - des indices sur votre connaissance de l'emploi et de l'organisme.

4. **Présentation matérielle**

Longueur : une page (traitement de texte) au maximum (8,5" sur 11")

- adressez-la à une personne responsable (exemple : M. Jean Nengage, directeur du personnel, etc.)
- choisissez des mots simples et soignez l'orthographe : n'oubliez pas, c'est cette lettre qui vous permettra d'obtenir une entrevue
- évitez les phrases qui n'ont aucun sens pour celui qui engage (par exemple : «je veux travailler pour votre organisme»)
- n'en dites pas plus qu'il en faut pour persuader un employeur de lire votre curriculum vitae
- n'écrivez que des choses qui peuvent être vérifiées par la suite, à l'entrevue ou autrement.

*Voir des exemples de lettres de présentation sur le site du « **Guide pratique de recherche d'emploi »** au : http://emploiquebec.net/Guide/fr/accueil.htm*
Deux exemples y sont présentés.

Modèle de lettre (avec expérience)

Sherbrooke, le 27 juin 2006

Madame Marie Fortin
Directrice du personnel
Société ABC inc.
100, rue des Affaires
Touteville (Québec)
J0A 1A0

Madame,

À la suite de notre conversation téléphonique du 26 juin dernier, je vous fais parvenir, sous ce pli, un exemplaire de mon curriculum vitae qui vous fournira de plus amples renseignements à mon sujet.

En parcourant le curriculum vitae ci-joint, vous constaterez que depuis l'obtention de mon diplôme d'études secondaires avec spécialisation en commerce, j'ai acquis de l'expérience dans plusieurs domaines dont la vente au détail, la tenue de livres et la gestion des inventaires. Enfin, mon expérience, ma motivation au travail et l'intérêt pour ce poste devraient faire de moi la personne dont vous avez besoin.

J'aimerais vous rencontrer pour discuter d'emplois présents ou futurs. Vous pouvez me joindre au numéro (819) 563-9111 ou en m'écrivant à l'adresse ci-dessous.

Je vous remercie et vous prie d'agréer, Madame Fortin, l'expression de mes sentiments distingués.

(Signature)
Sylvie Allaire
297, rue Dufferin
Sherbrooke (Québec)
J1H 4M5

Modèle de lettre (sans expérience)

Sherbrooke, le 27 juin 2006

Monsieur ou Madame (en toutes lettres) et le nom
Directeur (ou directrice) du personnel
Nom de l'entreprise
Adresse de l'entreprise (au complet)

Monsieur ou Madame,

Ayant lu dans le journal Le Matin du 10 juin que vous recherchiez une opératrice d'ordinateur, je désire vous communiquer mon vif intérêt pour ce poste.

Comme vous le constaterez en parcourant le curriculum vitae ci-joint, ma formation en milieu scolaire ainsi qu'une période pratique, courte mais profitable, en milieu industriel en tant que stagiaire, me préparent à travailler dans ce domaine.

Dans mon milieu, je suis considérée comme une personne dynamique, disponible et facile d'adaptation. J'estime que ce sont là des qualités qui sauront être profitables à votre entreprise.

J'espère être invitée bientôt à une entrevue. À cet effet, vous pourriez me rejoindre tous les jours au numéro de téléphone (999) 999-9999.

Dans l'attente d'une réponse favorable, je vous prie d'accepter mes salutations distinguées.

(*Signature)*
Votre nom
Votre adresse complète

N.B. *Si vous n'avez pas d'expérience, vous devrez attirer l'attention de l'employeur sur certaines de vos qualités ou aptitudes utiles dans le domaine de l'emploi recherché.*

Appel téléphonique

Tu peux aussi utiliser l'appel téléphonique pour entrer en contact avec l'employeur afin d'obtenir une entrevue et de lui présenter ton curriculum vitae. Voici quelques conseils.

Avant l'appel

- Mets par écrit ce que tu veux dire ainsi que les informations que tu veux demander.
- Pratique à quelques reprises avec quelqu'un.

L'appel

1. Bonjour, mon nom est …
2. Puis-je parler à …
3. C'est à propos de (l'emploi) …
4. (À la personne demandée, répéter 1 et 3)
   Puis-je obtenir une entrevue pour démontrer ce que je suis capable de faire?
5. (Si oui) Quand ? Avec qui ? À quel endroit ?
   (Si non) Prévoyez vous avoir besoin de personnel bientôt ?
6. (Dans tous les cas) Je vous remercie de m'avoir accordé une partie de votre temps. Bonne journée !

Bonne chance !

L'entrevue

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Préparation à l'emploi

Objectif général : Expérimenter une étape de la recherche d'emploi

---

Objectifs spécifiques : Apprendre à préparer une entrevue.
Vivre une situation d'entrevue.
S'évaluer en situation d'entrevue.

Durée : À déterminer selon la forme donnée à l'activité

Matériel : Feuilles *Conseils pratiques pour l'entrevue, Comment faire pour réussir une entrevue* et *Les questions les plus souvent posées*
Caméra vidéo, magnétoscope et moniteur (facultatif)

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.
   Présenter la ou les personnes-ressources s'il y a lieu.

2. Demander aux participants de s'exprimer sur :
   - le but de l'entrevue
   - ce qu'il faut faire en entrevue
   - ce qu'il ne faut pas faire en entrevue

   Compléter au besoin.

3. Montrer sur acétate *Conseils pratiques pour l'entrevue*.
   Distribuer à chaque participant le signet rappel.
   Voir ensemble la feuille *Les questions les plus souvent posées.*

4. Simuler une entrevue pour chaque participant. Différentes formes sont possibles :
    - Utiliser une ou plusieurs personnes-ressources ;
    - Faire des jeux de rôle (employeur / candidat) ;
    - Filmer l'entrevue sur vidéo ;
    - Utiliser un participant comme observateur.

Retour sur l'activité : Demander aux participants de s'évaluer à partir de la situation qu'ils viennent de vivre, du vidéo et des commentaires des observateurs.
Faire ressortir les points forts.

Exercice à la maison : Identifier quelques points à améliorer en situation d'entrevue.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait pouvoir :

- ✓ se préparer adéquatement à une entrevue et évaluer sa performance une fois celle-ci terminée.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Conseils pratiques pour l'entrevue

Certains petits détails peuvent parfois décider de l'issue de l'entrevue. .Pour un employeur, c'est d'ailleurs la seule occasion qu'il lui soit donnée pour te connaître. C'est normal que tu sois nerveux lors d'une entrevue. Mais l'employeur est là pour découvrir tes qualités et tes possibilités, pas pour te traquer. Il désire te connaître pour déterminer si tu as les compétences et la formation nécessaires à l'emploi.

Passe en revue les conseils ci-dessous et tâche de t'en souvenir lors de tes entrevues.

1. **Les salutations**
   En entrant, souris et salue ton interlocuteur en l'appelant par son nom. Présente-toi et précise les motifs de ta visite.

   La poignée de main

   Ne prends aucune initiative, mais s'il te tend la main, il faut la lui serrer. Donne une poignée de main ferme, mais sans éxagération.

2. **Attitude**

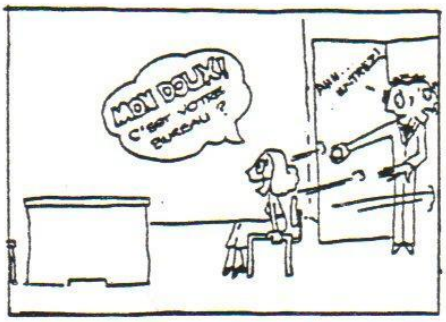
   Assieds-toi seulement lorsqu'on t'invite à le faire. La politesse veut que l'on reste debout jusqu'à ce que l'on soit invité à prendre un siège.

3. **Maîtrise ta nervosité**

   Si tu transpires facilement, essuie-toi le front et les mains avant l'entrevue. Si tu as l'hatitude de pianoter nerveusement, efforce-toi de *garder tes mains sur tes genoux.*

Ce qu'il faut faire

Ce qu'il ne faut pas faire



Un autre conseil : avant l'entrevue, respire profondément et relâche tes muscles. La détente physique aide à la détente mentale.

Ce qu'il faut faire

4. **Le maintien**

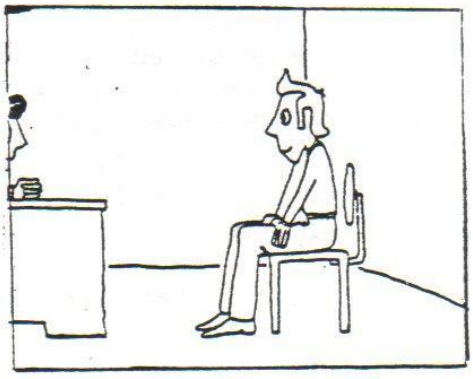
Tiens-toi bien droit, aie l'air attentif, mais détendu.

5. **Évite le bavardage**

Chaque minute est précieuse lors d'une entrevue : tu dois donc répondre aux questions avec précision et concision sans tomber dans l'excès contraire et t'en tenir à des «oui» et des «non».

6. **Sois sûr de toi et ne critique pas**

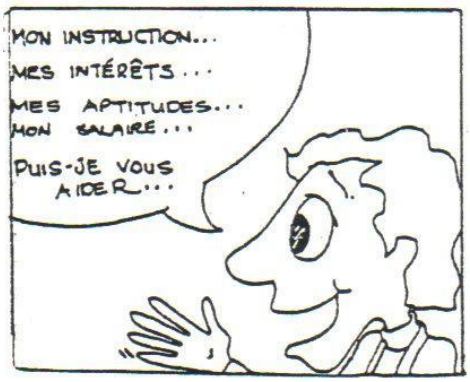
Peu importe la tournure que prendra l'entrevue, garde toujours ton assurance. Certains employeurs mettent les candidats à l'épreuve uniquement pour étudier leur réaction. Une attitude sûre et déterminée produira alors une impression favorable.



Lorsque tu parles de ton dernier emploi, exprime des observations positives. Évite de formuler des critiques à l'endroit de tes anciens emplois ou de tes employeurs.

7. **Sache comprendre à demi-mot**

Comme une entrevue ne doit pas s'éterniser, tu dois savoir prendre congé à la première allusion de ton interlocuteur. Avant de le remercier, résume brièvement les faits, sans plus.



8. **Les remerciements**

Avant de te retirer, remercie le responsable.

Sois poli et courtois envers toutes les personnes rencontrées.

Avant ou après l'entrevue, il se peut que tu rencontres d'autres employés de la société. Tu dois évidemment leur témoigner la même politesse et le même respect, si tu comptes produire une bonne impression.

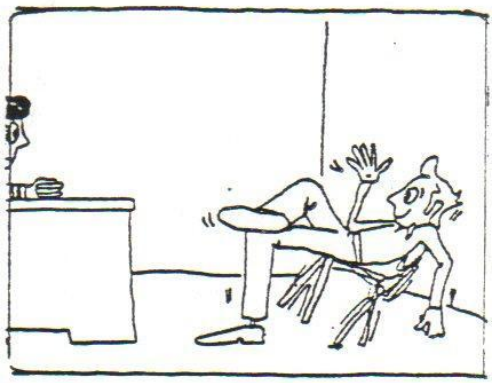
Quelques conseils supplémentaires :

Si tu crois devoir prendre quelques notes, demande au responsable de l'entrevue s'il n'y voit pas d'inconvénient. Il vaut mieux noter les points dont tu veux te souvenir.

Si le responsable de l'entrevue t'offre un emploi qui t'intéresse vraiment, accepte. Mais si tu veux réfléchir, demande-lui de t'accorder un peu de temps tout en fixant une date précise pour lui donner ta réponse.

Si l'on n'accepte pas immédiatement ta candidature, tente de connaître à quel moment la décision sera prise. N'insiste pas, ne te mets pas à pleurer en disant que tu as besoin de travailler.

Ce qu'il ne faut pas faire



Comment faire pour réussir une entrevue de sélection

IL FAUT :

- Lire à l'avance les brochures publiées par la compagnie
- S'habiller proprement et agir de manière naturelle
- Présenter toute la documentation pertinente
- Être prêt à discuter de ses faiblesses
- Être honnête, sérieux et sincère
- Être précis
- Regarder l'employeur droit dans les yeux
- Se faire comprendre
- Écouter l'employeur et lui permettre de s'exprimer
- Avoir l'air de s'intéresser à chaque employeur
- Souligner les services que l'on pourra éventuellement rendre à l'employeur
- Se concentrer surtout sur le poste en question
- Faire valoir ses points forts
- Poser les bonnes questions
- Évaluer toutes les possibilités de manière objective
- Communiquer promptement
- Se faire donner des conseils au besoin
- Honorer ses engagements
- Prévenir les autres au sujet de toute modification des plans

IL NE FAUT PAS :

- Être en retard pour l'entrevue
- Y aller sans être prêt
- Mâcher de la gomme
- Se prélasser sur sa chaise
- Être impoli
- Esquiver les questions
- Devenir rigide ou nerveux
- Se présenter sous un faux jour
- Blâmer les autres pour ses propres faiblesses
- Faire de l'autocritique
- Tomber en proie à l'impatience ou aux émotions
- Trop parler, ni trop peu
- Essayer d'être amusant
- Trop souligner le salaire initial et les avantages sociaux
- Faire traîner l'entrevue
- Prendre des décisions à la hâte

Références : Service de placement universitaire, UQTR

Les questions les plus souvent posées

? ? ? ? ? ? ? ? ?

Formation scolaire

- Dans quelle matière avez-vous le mieux réussi ?
  Et le moins bien réussi ?
- À quelle activité parascolaire avez-vous participé ?
- Avez-vous occupé des emplois d'été ?
  Sinon, qu'avez-vous fait pendant les vacances ?

Expérience de travail

- Parlez-moi de votre expérience de travail.
- Quelles étaient vos relations avec vos supérieurs ?
- Quels sont vos objectifs à long terme pour votre carrière ?
- Quels sont vos points forts et vos points faibles ?
- Quelles sont, selon vous, les qualités nécessaires pour réussir dans cet emploi ?

Vie familiale et sociale

- De quelle façon vos amis et vos amies vous décrivent-ils ?
- Comment occupez-vous vos temps libres ?
- Parlez-moi de vous !

Je fais mon budget !

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle.

Sous-thème : Préparation à l'emploi

Objectif général : Gérer son argent

Objectifs spécifiques : Comprendre les principes de base d'un budget.
Découvrir l'importance du budget pour s'organiser et planifier.
S'initier à la réalisation d'un budget.

Durée : 60 minutes

Matériel : Les feuilles *Les postes de dépenses* et *Compilation des revenus et des dépenses*. Prévoir quelques copies supplémentaires pour le travail d'équipe.
Selon les besoins du groupe, on peut également prévoir :

- des comptes de téléphone et d'électricité
- un livret de compte de banque
- des bordereaux (dépôt et retrait)
- chèque et talon de paie

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Présenter les principes d'un budget et les feuilles d'exercice.

3. En équipe de deux à quatre participants, lire la première feuille et faire un budget fictif par équipe. L'intervenant peut attribuer le montant du revenu pour chaque équipe ainsi que des comptes de téléphone et d'électricité, etc.

4. Superviser brièvement chacun des groupes.

5. Revenir en groupe, partager les réactions.

6. Les participants font leur budget individuellement.

Au besoin : *Aborder également les items suivants ou en faire l'objet d'une activité complète.*

Se servir du document Internet « Le guide financier pour les pour les adolescents de treize à quinze ans » (voir les références) *pour des exemples de budget et beaucoup de beaucoup de documentation à ce sujet*.

<u>Le compte en banque</u>

Expliquer l'utilité d'un compte en banque. Présenter les démarches qui y sont reliées : ouverture du compte, bordereaux de retrait et de dépôt, chèques et registre de chèques. Se procurer ces articles ou avoir des photocopies. Les participants qui ont déjà un compte peuvent aider les autres. Éclaircir les notions de solde, de crédit et débit.

<u>Les chèques et talons de paie</u>

Expliquer l'importance de savoir interpréter un talon de chèque. Présenter aux participants les différentes cases et éléments qui se retrouvent sur le talon. Pour faciliter la tâche, on peut reproduire le talon sur un grand carton ou sur acétate. Faire remplir le petit questionnaire de compréhension.

Retour sur l'activité : Discuter en groupe des difficultés rencontrées et de l'importance de faire un budget.

Exercice à la maison : La sixième étape peut être faite à la maison. Assurer cependant un retour sur cette étape lors d'une prochaine rencontre.

Recommandations : Le document cité en référence est spécialement conçu pour les adolescents et est disponible au coût de 2 $ dans tous les bureaux d'ACEF du Québec.
La feuille *Compilation des revenus et des dépenses* comprend des cases pour l'adolescent et des cases pour les parents. Souligner les différences entre un budget d'adolescent et celui d'un adulte autonome.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait pouvoir :

- ✓ Démontrer les principes de base et l'importance d'un budget ;
- ✓ Réaliser un budget avec supervision.

Références :

Bourget, N. et autres (1990)

« Le guide financier pour les adolescents de treize à quinze ans » :
http://strategis.ic.gc.ca/epic/site/bsf-osb.nsf/fr/br01652f.html

Les postes de dépenses

● Le loyer: pour ceux et celles qui n'habitent plus chez leurs parents (n'oubliez pas que vous devez aussi considérer les coûts de chauffage, de l'électricité, etc.); ● La pension: un montant que vous convenez de payer à vos parents ou à un propriétaire en échange du gîte et du couvert; ● Le téléphone: si vous avez votre propre ligne téléphonique ou si vous utilisez si fréquemment le téléphone familial que l'on désirerait bien vous en faire payer une partie... Vous êtes également concerné si vous achetez un appareil pour votre chambre;
● L'aménagement et la décoration de votre chambre ou de votre repaire (meubles, peinture, système de son, etc.). ● Le câble ou le magnétoscope: si vous assumez ces dépenses parce que vous en avez assez de regarder "Les belles histoires des pays d'en haut".

● Les repas à l'école et au travail;
● Les restaurants (quand vous sortez avec votre douce moitié par exemple); ● Votre bouffe personnelle pour la maison que vous payez de votre poche.

● Le tabac: pour ceux et celles qui n'ont pas encore arrêté et qui fument autre chose que celles des autres;
● L'alcool: pour ceux et celles qui boivent ailleurs que dans le verre des autres.

● Les journaux, revues, disques, cassettes, etc.; ● Les loteries; ● Les cours, sports et sorties: vous incluez les spectacles, le cinéma, les cours de danse, de patin, de judo, de karaté, le matériel pour le ski de fond et alpin, les billets pour les remontées mécaniques, etc; ● Les vacances: montant que vous mettez de côté si vous prévoyez aller sur le bord de la mer ou du ruisseau.

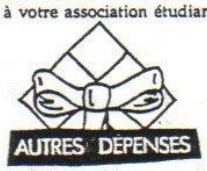
● Optométriste/dentiste: Attention, si ces dépenses vous échoient, prévoyez un montant substantiel car les services de ces professionnels coûtent souvent très cher; ● Médicaments/pharmacie;
● Coiffeur/barbier; ● Médecine alternative (acupuncture, massages, etc.).

Petit exercice
Dans quel bloc de dépense classeriez-vous les items suivants?
● L'achat d'une guitare ● Les affiches pour votre chambre ● Votre "pot" de gel coiffant ● Les timbres pour votre collection ● L'achat d'une revue de bandes dessinées ● Les billets pour le tirage d'une mobylette ● Le remboursement de 10$ à Viviane ● La pomme que vous achetez pour la collation ● La sortie à la Ronde avec l'école

● Autobus et métro; ● Taxi;
● Automobile et moto; ● Le cours de conduite ● Le permis, les plaques, les assurances ● Essence, entretien et réparations, changements d'huile, etc.; ● Prêt-auto: parce qu'il faut bien la payer.

● Vêtements: ne sous-estimez pas les dépenses que vous faites pour les vêtements. La plupart des gens font des évaluations en deçà de ce que leur coûte réellement ce poste budgétaire; ● Entretien (nettoyeur, couturière/tailleur).

● Livres et articles scolaires si vous devez payer vos cours à l'école, ou des cotisations à votre association étudiante.



● Cadeaux: si vous faites un petit calcul, vous serez surpris du montant que vous consacrez à cette dépense; ● Dons à des oeuvres de charité, etc; ● Autres: toutes les autres dépenses que vous effectuez et qui ne seraient pas mentionnées dans les grilles; ● Remboursements de dettes autres que le prêt-auto (cartes de crédit, par exemple).

tiré de Marcoux, L., Roy, V. et Bisson, A. (1990) Mon 1er budget.

Compilation des revenus et des dépenses

Mois de :

Revenus

Salaire					
Allocation					
Autres (prêts, bourses, cadeaux)					
Total des revenus					
Total des revenus du mois					

Dépenses	**moi**	**parents**	**moi**	**parents**	**moi**	**parents**	**moi**	**parents**	**moi**	**parents**
Habitation										
Pension/ loyer										
Téléphone										
Décoration										
Câble / magnétoscope										
Alimentation										
Repas (école, travail, maison)										
Restaurant										
Tabac / Alcool										
Tabac										
Alcool										
Sport / loisirs										
Journaux, revues, disques										
Loteries										
Cours, sports, sorties										
Vacances										
Soins de santé										
Optométriste, dentiste, etc.										
Médicaments, pharmacie										
Coiffeur										
Transport										
Autobus, métro										
Taxi										
Cours de conduite										
Permis de conduire										
Essence										
Entretien du véhicule										
Prêt auto										
Habillement										
Vêtements										
Entretien										
Éducation										
Livres, articles scolaires										
Frais de scolarité										

Autres dépenses										
Cadeaux										
Dons										
Autres										
Dettes (remboursements)										
Total des dépenses										
Grand total des dépenses										
Total des dépenses du mois										

tiré de Marcoux, L., Roy, V. & Bisson, A. (1990) *Mon 1er budget*.

Visite d'un lieu de travail

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Préparation à l'emploi

Objectif général : Prendre conscience de ce que peut être un milieu de travail.

Objectifs spécifiques : Apprendre à organiser, actualiser et évaluer une activité.
Différencier une activité éducative d'une activité de loisir.
Entrer en contact avec un milieu de travail.

Durée : À déterminer

Matériel : Feuilles *Visite dans un milieu de travail* et *Préparation de la visite*

Déroulement * :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Choisir le lieu de visite. Le choix peut être fait par l'intervenant ou avec le groupe à partir des feuilles distribuées auparavant.

3. Prendre contact avec le responsable de l'endroit choisi. Déterminer la date, l'heure et la durée de la visite.

* *Distribuer **préalablement** aux participants la liste des milieux de travail disponibles afin qu'ils la remplissent et vous la remettent.*

4. En groupe, décider :
    - de la tenue vestimentaire
    - de la façon de se comporter lors de la visite
    - du moyen de transport
    - des informations à recueillir
    - du coût de la sortie
    - du repas (s'il y a lieu)

5. Partager les tâches :
    - consulter l'horaire d'autobus
    - confirmer la visite avec le responsable du milieu de travail
    - préparer des questions pour la visite
    - préparer des questions pour l'évaluation

6. Visiter et poser des questions.

Retour sur l'activité : Évaluer le déroulement de la visite avec l'ensemble du groupe sous forme de discussion. Amener les participants à identifier les différences entre activité éducative et de loisir.

Recommandations : La visite devrait être de courte ou de moyenne durée afin de conserver l'intérêt des participants.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ Reconnaître les trois étapes de réalisation d'une activité : organiser, actualiser et évaluer.
- ✓ Donner deux ou trois différences entre une activité éducative et une activité de loisir.
- ✓ Décrire le milieu de travail visité.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaire :

Visite dans un milieu de travail

Ton nom : _____

Voici quelques suggestions de milieux de travail que nous pourrions aller visiter. J'aimerais que tu coches l'endroit que tu préfèrerais aller visiter.

- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐
- ☐

Merci !

Préparation de la visite

La plupart des employeurs n'ont pas l'habitude de recevoir des gens qui viennent simplement visiter leur entreprise, de sorte qu'ils ne sauront peut-être pas vraiment ce qui t'intéresse. C'est donc à toi de bien préparer cette visite.

Comment préparer ta visite :

- ✓ Revois les questions que tu veux poser.

- ✓ Rassemble tout ce qu'il te faut : liste des questions, stylo, bloc-notes et argent (pour l'autobus, le café ou le déjeuner).

- ✓ Renseigne-toi sur l'emplacement de l'entreprise et trace ton itinéraire. Pour cela, tu peux téléphoner à la compagnie de transport, consulter l'horaire des autobus et te renseigner auprès de diverses personnes.

Une fois sur place :

1. Sois ponctuel

2. Rappelle-toi que les gens sont au travail et qu'ils ne peuvent peut-être pas te consacrer beaucoup de temps. Tu dois donc te plier à leur programme. Par contre, si rien n'a été prévu pour ta visite, tu dois être en mesure de dire ce que tu veux faire (visiter l'usine, parler à plusieurs employés, etc.). Sois donc prêt !

L'employeur et l'employé

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Expérimentation

Objectif général : Connaître ses droits et obligations ainsi que ceux de l'employeur.

Objectifs spécifiques : Prendre connaissance des droits et obligations des employés et des employeurs.
Prendre connaissance des attentes des employeurs envers leurs employés.
Démystifier l'idée préconçue «travail = argent = liberté = bonheur».

Durée : 90 minutes

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.
   Présenter la personne-ressource et l'employeur.

2. Inviter la personne-ressource à présenter les normes du travail pertinentes pour les participants : droits et obligations des employeurs et des employés, salaire minimum, congés de maladie, congédiement, etc.

3. Inviter les jeunes à poser des questions.
4. Inviter l'employeur à présenter son milieu de de travail et à partager avec les participants ses attentes envers ses employés : formation, compétences, attitudes…

5. Après la période de questions, remercier la personne-ressource et l'employeur et conclure.

Retour sur l'activité : Après le départ de la personne-ressource et de l'employeur, recueillir les commentaires des participants sur la réalité du travail.

Exercice à la maison : Les participants peuvent **préalablement** préparer des questions à l'intention des personnes-ressources.

Recommandations : Lors du contact avec les personnes-ressources, préciser les objectifs, le type de clientèle et les informations pertinentes à présenter.
Choisir un employeur de la région.
Prendre soin de préciser aux jeunes que les exigences changent selon les employeurs et le type d'emploi.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait pouvoir nommer :

- ✓ quelques droits et obligations des employés et des employeurs ;
- ✓ quelques attentes que les employeurs peuvent entretenir envers leurs employés.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

La première journée

Thème : La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle

Sous-thème : Expérimentation

Objectif général : Apprendre comment se comporter au travail.

Objectifs spécifiques : Réfléchir sur les comportements à adopter dans un milieu de travail.
Identifier les comportements adéquats.
Prendre conscience de l'importance du sens des responsabilités sur le marché du travail.

Durée : 45 minutes

Matériel : Un grand carton et un crayon feutre
Feuilles *La première journée au travail, Au travail !* et *Obtenir et conserver un emploi*

Déroulement :

1. Présenter l'activité et ses objectifs.

2. Diviser le groupe en équipes de trois à quatre personnes.
   Distribuer un questionnaire par équipe et allouer du temps pour y répondre.

3. Revenir en groupe et discuter des réponses de chaque équipe.
   Inviter les jeunes à exprimer le raisonnement qui sous-tend la décision.

4. Élaborer avec le groupe une liste de consignes pour guider les comportements lors de la première journée… et des suivantes !

Inscrire sur un grand carton.

4. Compléter au besoin à l'aide de la feuille ci-jointe.

Retour sur l'activité : Réfléchir avec le groupe sur «obtenir et conserver» un emploi.

Recommandations : Sécuriser les participants au besoin.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait pouvoir :

- ✓ identifier les comportements adéquats à adopter dans un milieu de travail.
- ✓ reconnaître l'importance du sens des responsabilités sur le marché du travail.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

La première journée de travail

La secrétaire de M. Laurier t'a téléphoné pour t'annoncer que ta candidature a été retenue et que tu commenceras à travailler lundi. Cette nouvelle t'excite tellement que tu ne te souviens plus à quelle heure tu dois te présenter au travail. Que fais-tu ? Choisis une des trois réponses suivantes :

- Tu te rends pour 7 h ? □
- Tu te rends pour 9 h ? □
- Tu communiques avec la secrétaire, même au risque de passer pour un écervelé ? □

Tous les employés autour de toi sont des adultes. Tu es le seul adolescent. Comment te sens-tu dans cette situation ?

_____
_____
_____

Tu as un compagnon de travail qui est très charmant et très intéressant ; il aime beaucoup parler avec toi. Aussi, cachés dans un coin, vous passez quelquefois un bon moment à jaser. Votre patron appréciera-t-il que cette bonne entente règne entre vous ?

_____
_____
_____

Il y a beaucoup de choses que tu ne connais pas dans ce milieu de travail au début. Comment t'arrangeras-tu pour les apprendre ? Choisis une des deux réponses suivantes :

- En attendant et en regardant faire les autres ? □
- En posant des questions ? □

Comment t'habilleras-tu pour aller travailler la première journée ?

_____
_____
_____

Tu as commis une erreur que tu crois irréparable. Que feras-tu ? Choisis une des trois réponses suivantes.

- Tu resteras chez toi le lendemain ? □
- Tu ne diras rien comme ça on ne t'accusera pas ? □
- Tu iras voir ton employeur et lui avoueras ton erreur ? □

Le travail que tu fais est ardu. Tu regardes l'heure à toutes les cinq minutes, tu trouves le temps long. Comment solutionneras-tu ton problème ?

_____

_____

Tu dois prendre l'autobus pour te rendre à ton travail. Tu commences à travailler à 8 h 30 et l'autobus passe à 8 h 35 devant l'usine où tu dois te rendre. Que feras-tu ? Choisis une des trois réponses suivantes :

- Tu demandes à ton employeur la permission de commencer plus tard. □
- Tu arrives à 8 h 35, ce n'est pas si grave ? □
- Tu prends l'autobus une demi-heure plus tôt ? □

Au travail !

Donne-toi de bons instruments …

- Sois ponctuel et avertis à l'avance si tu ne peux pas te présenter au travail.
- Aie une tenue vestimentaire appropriée.
- Assure-toi de comprendre ce que tu as à faire et fais-le avec entrain.
- Pose des questions au besoin et écoute attentivement.
- Demande où tu peux ranger tes effets (manteau, lunch…).
- Donne ton numéro d'assurance sociale (NAS) à ton employeur si ce n'est déjà fait.
- Sois amical et poli avec tous tes collègues de travail.
- Évite les longues discussions personnelles avec les collègues ou au téléphone.
- Aie de l'organisation. Garde tes outils et ton aire de travail propres.
- Apprends en regardant les autres.
- N'essaie pas de tout apprendre à la fois.
- Si tu fais une erreur, avoue-le à ton responsable et apprend comment ne plus la répéter.
- Ne traîne pas sur l'heure du midi et ne te précipite pas à la sortie.

Souris !

Le travail est une nécessité économique,
un droit fondamental de l'Homme,
et un moyen d'épanouissement personnel !

Obtenir et conserver un emploi

Obtenir un emploi

À l'entrevue, il faut mettre en évidence :

- tes compétences professionnelles ;
- ta fiabilité ;
- ta capacité de prendre des initiatives ;
- ta loyauté ;
- ton attitude positive ;
- ta belle apparence ;
- ta capacité à travailler en équipe.

Conserver un emploi

Les qualités que tu as mises en évidence à l'entrevue sont aussi celles qui te permettront de le garder !
Les deux principales causes de renvoi sont :

- l'inaptitude à s'entendre avec les collègues de travail et les clients ;
- l'absentéisme.

Avoir de l'avancement

Pour avoir de l'avancement, il faut viser plus haut ! Il faut donc en faire un peu plus…

- Fais toujours de ton mieux dans l'emploi que tu occupes présentement et fais-le avec entrain.
- Sois aimable envers chacun et n'hésite pas à rendre service à tes collègues.
- Ne laisse pas tes émotions t'envahir. Sois sérieux et demeure à l'écart des controverses.
- Apprends tout ce que tu peux sur ton emploi actuel, sur celui que tu convoites et sur l'entreprise en général.
- Fais savoir à ton supérieur que tu es intéressé à avoir de l'avancement… sans toutefois avoir l'air insatisfait de l'emploi présent.
- Quand tu acceptes un travail, conserve-le pendant au moins un an. Les bonnes relations et les bonnes références sont essentielles pour l'avenir.

La vie au travail, comment ça va ?

Thème :	La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle
Sous-thème :	Expérimentation
Objectif général :	Réfléchir sur la réalité du travail sans diplôme d'études secondaires.

Objectifs spécifiques :	Échanger sur son vécu au travail. Comparer la vie au travail et la vie à l'école. Vivre une expérience de groupe.
Durée :	45 minutes
Matériel :	Feuille *Description de mon milieu de stage*
Déroulement :	1. Accueillir les participants. 2. Présenter l'activité et ses objectifs. 3. Chaque participant présente son milieu de travail. Utiliser la feuille ci-jointe. 4. Échanger sur les réussites et les difficultés déjà rencontrées. Explorer aussi les sentiments vécus : fierté, déception, ambivalence, etc. 5. Comparer la vie au travail et celle à l'école.
Retour sur l'activité :	Rappeler l'importance de la motivation et de la planification.

Exercice à la maison : Encourager les jeunes à noter quotidiennement dans leur journal de bord leurs apprentissages du jour et un mini-objectif pour le lendemain.

Recommandations : Tenir cette activité environ une semaine après le début de l'expérimentation du travail.
Créer une atmosphère de soutien et de partage, surtout si certains participants ont rencontré des difficultés au travail.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Adaptation et commentaires :

Description de mon milieu de stage

Les produits fabriqués ou les services offerts :

_____

_____

Le nombre d'employés : _____

Les heures de travail du stagiaire par opposition aux heures d'ouverture de l'entreprise : _____

Les tâches effectuées par le stagiaire

_____

_____

Les particularités du milieu

_____

_____

La situation géographique

_____

_____

La clientèle (homme, femme, âge moyen, provenance, etc.)

_____

_____

Autres commentaires

_____

_____

Retour sur le stage

Thème :	La connaissance du marché du travail et l'orientation professionnelle
Sous-thème :	Expérimentation
Objectif général :	Analyser l'expérience de travail vécue

Objectifs spécifiques :	Réfléchir sur son expérience de travail. Connaître d'autres milieux de travail que le sien. Évaluer son expérience et revoir son plan de carrière à la lumière de celle-ci.
Durée :	60 minutes
Matériel :	Feuille *Mon milieu de stage* et le questionnaire d'auto-évaluation *Ton stage, raconte-moi* L'exercice de l'activité «Objectif : plan de carrière»
Déroulement * :	1. Présenter l'activité et ses objectifs. 2. Présenter les photos. Le participant explique les photos et donne ses commentaires lorsqu'ils est question de son milieu de stage. Utiliser la feuille *Mon milieu de stage*. 3. Discuter des apports du stage en utilisant le questionnaire d'auto-évaluation *Ton stage, raconte-moi*.
Retour sur l'activité :	Valoriser les réussites et les progrès. Amener les participants à considérer comment cette expérience influencera leur plan de carrière.

***** *L'intervenant aura **préalablement** pris des photos dans tous les milieux de stage des participants.*

Exercice à la maison : Le questionnaire d'auto-évaluation *Ton stage, raconte-moi* peut être **préalablement** rempli et servir à une discussion après le diaporama.

Recommandations : L'exercice «Objectif : plan de carrière» peut être repris ici à la lumière des apprentissages faits en stage.

Évaluation : Au terme de cette activité, le participant devrait être en mesure de :

- ✓ connaître d'autres milieux de travail que le sien ;
- ✓ être en mesure de revoir son plan de carrière à la lumière de son expérience.

Référence : Bourget, N. et autres (1990)

Mon milieu de stage

1. Le nom et l'emplacement de ton milieu de travail

_____
_____
_____

2. Quel est l'emploi que tu occupes, quelles sont tes tâches ?

_____
_____
_____

3. Quelles sont tes relations avec tes copains de travail ?

_____
_____
_____

4. Comment te sens-tu traité dans ton milieu de travail ?

_____
_____
_____

5. Qui t'aide le plus dans ton travail ?

_____
_____

6. Qu'as-tu appris au cours de ton stage ?

_____
_____
_____

7. Aimerais-tu occuper ce genre de travail pendant 20 ans ? Pourquoi ?

_____
_____
_____

8. L'expérience vécue est-elle valorisante ?

_____
_____
_____

9. Était-ce comme tu t'y attendais ?

_____
_____
_____

Sites Internet concernant le marché du travail et la formation

Emploi Québec *– Guide pratique de recherche d'emploi*
http://emploiquebec.net/Guide/fr/accueil.htm

Il s'agit d'un site très complet concernant la recherche d'emploi. Il contient plusieurs outils et conseils pratiques présentés en sept étapes :

1) Exercices pour définir les forces et les intérêts
    - les domaines d'emploi
    - les points forts
    - le profil RIASEC (de Holland)
    - la mise en situation
2) Comment se renseigner sur le marché du travail ?
3) Les outils pour se faire connaître (curriculum vitae, lettre de présentation, formulaire de demande d'emploi…)
4) Pour trouver les emplois cachés / où trouver les offres d'emploi ? (centre local d'emplois, journaux et Internet, pistes et trucs pour se trouver un emploi, courrier électronique, entrevue téléphonique…)
5) L'entrevue (préparation à l'entrevue, prévoir les questions, le déroulement de l'entrevue, le suivi…)
6) Faites-vous valoir dans votre nouvel emploi
7) Comment surmonter les difficultés ?

Monemploi.com *– Professions et formations*
http://www.monemploi.com/ma_formation/programmes/default.html

Ce site comprend toute la documentation nécessaire concernant les professions et les formations disponibles au Québec notamment :

- exploration des formations ;
- exploration des programmes de profession ;
- exploration des établissements de formation.

Il est notamment questions des programmes de formation :

- secondaire professionnel ;
- collégiale technique ;
- préuniversitaire ;
- DEC-BAC ;
- universitaire.

Pour chaque profession, des précisions sont apportées concernant notamment :

- les compétences à acquérir ;
- les éléments du programme ;
- l'admission ;
- les établissements qui offrent le programme ;
- les professions reliées à cette formation ;
- les endroits de travail ;
- le salaire ;
- les statistiques d'emploi.

VOLET PARENT

Introduction

Ce volet s'adresse à tous les intervenants auprès de parents d'élève vulnérables à l'abandon scolaire qui se montrent intéressés à s'impliquer auprès de leur adolescent et de son environnement scolaire. Toutefois, il serait souhaitable que ce volet soit complété par un programme qui aide l'équipe-école à collaborer avec les parents.

Le but ultime de ce volet est de permettre aux parents de s'impliquer auprès de leur adolescent et de devenir des collaborateurs compétents à l'action éducative menée auprès d'eux. Afin de développer le sentiment de compétence des parents, nous devons, entre autres choses, soutenir et outiller les parents et favoriser chez ces derniers le développement et la pratique des habiletés nécessaires au soutien de la réussite scolaire de leur adolescent.

Le but de ce volet cadre bien avec les rôles que les parents sont appelés à jouer en matière d'éducation selon les politiques du MEQ :

1. Contribuer au cheminement scolaire de leur adolescent, par exemple :

    - Démontrer leur intérêt en accordant de la valeur aux apprentissages scolaires.
    - Soutenir leur adolescent dans son travail à la maison.
    - Créer à la maison une atmosphère propice à l'étude.
    - Rencontrer les professeurs à l'occasion.

2. Accroître leur participation au niveau du fonctionnement et du développement de l'environnement scolaire, par exemple :

    - Participer à différents comités et siéger aux tables de discussion du projet éducatif de l'école.

Plusieurs motifs nous incitent à mettre sur pied un programme qui favorise l'implication des parents auprès de leur adolescent et de son environnement scolaire. Nous pouvons les regrouper en deux grandes catégories : l'implication des parents stimule la réussite et les parents ont besoin d'être soutenus dans leur rôle d'éducateur.

Les études des 25 dernières années démontrent de façon convaincante que l'implication des parents influence positivement les apprentissages, les attitudes face à l'école et les aspirations scolaires des jeunes. Elle démontrent également que les parents sont la première source d'influence de la motivation du jeune à apprendre et que leur implication a un impact positif sur le sentiment de compétence et le désir de réussite de l'élève.

De plus, le parent est un éducateur de premier plan insuffisamment supporté dans le développement de son potentiel et de ses compétences. Les parents réclament donc de plus en plus d'avoir accès à des services qui les aident à mieux soutenir leur adolescent.

Finalement, l'implication parentale présente d'autres avantages. Elle permet, entre autres, de départager les responsabilités parents-enseignants et d'assurer une continuité entre l'école et la maison en matière d'éducation.

Le volet parent comprend deux grandes parties. Dans un **premier temps**, nous présentons des informations générales relatives à des principes d'intervention et d'animation, aux caractéristiques de la clientèle, à la formation du groupe et au déroulement des rencontres. Ces informations devraient aider à mettre sur pied votre groupe de parents. Dans un **deuxième temps**, nous exposons les activités. Elles sont présentées sous l'un des cinq thèmes suivants :

1. Les personnes qui soutiennent les apprentissages de l'adolescent.
2. L'environnement scolaire et familial le plus favorable à la réussite de l'adolescent.
3. La collaboration entre les parents et les professeurs.
4. L'implication des parents à l'école.
5. La communication parents-adolescents.

Les activités visent ultimement le développement des compétences parentales à soutenir la réussite scolaire de leur adolescent. De façon plus spécifique, les activités poursuivent les objectifs suivants :

1. Prendre conscience des responsabilités et des droits qui appartiennent aux parents.
2. Accroître l'implication des parents auprès de leur adolescent et de son environnement scolaire.
3. Apprendre à résoudre des conflits de façon créative.

Il s'agit d'activités utiles et pratiques offrant des moyens et des suggestions pour déclencher et alimenter les réflexions et les échanges entre les parents.

Bien entendu, l'intervenant demeure libre de choisir, seul ou avec la collaboration des parents, parmi les activités suggérées, celles qui correspondent le mieux aux besoins, intérêts et objectifs du groupe. Au besoin, l'intervenant peut utiliser les textes d'appui présentés en annexe pour créer ses propres activités.

Pour plus de détails concernant la structure même des activités, veuillez référez à la section ***Présentation*** de ce guide.

Les principes d'intervention avec et auprès de la famille

L'approche privilégiée dans ce volet est celle dite communautaire. Elle repose principalement sur le principe d'appropriation.

Les énoncés du questionnaire *Ma conception de l'intervention* ont été élaborés pour vous permettre d'identifier rapidement si votre conception de l'intervention correspond à celle préconisée dans ce volet.

Une réponse positive à la plupart des énoncés signifie que votre conception de l'intervention est compatible avec celle qui a inspiré l'élaboration du volet parent. Vous pourrez donc vous sentir à l'aise de l'utiliser.

Si ce n'est pas le cas, nous vous recommandons de prendre le temps de préciser votre conception de l'intervention ainsi que les principes qui la régissent, car il s'agit de deux aspects qui influencent notablement la relation que vous établirez avec les parents.

Ma conception de l'intervention

Cochez les énoncés auxquels vous accordez de l'importance lorsque vous intervenez auprès d'un groupe de parents ou animez celui-ci.

- □ Se préoccuper davantage des besoins des parents que du contenu à l'ordre du jour.
- □ Reconnaître et valoriser les contributions des parents.
- □ Respecter les différences entre les parents.
- □ Encourager les parents à être des ressources les uns pour les autres.
- □ Reconnaître ouvertement et valoriser les apports et les initiatives des parents.
- □ Permettre aux parents d'être des partenaires actifs.
- □ Reconnaître les parents en tant que premiers responsables de leur enfant.
- □ Solliciter la participation des parents quant au contenu et au déroulement des rencontres.
- □ Faire circuler les informations susceptibles d'accroître les connaissances et compétences des parents.
- □ Apprécier à leur juste valeur les efforts des parents à soutenir leur enfant.
- □ Construire avec eux et développer une connaissance de leur vécu quotidien réel. Aller voir si la pratique colle à la théorie.

Les grands principes d'animation

Principalement, il s'agit de faciliter les échanges et la réflexion de façon à laisser les parents se sensibiliser et découvrir les facteurs ou les conditions qui favorisent la réussite scolaire de même qu'à développer ensemble des moyens de stimuler le succès de leur adolescent. La richesse des rencontres dépend beaucoup de la contribution de chacun.

Vous trouverez, à la page suivante, quelques critères liés au style d'animation.

Ces critères soutiennent les principes d'intervention et favorisent la pleine participation des parents.

Ils vous permettront de juger si votre style d'animation offre plusieurs occasions aux parents de se valoriser, de se prendre en main, de développer leurs compétences, de reprendre du contrôle sur leur vie et de briser leur isolement.

Critères liés au style d'animation

- Laisser suffisamment de temps pour le partage et la discussion. Offrir aux parents des occasions de contribuer au succès de la rencontre par leurs idées, leurs expériences, leurs informations.
- Permettre aux gens de se connaître et de créer des liens qui brisent l'isolement en ne surchargeant pas la rencontre.
- Relancer le groupe lorsqu'une question vous est posée pour permettre aux parents d'apprendre avec et par les autres.
- Faire en sorte que les parents soient les principaux artisans d'un projet collectif, par exemple en ne laissant pas se perdre la qualité de leurs interventions, de leurs réflexions et de leurs suggestions au fil des rencontres.
- Se joindre aux parents dans la recherche active de solutions à un parentage plus satisfaisant.
- Communiquer dans un langage simple les informations qui enrichissent la compréhension des parents. Distribuer textes et matériels intéressants.
- Chercher à en savoir plus sur leurs tentatives, essais et erreurs jusqu'à maintenant.
- Écouter ce qu'ils disent et établir une relation d'égal à égal avec eux.
- Attribuer la valeur méritée aux questions, solutions et stratégies suggérées par les parents.
- Miser sur les ressources et les forces des parents.
- Procurer aux parents tout l'appui dont ils ont besoin pour mener à terme leur projet.

Caractéristiques de la clientèle

Les parents ont besoin de savoir ce qui les attend lors des rencontres. Ils aiment avoir une idée des apprentissages qu'ils vont réaliser. Ils ont leurs propres intérêts et valeurs et souhaitent que l'intervenant en tienne compte. Ils ont besoin de sentir qu'ils peuvent apprendre et réussir. Les parents vous diront qu'ils comprennent mieux quand ils ont un support visuel et quand on leur donne des exemples concrets. Ces parents développent toutes sortes de stratégies pour faire face à des conditions de vie parfois brutales. Ils ont besoin d'être reconnus dans leurs essais et erreurs. Ils ont besoin de savoir que leur expérience de vie est valable.

Un intervenant qui respecte les parents et qui prend en considération les caractéristiques et besoins des parents :

- Tient compte de leurs intérêts lors de la programmation.
- Sécurise les parents en leur disant clairement ce qui va se passer et pourquoi.
- Adapte les contenus au vécu des parents.
- Permet que les apprentissages se fassent en échangeant, en réfléchissant et en s'exerçant.
- Permet aux parents de contribuer au succès des rencontres.

Le recrutement

Plusieurs questions se présentent à notre esprit au moment de recruter les parents. Entre autres, «Devons-nous retenir uniquement les familles qui manifestent de l'intérêt à s'impliquer dans une démarche quelconque ?», «Comment s'y prend-on pour rejoindre les parents, principalement ceux qui ne viennent pas d'eux-mêmes rencontrer les intervenants ?», «Comment établir un premier contact avec les parents ?». Nous ne pouvons pas répondre directement à de telles interrogations puisqu'il s'agit de choix personnels qui appartiennent à l'intervenant, ce dernier devant tenir compte du milieu dans lequel il travaille. Cependant, nous pouvons vous transmettre quelques informations susceptibles de vous aider à faire vos propres choix.

Il existe deux grandes catégories de recrutement : le sélectif et le non sélectif. Si vous choisissez le recrutement sélectif vous devrez établir différents critères de sélection. Par exemple, vous pouvez sélectionner les parents selon les deux critères suivants :

- Les parents d'élèves identifiés à risque faible ou élevé ;
- Les parents démontrant un intérêt à participer.

Le recrutement non sélectif est plus simple à réaliser et consiste à lancer l'invitation à tous les parents intéressés par les thèmes de vos rencontres.

Il va sans dire que chaque type de recrutement présente des avantages et des inconvénients. Parmi les avantages du recrutement sélectif et si on tient compte des deux critères émis précédemment, l'intervenant s'assure une clientèle de parents assidus et directement concernés par le sujet. Parmi les inconvénients, il convient de se demander quels sont les objectifs du programme. S'agit-il d'obtenir un taux de réussite satisfaisant auprès des parents ou bien s'agit-il prioritairement de venir en aide aux parents dont les enfants en ont le plus besoin ?

Quant au recrutement non sélectif, il permet à l'intervenant de rejoindre un plus grand nombre de parents. Cependant, il est possible que, selon le temps dont il dispose pour soutenir les parents, il ne puisse satisfaire les besoins de chacun. À vous de faire un choix judicieux.

Nous suggérons de consacrer une partie seulement de votre énergie à recruter les parents plus difficiles à rejoindre et à impliquer. Ainsi, le niveau de difficulté auquel vous aurez à faire face pour une première expérience d'animation d'un groupe de parents ne sera pas trop élevé et vous aiderez les parents dont les besoins d'être soutenus dans leur rôle parent-éducateur sont les plus élevés.

Si les parents ne manifestent pas d'intérêt à s'impliquer, cherchez le filon pouvant stimuler leur désir d'implication. Peut-être est-il préférable de les aborder sous l'angle de leurs inquiétudes face à leur adolescent ?

Les techniques de recrutement

Le recrutement des parents, plus particulièrement ceux dont l'implication ne va pas de soi, pose un défi de taille.

Il existe une variété de techniques de recrutement pour inciter les parents à participer à des rencontres. Voici quelques stratégies utilisées couramment :

Courriel

Aujourd'hui, la plupart des gens ont un courriel et il s'agit souvent du meilleur moyen d'entrer en contact avec ceux-ci. De plus, la transmission est immédiate.

Lettre

Porter une attention particulière, lors de l'invitation, à la clarté de la convocation. Identifier clairement **qui les invite** à la rencontre, l'objet de la rencontre et, si possible, l'ordre du jour.

Bouche à oreille

Rien de mieux qu'un parent pour en attirer d'autres. Créer un réseau de parents. Contacter un parent et il invite d'autres parents.

Porte à porte

Dans ce type de recrutement, développé en milieux communautaires, l'intervenant suggère aux participants d'un groupe de parents de faire du porte à porte dans leur quartier pour inviter d'autres parents aux rencontres.

Dépliant et affiche

Voici les principales qualités de ces outils de recrutement : attirants, concis, clarté du texte, nom et numéro de téléphone du responsable.

Le premier contact avec les parents

Le premier contact avec les parents est très important. C'est lui qui va, en partie, déterminer si les parents vont revenir ou non. Cette rencontre peut se dérouler à l'école ou au domicile des parents selon les besoins et particularités de chacun.

Voici quelques points de repère pour aider à la préparation et à l'animation d'une première rencontre à l'école ainsi qu'au domicile des parents.

À l'école

1. Accueillir les parents. Présenter globalement le projet qui nous amène à nous réunir.
2. Aller chercher chacun des parents dans sa motivation personnelle à assister à une première rencontre de groupe de parents. Cela peut se faire sous la forme d'un sondage en direct.

   Aborder les parents d'une façon personnelle et individuelle dans un contexte de groupe. Cette approche permet aux gens de créer des liens entre eux selon les intérêts communs et les affinités. Elle permet également à l'animateur de sonder la pression du groupe : lorsque les gens s'ouvrent facilement, il est plus opportun de former des sous-groupes plus grands que lorsque les gens présentent des difficultés à parler en grand groupe.

   N'oubliez pas que le défi à cette étape consiste à créer dès le début une complicité entre les participants !

3. Amorcer le travail en sous-groupe. Proposer une formule de regroupement, un exercice à réaliser et fixer un temps pour le retour en grand groupe. Par exemple : en sous-groupe de trois, chaque parent se présente, indique ses attentes face aux rencontres (durée, jour, déroulement) et identifie les thèmes qu'il voudrait voir aborder. L'intervenant peut offrir une liste de suggestions de thèmes pour faciliter la tâche aux parents.

4. Retour en grand groupe. Faire la synthèse des besoins et intérêts des parents. S'entendre ensemble sur le contenu et le déroulement global des rencontres. Ouvrir sur d'autres rencontres.

5. Remercier les gens de s'être déplacés, offrir vos commentaires quant au déroulement de la soirée et résumer les décisions prises en ce qui a trait aux suites à donner à cette rencontre.

Au domicile des parents

Sortir des sentiers battus et visiter les parents à domicile peut s'avérer un excellent moyen de rejoindre ceux qui sont les plus difficiles à contacter. Aller dans le milieu familial peut également nous aider à mieux connaître, mieux voir et mieux saisir la réalité dans laquelle le jeune vit.

Cependant, il ne s'agit pas de s'improviser thérapeute familial, encore moins de s'imposer subtilement à la famille. Il s'avère donc judicieux de se questionner sur l'à propos d'une visite à domicile en fonction du mandat qui nous est confié et de nos compétences ! Bien sûr, il revient une fois de plus à l'intervenant de juger en fonction des situations qu'il rencontre, lesquelles sont propices à l'intervention à domicile et lesquelles ne le sont pas.

Comment allons-nous établir le premier contact avec ces parents dont l'histoire scolaire est peu reluisante et rappelle de mauvais souvenirs ? Comment allons-nous amener progressivement ces parents à se sentir compétents dans leur rôle de parent-éducateur et à s'impliquer davantage ?

Voici quelques balises qui s'adressent aux intervenants qui choisissent de se rendre sur le terrain familial. Ces intervenants mettent plus de chance de leur côté s'ils :

- offrent à la famille le choix entre une rencontre à domicile et une rencontre à l'école ;
- savent clairement pourquoi ils souhaitent rencontrer la famille et qu'ils ne perdent pas de vue leurs objectifs en cours de route ;
- annoncent clairement aux parents les objectifs de la rencontre ;
- déterminent avec les parents quelles sont les personnes qui peuvent se sentir concernées par cette rencontre et les invitent ;
- prévoient du matériel ou des sujets concrets de discussion avec les parents : résultats de questionnaire, questionnaire à remplir…;
- mettent l'accent sur les ressources et les points forts du jeune et non pas seulement sur les points à améliorer ;

- demeurent flexibles dans leur approche pour répondre à des besoins ponctuels et, au besoin, pour référer à d'autres ressources ;
- prennent le soin de préciser pour eux et pour la famille leur rôle ainsi que les limites ou le cadre dans lequel se situent leurs interventions ;
- précisent dans quel esprit ils vont rencontrer la famille en demeurant conscients de l'histoire rattachée aux visites à domicile.

La formation du groupe et la fréquence des rencontres

Plus qu'un rassemblement d'individus, le groupe doit avoir un but commun. Dans le cas qui nous occupe, le désir de s'impliquer auprès de leur adolescent et de son environnement scolaire. Le groupe s'avère également un moyen de briser l'isolement des parents, c'est pourquoi il est important de favoriser le développement d'un sentiment d'appartenance.

Le nombre de participants est un facteur important de la composition d'un groupe. Les recherches indiquent qu'un maximum d'échanges et de relations est atteint lorsque le nombre de participants se situe entre cinq et dix.

Un groupe trop petit est vulnérable aux absences et aux abandons et suscite moins d'échanges variés, alors qu'un groupe trop grand présente moins d'occasions pour chacun de prendre la parole, de recevoir de l'attention et d'obtenir une réponse à ses besoins.

Si vous en êtes à vos débuts, nous vous suggérons de vous associer avec un collègue, de commencer avec un petit groupe que vous pourrez élargir lorsque vous aurez acquis plus d'expérience et de travailler en sous-groupe si le nombre de participants est trop élevé.

De plus, les rencontres doivent se faire de façon assez rapprochée et en nombre suffisant si on souhaite favoriser la création de liens et l'établissement d'un climat de confiance entre les participants.

Il faut un certain nombre de rencontres (au moins cinq) pour que l'intervenant devienne une personne significative aux yeux des parents. Il faut donc miser sur les facteurs temps et constance.

Il faut faire attention de ne pas surcharger les parents et de tenir compte des besoins exprimés par chaque groupe.

Le déroulement des rencontres

Il est recommandé que les rencontres avec les parents se déroulent toutes sensiblement de la même façon. En effet, la structure des rencontres s'avère importante car elle sécurise les parents. Ainsi, nous proposons la séquence suivante :

1. Prise de contact
2. Présentation de l'activité et des objectifs
3. Réalisation de l'activité
4. Pause
5. Discussion en groupe
6. Retour et évaluation
7. Suggestion d'un exercice à la maison
8. Conclusion et relance

Puisque le *canevas* d'ensemble des activités a été introduit dans la section ***Présentation***, nous nous contenterons d'attirer l'attention sur les éléments suivants du déroulement suggéré : la pause, le retour et l'évaluation, l'exercice à la maison et la relance.

La **pause** est très importante car elle sert à favoriser la création de liens entre les parents à travers des échanges informels. Les pauses cimentent l'esprit du groupe qui est un excellent stimulant à la participation des parents. Ainsi, les pauses ne devraient pas être escamotées pour quelques motifs que ce soient.

Le temps consacré au **retour** et à l'**évaluation** est également très important. Le retour permet aux parents de faire le point à propos de ce qu'ils ont appris et ressentis lors de la rencontre et d'identifier ce qu'ils en retiennent. Il est conçu pour soutenir l'intégration des apprentissages. Quant à l'évaluation, elle renseigne sur les aspects de la rencontre que les parents ont aimé le plus ou qui ont été les plus difficiles. L'occasion est offerte aux parents pour qu'ils expriment leur niveau de satisfaction en regard du déroulement et du contenu de la rencontre.

À la fin, l'animateur peut faire part de ses observations au groupe. Il peut en profiter pour souligner, à l'aide d'exemples concrets, les contributions des parents. Il peut également faire ressortir les idées-clés de la rencontre et offrir aux

parents un résumé (sous forme des traitement de texte) des éléments à retenir lors de la rencontre suivante.

L'**exercice à la maison** veut permettre aux parents la mise en pratique, entre les rencontres, d'une chose qu'ils ont apprise. L'exercice à la maison se veut plus flexible qu'un devoir tout en visant sensiblement le même but. Il n'est pas obligatoire, mais il est présenté comme un outil qui peut aider les parents dans leur cheminement, par conséquent nous le recommandons fortement.

De plus, il vise à encourager les parents à généraliser leurs apprentissages à la vie de tous les jours.

Enfin, avant de clore la rencontre, nous recommandons d'effectuer la **relance**, c'est-à-dire annoncer ou rappeler aux parents la date, le lieu, l'heure et le thème de la prochaine réunion.

Les activités

Avertissement

La majorité des activités du volet parent sont des traductions et adaptations tirées de Family Matters Project : Cooperative Communication between Home and School, New York Cornell Cooperative Extension.

Toutefois, ce programme a été traduit en totalité par la Commission des écoles protestantes du grand Montréal. Ainsi, en plus des activités s'adressant aux parents, il y a celles à l'intention de l'équipe-école.

Activité d'accueil

Faisons connaissance !

Thème : Accueil

Objectifs : Familiariser les participants avec le contenu des rencontres.
Créer un contact entre les membres du groupe.
Faire connaissance avec les membres du groupe.

Durée : 20 minutes

Matériel : Feuille d'exercice *Je te présente*

Déroulement : J'aimerais bien vous connaître et je pense que vous aimeriez vous connaître les uns les autres. Je vais vous remettre une feuille d'exercice sur laquelle vous retrouverez cinq questions. J'aimerais que vous vous placiez en équipe de deux avec votre voisin de gauche et que vous discutiez pendant 5 minutes avec celui-ci, afin de répondre aux questions. Par la suite, j'aimerais que vous présentiez votre coéquipier à l'ensemble du groupe, en fonction des questions que vous lui avez posées.

Je te présente

S'il vous plaît, limitez votre discussion à environ cinq minutes.

1. Quel est ton nom ? :
   _____

2. Combien d'enfant(s) as-tu et quel âge ont-ils ? :
   _____

3. Quels sont tes objectifs visés en participant aux rencontres de groupe ? :
   _____
   _____
   _____

4. Que fais-tu dans la vie (travail, loisirs, passe-temps, etc.) ? :
   _____
   _____
   _____
   _____

5. Les autres disent de moi que je suis…
   _____
   _____

Les personnes qui soutiennent les apprentissages de l'adolescent

Partage d'expériences d'apprentissage à la maison

Thème : Les personnes qui soutiennent les apprentissages de l'adolescent.

Objectifs : Reconnaître que des apprentissages ont lieu lorsque les parents partagent des activités quotidiennes avec leur adolescent.
Expérimenter le sentiment de valorisation qui accompagne l'échange d'expériences avec d'autres parents.

Durée : 60 minutes

Déroulement : J'aimerais que vous pensiez à une activité que vous avez faite dernièrement avec votre adolescent et qui lui a permis d'apprendre quelque chose tout en étant agréable pour vous deux.

Discussion en groupe : *(questions facultatives)* Encourager les gens à partager leurs expériences pendant une quinzaine de minutes.

1. Qu'est-ce que votre enfant a appris à partir de cette expérience ?
2. Est-ce que quelqu'un d'autre a vécu quelque chose de semblable ? Comment était-ce ?

Exercice à la maison : Prendre quelques minutes pour partager avec votre partenaire une de vos préoccupations concernant votre relation avec le milieu scolaire de votre adolescent.
Partager de nouvelles activités avec votre adolescent.

Référence : Dean, C.

Qui aide mon adolescent à apprendre ?

Thème : Les personnes qui soutiennent les apprentissages de l'adolescent

---

Objectifs : Identifier les différentes personnes qui aident un adolescent dans ses apprentissages y compris les parents.

Durée : 60 minutes

Matériel : Cartons verts et oranges

Consignes : J'aimerais que vous vous divisiez en sous-groupes de deux à trois personnes.
Au cours des vingt prochaines minutes, vous devrez identifier toutes les personnes qui aident votre adolescent dans ses apprentissages.
Chaque sous-groupe aura un ensemble de cartes vertes sur lesquelles sont inscrits des rôles (père, sœur, professeur, voisin, etc.) ainsi que des cartes oranges qui décrivent certaines habiletés (apprendre à se faire des amis, apprendre à terminer ce que l'on entreprend, prendre des responsabilités, etc.). On étend tout d'abord les cartes vertes sur une table et on retourne la première carte du paquet. Ensuite, un participant pige une carte orange et décrit de quelle façon la personne inscrite sur la carte verte aiderait un enfant à développer l'habileté qui apparaît sur la carte pigée. Il peut être utile d'avoir un de ses enfants en tête avant de piger une carte orange.

Discussion en groupe : *(questions facultatives)*

Animer une discussion concernant le rôle des parents au niveau des apprentissages de leur enfant.

1. Qui aide ton enfant à apprendre ? Faire une liste au tableau.
2. Est-ce que des personnes de ton groupe ont une opinion différente concernant les personnes qui aident les jeunes à apprendre ?

Exercice à la maison :

Exprimer à votre conjoint ou à un voisin à quel point vous appréciez sa contribution aux apprentissages de votre adolescent.

Référence :

Dean, C.

Le cercle social de mon adolescent

Thème : Les personnes qui soutiennent les apprentissages de l'adolescent

---

Objectifs : Identifier les personnes qui font partie du réseau social de l'adolescent.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuille d'exercice *Le cercle social de mon adolescent*

Déroulement : Épingler la feuille d'exercice sur le mur devant le groupe.

Première partie : Cercle social

Nous utiliserons *Le cercle social de mon adolescent* pour étudier les différents stress ainsi que le réseau de support individuel de votre adolescent.

Demandez aux parents d'écrire le nom d'un de leurs enfants en petites lettres au centre du cercle intérieur.

Ce cercle représente la **famille** immédiate de l'enfant. Les gens à l'intérieur de ce cercle vivent habituellement sous le même toit ; cependant le cercle peut être divisé en deux si l'enfant vit à deux endroits différents. Demandez aux parents de compléter le cercle avec les noms des membres de la famille.

Le deuxième cercle représente le réseau **informel** de l'enfant. Ce sont des gens dont il se sent proche et qui ne font pas partie de sa famille immédiate. Ces gens influencent l'enfant positivement ou négativement. Il peut s'agir d'un grand-parent, d'un voisin, d'un petit ami, d'une tante, d'un cousin, etc. Demander aux parents de compléter le cercle avec les noms de personnes qui composent le réseau informel de l'adolescent.

Le troisième cercle constitue le réseau **formel** de l'enfant. Ce sont les institutions, les agences ou les organismes auxquels l'enfant est rattaché. Par exemple : le professeur, la travailleuse sociale, le médecin, un patron, etc. Mentionner que chacun peut remplir son cercle différemment. En effet, pour certaines personnes, le travailleur social est inscrit dans le deuxième cercle car c'est quelqu'un de *significatif*. Demander aux parents de compléter le cercle avec les noms de personnes qui composent le réseau formel de l'adolescent.

<u>Deuxième partie :</u> Les qualités

Enfin, demander aux parents de prendre quelques minutes et de penser aux qualités qu'ils aimeraient voir chez leur adolescent. Demander aux parents de partager leur découverte et écrivez les qualités au tableau. Quand l'exercice est terminé, faites ressortir que :

- Les qualités qu'ils ont identifiées reflètent leurs croyances et leurs valeurs personnelles.
- Ils ont certaines valeurs communes

Demander cette fois aux parents d'identifier les qualités que les enseignants et que leur adolescent

voudraient avoir. Faites une liste au tableau à partir de ce que les parents ont partagé.

Suite à l'exercice, faites ressortir que les qualités reflètent les valeurs de la société de la même façon qu'elles sont le reflet des valeurs des écoles.

Demander aux parents d'ajouter ces valeurs dans le quatrième cercle.

Discussion en groupe :
(questions facultatives)

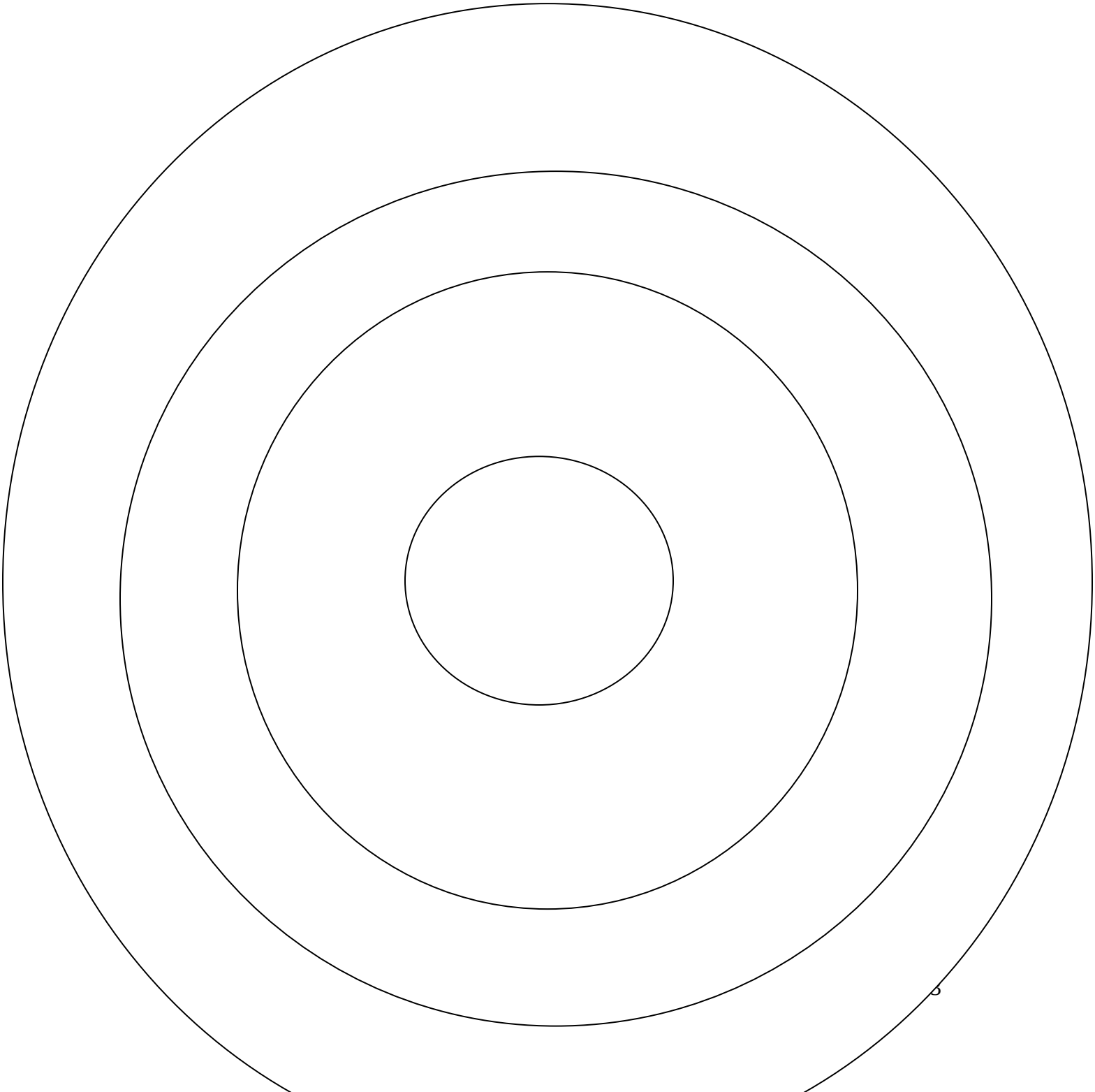
Comparer les deux listes :

1. Y a-t-il des différences ? Des similarités ?
2. Qu'est-ce que les similitudes et les différences signifient en ce qui concerne les relations actuelles entre les parents et leur adolescent ?
3. Est-ce que chaque enseignant reflète toujours les valeurs de l'école où il travaille ?
4. Qu'est-ce que cet exercice vous apprend concernant la connaissance que vous avez de votre adolescent et de son réseau social ?

Exercice à la maison : Vous pouvez discuter avec quelqu'un qui est proche de votre adolescent de son *cercle social*.

Référence : Dean, C.

Le cercle social de mon adolescent



L'environnement scolaire et familial le plus favorable à la réussite de l'adolescent

La classe idéale

Thème : L'environnement scolaire et familial le plus favorable à la réussite de l'adolescent

---

Objectifs : Encourager les parents à définir la classe idéale pour leurs enfants.
Établir la différence entre les aspects de leur classe idéale qui sont nécessaires et ceux qui sont superflus ou irréalistes.

Durée : 60 minutes

Matériel : Texte *La classe idéale*

Déroulement : Cette activité porte sur l'éducation que chacun de vous souhaite pour son enfant. Nous nous arrêterons donc à vos valeurs et à ce qui est important pour vous. Quelques-unes de vos valeurs viennent de votre :

- expérience
- entourage
- téléviseur, magazine
- propre expérience scolaire

Commençons par nous imaginer ce que seraient l'école et la classe idéale pour votre enfant. Cette école va refléter ce qui est important pour vous. Ainsi, votre idéal risque d'être différent de celui des autres. Choisissez un de vos enfants et gardez à l'esprit que nous avons probablement tous une idée ou une image différente de ce qui est le mieux pour

notre enfant. Je vais vous lire un texte qui va vous aider à imaginer la classe idéale. Si à un moment ou l'autre vous souhaitez arrêter, vous n'avez qu'à ouvrir vos yeux.

Discussion en groupe : *(questions facultatives)*

Demander si quelqu'un veut partager sa fantaisie. Si personne ne se porte volontaire, encouragez la discussion en posant quelques questions.

1. De quelle façon décrivez-vous la classe idéale ?
2. De quelle façon enseigne-t-on le français dans cette classe ?
3. De quelle façon décrivez-vous le reste de l'école ?
4. De quelle façon votre enfant apprend-il dans cette classe ?
5. De quelle façon cette classe se différencie-t-elle des classes que vous fréquentiez lorsque vous étiez enfant ?

Exercice :

Suite aux descriptions des parents, mentionnez que la réalité est différente de la fantaisie à plusieurs égards. Il n'est pas toujours possible de rejoindre les critères de la classe idéale. Toutefois, nous pouvons travailler avec les enseignants afin de promouvoir la meilleure classe possible.

Placez-vous deux par deux. Décrivez à votre partenaire votre classe idéale et dites-lui quelles sont les caractéristiques de cette classe qu'il serait raisonnable de vouloir obtenir et celles qui existent déjà dans la classe de votre enfant.

Discussion en groupe : *(questions facultatives)*

Animer la discussion concernant les caractéristiques de la classe que les parents considèrent nécessaires.

1. Quelles sont les caractéristiques de votre classe que vous avez qualifiées de superflues ?
2. Quelles caractéristiques sont déjà en place ?
3. Quelles caractéristiques les professeurs de votre enfant voudraient également voir s'améliorer ?
4. De quelle façon pourriez-vous travailler ensemble

sur ces améliorations ?

Référence : Dean, C

La classe idéale

Imaginons que c'est possible d'avoir une classe idéale. Concentre-toi en pensant à un de tes enfants en particulier. Assis-toi confortablement, ferme tes yeux et relaxe.

Garde à l'esprit ce que tu souhaites pour cet enfant en particulier. Imagine que tu es en train de visiter cette classe idéale. Combien y a-t-il d'enfants dans cette classe ? Ont-ils tous le même âge ou y a-t-il des enfants d'âges différents qui étudient ensemble ?

Pause

Que fait ton enfant présentement ? Est-il en train d'apprendre quelque chose ? Comment se comporte-t-il avec ses compagnons ? Comment interagit-il avec le professeur ?

Pause

Quelle méthode d'enseignement le professeur utilise-t-il ? Quelle est la principale habileté de ce professeur ? Quelle est sa principale qualité ? Qu'est-ce qui est le plus important pour ce professeur ? À part le professeur et les élèves, y a-t-il quelqu'un d'autre dans la classe ?

Pause

À quoi ressemble cette classe ? Quelle est la première chose que tu remarques lorsque tu entres dans cette classe ?

Pause

Décris comment tu te sens dans cette classe ?

Pause

Maintenant, sors de la classe et va voir comment est le reste de l'école. Est-ce une grosse ou une petite école ? Où est-elle située ? Y a-t-il d'autres services qui sont offerts aux jeunes dans cette classe ? Quel est le rôle joué par les parents dans cette école ?

Pause

Que remarques-tu quand tu entres par l'entrée principale de l'école ? De quelle façon cette école échange-t-elle avec les familles des élèves ? De quelle façon cette école interagit-elle avec le reste de la communauté ?

Pause

Nous allons bientôt retourner dans la vraie vie.

Pause

Quand tu es prêt, tu peux ouvrir les yeux.

Mon échelle de valeurs

Thème : L'environnement scolaire et familial le plus favorable à la réussite de l'adolescent

---

Objectifs : Identifier ses valeurs en relation avec l'école.
Exprimer ses opinions concernant les valeurs scolaires de son enfant.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuille d'exercice *L'échelle de valeurs*

Déroulement : Nous avons parlé de nos valeurs et de ce qui était important pour chacun de nous. Cette activité va nous permettre d'identifier quelles sont les valeurs que vous avez en commun avec l'école.
J'aimerais que vous remplissiez la feuille d'exercice *L'échelle de valeurs*. Par exemple : Est-ce que vous pensez que les élèves doivent être tranquilles et à l'ordre dans la classe ? Mettre un **M** (moi) quelque part sur la ligne entre pas important et important, selon ce que vous pensez de l'énoncé. Il s'agit d'un choix personnel. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. Ensuite, mettre un **E** (école) à l'endroit qui reflète, selon vous, la valeur de cet énoncé à l'école de votre adolescent. Vous remplissez la feuille individuellement et vous inscrivez à la dernière ligne une valeur qui est importante pour vous et qui n'apparaît pas sur cette page.

Quelquefois, il peut être difficile de savoir exactement où mettre le **E**, l'école étant constituée de plusieurs personnes qui ont des valeurs différentes.

Discussion en groupe :
(questions facultatives)

1. Est-ce que quelqu'un a mis son **M** et son **E** à la même place pour un énoncé ?
2. Qu'avez-vous écrit dans l'espace blanc ?
3. À propos de quelle valeur êtes-vous le plus loin par rapport à l'école ?
4. Pensez-vous que d'autres parents partagent le même point de vue que vous à propos de la question 3 ?
5. Qu'est-ce que les valeurs ont à voir avec les relations école-famille ?
6. Quelle différence cela peut-il faire que vous ayez des valeurs différentes de celles de vos enfants ?
7. Que pouvez-vous faire lorsque vous êtes en désaccord avec les valeurs transmises par l'école de votre adolescent ?

Remarques :

Deux éléments vont ressortir :

1. Tout le monde n'est pas d'accord sur ce qu'est l'école idéale.
2. Les valeurs personnelles déterminent de quelle façon les gens évaluent les situations scolaires.

Exercice :

Placer un ruban assez long par terre. À une extrémité, placez les mots *pas important* et à l'autre les mots *très important*. Choisir une valeur parmi la liste figurant sur l'échelle des valeurs et demander à chaque parent de se placer à l'endroit qui reflète sa valeur. Ensuite, demander aux parents de se placer à l'endroit qui reflète les valeurs de l'école de leur enfant. Faites la même chose pour chaque valeur. Vous pouvez utiliser les valeurs que les parents auront ajoutés sur leur feuille.

Discussion en groupe :
(questions facultatives)

Animer la discussion à propos de la façon dont les valeurs influencent la perception que les parents ont à l'égard de l'école de leur enfant :

1. De quelle façon sommes-nous différents en tant que groupe en ce qui a trait à nos valeurs ?
2. De quelle façon ces différences influencent-elles nos opinions par rapport à l'école ?

Exercice à la maison : Penser à une personne du milieu scolaire qui pense différemment de vous et que vous respectez quand même.

L'échelle de valeurs

Est-ce que vous partagez des valeurs en commun avec le milieu scolaire de votre enfant ? Pour chacun des énoncés suivants utilisés l'échelle de 1 à 10 pour indiquer vos valeurs et celles de l'école.

M = mes valeurs **E** = les valeurs de l'école

Les élèves sont tranquilles et à l'ordre dans la classe

Pas important Très important

Les élèves sont très assidus.

Pas important Très important

À la cafétéria, on sert seulement des aliments santé.

Pas important Très important

Les élèves ont du temps pour relaxer et voir leurs amis à l'école.

Pas important Très important

Chaque style de vie et de valeur familiale est respecté.

Pas important Très important

Les élèves font leurs devoirs à temps et bien.

Pas important Très important

_____

une valeur importante pour moi qui n'apparaît pas dans la liste

Pas important Très important

Qui est le meilleur professeur ?

Thème : L'environnement scolaire et familial le plus favorable à la réussite de l'adolescent

---

Objectifs : Prendre conscience des qualités qu'ils valorisent chez les enseignants.
Démontrer que les caractéristiques que les parents apprécient chez les professeurs sont en relation avec leurs valeurs personnelles.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuille d'exercice *Je vous présente trois professeurs*

Déroulement : Je vais vous décrire trois styles de professeurs qui sont considérés comme de bons professeurs par leur école. Je vais vous lire les descriptions. En pensant aux besoins particuliers d'un de vos enfants, choisissez le professeur qui, selon vous, est le meilleur.

Placer une chaise devant le groupe sur laquelle vous collerez une feuille avec le nom fictif du professeur A. Lire la description de ce professeur à tout le groupe. Faites la même chose pour les professeurs B et C.

Maintenant, j'aimerais que vous choisissiez le professeur qui serait le meilleur pour votre enfant. Prenez votre chaise et venez vous asseoir autour de la chaise sur laquelle est collé le nom du professeur que vous avez choisi. Prendre cinq minutes avec les gens assis près de vous pour échanger sur les motifs qui vous ont incités à faire ce choix. Nommer une personne par groupe pour noter les motifs.

Discussion en groupe :
(questions facultatives)

1. Quelles sont les raisons qui vous ont fait choisir ce professeur ?
2. Qu'est-ce qui fait qu'un professeur s'entend bien avec un élève ?
3. Les parents devraient-ils avoir plus de latitude quant aux choix du professeur de leur enfant ?

Référence : Dean, C.

Je vous présente trois professeurs

Professeur A

Monsieur A a enseigné pendant 3 ans. La semaine dernière, la grand-mère d'un élève a apporté en classe une cage d'oiseau. À l'automne, les élèves passent deux semaines à préparer une pièce de théâtre qu'ils ont écrite. L'écriture de cette pièce remplace la rédaction de textes standards. Monsieur A croit qu'il est important pour les enfants de passer du temps avec leurs parents, ainsi il ne donne pas de devoirs à la maison.

Professeur B

Madame B enseigne depuis deux ans et elle a de fortes attentes face aux résultats de ses élèves. Chaque élève lui présente un rapport hebdomadaire. Madame B corrige et retourne à ses élèves leurs devoirs quotidiens, lesquels doivent être remis à chaque matin. Les garçons et les filles sont assis par ordre alphabétique de chaque côté de la classe.

Professeur C

Madame C enseigne depuis 15 ans. Chaque année, elle invite les parents et les grands-parents de ses élèves à venir parler en classe à propos de leur travail, des voyages qu'ils font ou de leur expérience auprès des enfants. Elle suit le programme scolaire pas à pas et donne régulièrement de petits tests sous forme de quiz à ses élèves. Madame C donne des devoirs quand les élèves n'ont pas complété le travail planifié pour la journée.

Réactions au bulletin scolaire

Thème : L'environnement scolaire et familial le plus favorable à la réussite de l'adolescent

---

Objectifs : Aider le parent à comprendre ses réactions aux résultats scolaires de son enfant.
Savoir comment interpréter les résultats qui apparaissent sur un bulletin.

Durée : 60 minutes

Déroulement : À lui seul, le bulletin ne donne qu'un portrait sommaire des forces et des faiblesses de votre enfant. Il donne une idée des progrès de votre enfant, mais il doit être regardé et compris en allant chercher différentes sources d'informations. Pensez à un de vos enfants. Vous souvenez-vous de vos résultats scolaires lorsque vous aviez son âge ? Fermez les yeux et rappelez-vous vos réactions lorsque vous receviez votre bulletin ? Comment vos parents réagissaient-ils ?

Discussion en groupe :
(questions facultatives)

1. Est-ce que quelqu'un veut partager ses souvenirs ?
2. De quelle façon décririez-vous cet évènement ?
3. Comment souhaitez-vous que cela se passe avec vos enfants ?

Exercice :

Les bulletins peuvent être très utiles, mais ils nous disent seulement une partie de la réalité scolaire de votre enfant. Une bonne communication avec votre enfant à propos de ce qu'il vit et apprend à l'école et une communication ouverte avec le professeur sont deux moyens susceptibles de vous aider à regarder le bulletin de votre enfant avec une perspective différente.

1. Demander à un professeur de présenter quelques exemples de bulletins scolaires et d'expliquer comment le lire. Dire aux parents qu'ils sont parfois difficiles à comprendre et que lorsqu'ils ne comprennent pas un terme utilisé, ils peuvent demander des explications supplémentaires au professeur lors des rencontres d'étape.
2. Exposer aux parents une courte fantaisie, par exemple : Fermez vos yeux. Arrêtez-vous quelques minutes sur le lieu d'étude de votre enfant à la maison. Où est-il ? Fait-il autre chose en même temps qu'il étudie ? De quoi a-t-il l'air ? Son corps est-il détendu ? Et vous, où êtes-vous ? Que faites-vous ? Combien de temps consacre-t-il à étudier par jour ? Est-ce trop ?, etc. Cette fantaisie vise à mettre les parents dans le contexte des devoirs à la maison. Ouvrir ensuite le débat : Pour ou contre les devoirs à la maison ?

Exercice à la maison :

Discuter des résultats scolaires de votre adolescent avec lui ou avec son professeur.
Prendre des informations selon diverses sources en ce qui concerne le vécu scolaire de votre adolescent.
Partager avec votre adolescent votre vécu scolaire en tant qu'adolescent.

La collaboration entre les parents et les professeurs

Mets-toi dans ses souliers !

Thème : La collaboration entre les parents et les professeurs

---

Objectifs : Prendre conscience de la façon dont les professeurs, les directeurs et le personnel non-enseignant se sentent dans leur interaction avec les parents.

Durée : 60 minutes

Matériel : Étude de cas *Et si tu te mettais à ma place*

Déroulement : Les parents et les professeurs partagent deux désirs :

1. Fournir la meilleure éducation possible à leur enfant.
2. Besoin de sentir que leur travail est important et apprécié.

Trop souvent, les parents et les professeurs ne s'arrêtent pas aux intentions premières de l'autre. Lorsque chacun comprend mieux les espoirs et les efforts de l'autre pour assurer une bonne éducation aux enfants, ils peuvent devenir l'un pour l'autre une source importante de support.

Divisez-vous en sous-groupes. Une personne lit l'étude de cas et une autre écrit les réponses aux questions qui suivent cette étude de cas.

Discussion en groupe : *(questions facultatives)*

Chaque groupe lit son étude de cas en grand groupe et donne les réponses trouvées :

1. De quelle façon les parents et les professeurs peuvent-ils communiquer ce qu'ils vivent l'un à l'autre ?
2. Dans quelle situation les défenses interfèrent-elles au niveau d'une communication efficace parents-professeurs ? De quelle façon pouvons-nous réduire ces défenses ?
3. De quelle façon les enfants bénéficient-ils d'une bonne compréhension et d'une bonne communication entre leur parent et leur professeur ?

Remarquer :

L'étude de cas évite aux parents d'être sur la défensive, ce qui risquerait de se produire dans certains cas s'ils parlaient de leur situation.

Référence :

Dean, C.

Et si tu te mettais à ma place

France sait que son père va venir observer comment ça se passe dans sa classe. Elle apporte une note pour aviser son professeur. Ce dernier fronce les sourcils au moment de lire la note du père.

Comment chaque personne se sent-elle ?

Dans quel but le père de France vient-il observer la classe de sa fille ?

Que peut faire chaque personne pour rendre l'observation plus utile ?

Écoute coopérative lors des rencontres parents-professeurs

Thème : La collaboration entre les parents et les professeurs

---

Objectifs : Aider les parents à planifier une rencontre productive avec l'école.
Pratiquer la technique d'écoute coopérative.

Durée : 60 minutes

Déroulement : L'école tente de répondre au besoin de contact famille-école des parents en offrant des rencontres ou des conférences. Souvent, parents et professeurs sortent déçus de telles rencontres, soit parce qu'il se sentent le point de mire, soit parce qu'ils ressentent vaguement que les questions qui les intéressent le plus demeurent sans réponse. Nous savons que les rencontres sont plus productives quand les parents prennent une part active à ces rencontres et quand certaines techniques qui facilitent la communication sont utilisées.

Placez-vous avec quelqu'un que vous ne connaissez pas beaucoup. Posez-lui les questions suivantes :

1. Êtes-vous déjà allé rencontrer un des professeurs de votre adolescent ?
2. Qu'aimeriez-vous entendre de la part du professeur lors d'une rencontre ?
3. Qu'aimeriez-vous lui dire ou lui demander ?
4. Pourquoi pensez-vous que les rencontres entre parents et professeurs ne sont pas aussi productives qu'elles devraient ?

Discussion en groupe : Faites trois colonnes au tableau :

- Ce que je veux savoir
- Ce que je veux communiquer
- Les obstacles

Souvenez-vous : Une écoute attentive et une présence aux rencontres combinées à des objectifs précis favorisent des rencontres plus productives.

Voici trois principes de communication efficaces :

1. Demander au professeur de clarifier tout ce que vous ne comprenez pas.
2. Garder à l'esprit que lorsque les défenses sont réduites, les informations utiles peuvent être transmises.
3. Prendre pour acquis que vous et le professeur êtes deux partenaires compétents et connaissants en ce qui a trait à l'éducation de votre enfant.

Exercice à la maison : Faites une liste des informations que vous voulez obtenir lors de votre prochaine visite à l'école.

Référence : Dean, C.

Résolution coopérative des conflits

Thème : La collaboration entre les parents et les professeurs

---

Objectif : Développer des habiletés à résoudre les conflits.

Durée : 60 minutes

Matériel : Vignettes A et B
Ces vignettes sont présentées à titre d'exemples pour l'intervenant.

Déroulement : Les parents se sentent parfois trop frustrés ou choqués face aux problèmes qu'ils rencontrent à l'école pour oser les aborder directement. La plupart du temps, les frustrations naissent de communications confuses entre l'école et les parents.

Cette activité nous permettra de trouver des moyens d'éviter que les conflits dégénèrent et deviennent insolubles. La résolution de conflits est complexe. L'écoute active et l'empathie sont deux habiletés de base qui sont aidantes lors de la résolution d'un conflit.

Je vais vous lire deux vignettes qui décrivent une situation scolaire. Elle peut paraître simpliste au premier abord, mais elle va nous aider à identifier les éléments d'une résolution de conflit.

Discussion en groupe : *(questions facultatives)*

Animer une discussion concernant la façon de résoudre coopérativement un conflit comme celui présenté dans la seconde vignette.

1. Quel est l'objectif du parent ?
2. Est-ce que le parent s'est éloigné de son objectif en en cours de route (les deux vignettes)? Comment ?
3. Dans la deuxième vignette, est-ce que la capacité du parent à contrôler son agressivité est utile pour éviter la dégénération du conflit ? À quel point ?
4. A-t-il atteint son objectif dans chaque situation ? Comment ?
5. De quelle façon pensez-vous que la conversation entre le parent et le professeur a une influence sur l'adolescent en cause dans chaque situation ?
6. De quelle façon pouvez-vous adapter cette approche pour résoudre un conflit à l'école de votre enfant ?

Référence :

Dean, C.

Vignette A : ***Résolution de conflit***

Manon est en première année. Lundi dernier, elle revient de l'école bouleversée et sans sa boîte à lunch. Elle dit à son père que certains élèves plus âgés ont bousculé les plus jeunes à la cafétéria et qu'ils ont pris leurs boîtes à lunch. Le père téléphone au professeur de Manon.

«Bonjour. Je suis le père de Manon. Elle est revenue hier de l'école bouleversée car des élèves plus vieux l'ont bousculée et lui ont pris sa boîte à lunch.

- Oui. C'est vraiment un gros problème. Nous avons un groupe de quatrième année qui est vraiment difficile à contrôler.

- Pourquoi ne pouvez-vous pas les contrôler ?

- Moi ? Ce n'est pas mon rôle. Je mange dans la salle des professeurs. Le personnel de la cafétéria est responsable des jeunes pendant le repas du midi.

- Vous êtes le professeur de Manon ? Ne pouvez-vous pas la protéger à l'école ?

- Mon rôle est d'enseigner. Tous les professeurs ont besoin d'une pause sur l'heure du midi.

- Je paie des taxes et j'envoie mon enfant à l'école pour qu'elle reçoive une bonne éducation, pas pour qu'elle se fasse bousculer ! Qui est le directeur de cette école ? Je vais lui téléphoner et le mettre au courant de la situation moi-même ! »

Maintenant, voyons de quelle façon cette situation se termine quand on utilise une approche différente.

Vignette B : ***Résolution de conflit***

«Bonjour. Je suis le père de Manon. Elle est revenue hier de l'école bouleversée car des élèves plus vieux l'ont bousculée et lui ont pris sa boîte à lunch.

- Oui. C'est vraiment un gros problème. Nous avons un groupe de quatrième année qui est vraiment difficile à contrôler.

- C'est un groupe d'élèves plus âgés qui cause les problèmes ? Pouvons-nous parler à leur professeur ?

- Nous pouvons, mais la personne responsable des élèves sur l'heure du midi est Anna C.

- Vous me dites qu'une seule personne est responsable pour tous les enfants ?

- Oui, elle est très expérimentée mais c'est un emploi pour trois personnes.

- Qui décide du nombre de personnes responsables sur l'heure du midi ?

- Notre directeur. Il a essayé en vain d'obtenir un budget supplémentaire à cet effet de la commission scolaire.

- Est-ce qu'il serait utile que les parents écrivent une lettre à la commission scolaire ? Nos enfants ont besoin de plus de supervision à la cafétéria.

- Ça peut aider. Communiquez avec notre directeur pour lui en parler.

- Je le ferai.

- Faites-moi connaître vos démarches. Je suis désolée que cela soit un problème pour Manon. Je parlerai au professeur de quatrième année à ce sujet. J'en parlerai également lors de notre prochaine rencontre de professeurs. »

L’implication des parents à l’école

Les obstacles à l'implication parentale à l'école

Thème : L'implication des parents à l'école

Objectifs : Identifier les obstacles à l'implication parentale à l'école.
L'accent est mis sur la résolution créative des problèmes.

Durée : 60 minutes

Déroulement : Sur le schéma du *Cercle social de l'enfant* il y a une ligne entre la famille et l'école. On peut voir cette ligne comme une barrière qui sépare les deux milieux. Prenons quelques instants pour penser aux motifs qui font qu'une telle barrière peut exister entre la famille et l'école. Examinons les raisons qui font que les parents semblent moins enthousiastes à s'impliquer au niveau du vécu scolaire de l'adolescent comparativement à son vécu et à son développement général hors de l'école.

Demander aux parents de se mettre en équipe de trois, de préférence avec des gens avec lesquels ils n'ont pas eu l'occasion de partager. Ils font un remue-méninges à propos de tous les obstacles à l'implication des parents à l'école.

Par exemple :

- absence de transport
- désaccord non résolu avec un professeur
- mauvaise expérience scolaire

Après quelques minutes, demander aux parents de trouver des solutions possibles à ces obstacles. Chaque sous-groupe nomme une personne pour prendre des notes.

Discussion en groupe : Écrire dans un coin du tableau *Obstacles avec solutions possibles* et dans l'autre *Obstacles*.
Demander à la secrétaire de chaque sous-groupe de vous nommer chaque élément de sa liste en indiquant à quelle catégorie il appartient. Mettre une étoile devant chaque élément qui est nommé plus d'une fois.
Vous pouvez faire des commentaires à propos de la créativité dont les parents font preuve dans le choix des solutions.
Demandez au groupe de faire des suggestions de solutions pour les obstacles qui demeurent sans solution.

Référence : Dean, C.

Vers un plan d'action

Thème : La collaboration entre les parents et les professeurs

---

Objectifs : Identifier les obstacles à l'implication scolaire.
Identifier un plan d'action qui réponde à leurs besoins.

Durée : 60 minutes

Matériel : Feuille d'exercice *Moi je m'implique !, Plan d'action pour l'atteinte des buts en milieu scolaire* et *Les mille et une façons de s'impliquer*.

Déroulement : Distribuer la feuille d'exercice.
Demander aux parents de se mettre en équipe de deux et de se poser des questions à tour de rôle.

Discussion en groupe :
(questions facultatives)

1. Pourquoi voulez-vous vous impliquer à l'école ?
2. Qu'est-ce qui empêche les parents de s'impliquer ?
3. Quel genre d'activités bénévoles avez-vous déjà fait à l'école ? Quel genre d'activité voudriez-vous faire ?
4. Quels sont les besoins de votre école en ce qui a trait aux activités bénévoles ?
5. De quelle façon les bénévoles profitent-ils à l'école ?
6. De quelle façon l'implication des parents profite-t-elle aux parents ? Qui d'autre en bénéficie ? Comment ?

Exercice à la maison : Remettre aux parents la feuille *Plan d'action pour l'atteinte des buts en milieu scolaire*.
Distribuer à chacun le texte *Les mille et une façons de m'impliquer à l'école*.

Référence : Dean, C.

Moi je m'implique

1. Quel genre d'activités aimeriez-vous réaliser à l'école ?

_____
_____
_____
_____
_____

2. Pourquoi souhaitez-vous vous impliquer à l'école ?

_____
_____
_____
_____
_____

3. Y a-t-il quelque chose qui vous empêche de vous impliquer à l'école ? Si oui, quels sont les motifs ?

_____
_____
_____
_____
_____

4. Pensez à une activité que vous aimeriez faire à l'école. De quelle façon pouvez-vous vous y prendre pour la réaliser ? Quel bénéfice retireriez-vous en réalisant cette activité ? Quel bénéfice votre enfant y trouverait-il ? Quelles sont les autres personnes qui en tireraient profit ? Comment ?

_____
_____
_____
_____
_____

Plan d'action pour l'atteinte des buts en milieu scolaire

1. Connaître votre but
2. Connaître le processus de prise de décision de l'école
3. Prendre un ton coopératif
4. Communiquer vos buts clairement
5. Être poli mais persévérant
6. Être prêt à accepter un compromis raisonnable
7. Identifier une personne avec qui entretenir le contact

Les mille et une façons de s'impliquer !

En tant que parent, de quelle façon souhaitez-vous vous impliquer auprès de votre adolescent et de son environnement scolaire ?

1. En faisant partie d'un comité de parents à l'école ☐
2. En assistant aux conférences organisées par l'école ☐
3. En faisant partie d'un groupe d'entraide de parents ☐
4. En aidant bénévolement lors des activités spéciales de l'école ☐
5. En faisant des activités intéressantes avec mon adolescent ☐
6. En supervisant ses devoirs à la maison ☐
7. Autres ☐

_____

_____

_____

Merci d'avoir pris le temps de répondre à ce sondage maison !

La communication parent-adolescent

Le thème de la communication parents-adolescents n'a pas été beaucoup développé dans ce volet. Toutefois, nous suggérons de consulter les activités reliées aux thèmes *la communication* et *les relations interpersonnelles* du volet élève. En effet, ces activités peuvent facilement être adaptées en vue de s'adresser aux parents.

La communication parent-adolescent

Mini-quiz parents

Nous vous proposons ce mini-quiz. À chaque question, vous devez choisir la meilleure réponse entre les énoncés ***A, B*** ou ***C***. N'indiquez qu'une seule réponse par question.

Lorsqu'on dit : «L'adolescent prend ses distances par rapport aux parents», cela signifie :

A. qu'il doit toujours être à plus de 10 pieds de son père ou de sa mère ☐
B. qu'il tend à devenir un individu plus autonome ☐
C. qu'il n'aime plus ses parents ☐

À travers les nombreux rôles qu'il doit assumer, le parent devrait :

A. s'oublier totalement et de façon permanente pour ses enfants ☐
B. continuer à respecter ses besoins d'individu ☐
C. privilégier celui de cuisiner ☐

Lors d'une discussion avec son adolescent, il est préférable que le parent :

A. exprime clairement ses sentiments et ses besoins ☐
B. laisse à l'autre le soin de deviner ce qu'il ressent ☐
C. fasse faire son message par son conjoint ☐

Un des principes importants à respecter pour assurer une bonne communication avec votre adolescent est :

A. d'éviter d'être seul avec lui pour lui parler ☐
B. de lui fixer des rendez-vous à votre travail ☐
C. de prendre du temps pour parler avec lui ☐

Communiquer avec votre adolescent, c'est :

A. prendre deux heures tous les soirs pour passer en revue les évènements de la journée □
B. à l'occasion, simplement le toucher pour lui exprimer de l'affection □
C. se procurer un «walkie-talkie» pour se rejoindre facilement □

Respecter son adolescent, c'est :

A. tenir compte de la personnalité qui peut être différente de la vôtre □
B. rejeter tout ce qui n'est pas conforme à vos convictions □
C. ne jamais intervenir pour ne pas l'influencer □

Quel serait le meilleur moment pour échanger avec votre adolescent ?

A. au moment où son ami vient le voir pour aller à une soirée □
B. lorsqu'il écoute son émission préférée à la télévision □
C. lorsqu'il est étendu sur son lit et qu'il ne fait rien □

Lorsque votre adolescent vous dit que «c'est plate l'école», vous devriez :

A. vous vous lancez dans un long sermon sur l'importance de faire de longues études □
B. faire le procès des enseignants, de leur syndicat et du système d'éducation □
C. l'écouter et chercher à comprendre ce qui l'ennuie à l'école □

Quelle serait l'erreur à éviter dans la communication avec l'adolescent ? :

A. lui demander son avis et l'inciter à expliquer davantage sa pensée □
B. lui faire la morale □
C. lui laisser le temps de répondre à la question posée □

S'assurer de bien se comprendre l'un et l'autre :

A. peut éviter de prêter à l'autre des intentions qu'il n'a pas □
B. constitue une perte de temps inutile □
C. exige que l'on parle très fort □

Corrigez maintenant vos réponses :

1. B
2. B
3. A
4. C
5. B
6. A
7. C
8. C
9. B
10. A

Si vous avez :

0, 1 ou 2 bonnes réponses :	TUT, TUT, TUT…
3, 4 ou 5 bonnes réponses :	Montrez donc votre résultat à votre adolescent pour voir ce qu'il en dit.
6, 7 ou 8 bonnes réponses :	Vous êtes sûrement un aussi bon parent que votre belle-sœur qui a l'air de tout connaître.
9 ou 10 bonnes réponses :	Vous avez dû répondre avec votre adolescent… Bravo !

Référence : Armstrong, J. et autres, Communication parent-adolescent

Annexe 1
Texte d'appui

Pourquoi est-il si difficile d'impliquer les parents ?

Motifs associés à la **famille** :

1. Les *caractéristiques personnelles* des parents.

2. Les *transformations* de la famille :

    - La monoparentalité
    - L'éclatement de la famille
    - Le travail des deux parents
    - La mobilité de la famille

Motifs associés au **milieu scolaire :**

1. Les *résistances* des enseignants
2. Les *attitudes* et *réactions* des enseignants
3. Les *attentes* plus faibles

Motifs associés à la **famille** et à **l'école** :

1. L'*écart* au niveau des *valeurs*

Motifs associés au **modèle d'éducation traditionnel** :

1. Les *caractéristiques* du *modèle d'éducation traditionnel*

    - La *structure bureaucratique*
    - La *structuration* des *rôles*
    - La *formation* de *gagnants* et de *perdants*

Motifs associés à la **famille** :

C'est connu, les parents veulent ce qu'il y a de mieux pour leurs enfants. Quels sont donc les motifs qui les incitent à ne pas s'impliquer activement auprès de leur adolescent et de son environnement scolaire ?

1. Les *caractéristiques personnelles* des parents

Très souvent, les parents qui nécessitent le plus de support sont ceux qui sont les plus difficiles à rejoindre et à s'impliquer. Leur implication est cependant très importante pour favoriser le succès de leur adolescent, car sans toujours s'en rendre compte, ils transmettent à leur jeune leur propre ressentiment et leurs attitudes négatives envers l'école.

Habituellement, les parents des élèves vulnérables à l'abandon scolaire présentent une ou plusieurs des caractéristiques suivantes :

- Difficultés personnelles
- Mauvaises expériences scolaires durant leur enfance
- Mauvaise perception d'eux-mêmes et de leur valeur
- Insécures dans leurs relations avec les gens associés à l'école
- L'éducation n'est pas prioritaire, absence de formation académique

2. Les *transformations* de la famille :

La monoparentalité et les conditions matérielles difficiles qui s'ensuivent ne laissent pas beaucoup de temps au parent unique pour apporter du soutien à ses enfants. Quant à l'école, elle doit désormais tenir compte des changements de la famille et négocier avec un nombre grandissant de personnes, ce qui ne lui facilite pas la tâche.

L'éclatement de la famille amène une réorganisation du temps et des tâches. Les parents et enfants sont alors davantage préoccupés par les nombreux bouleversements qu'ils traversent que par la nécessité de faire leurs devoirs. Un éventuel déménagement et un changement d'école ne sont pas non plus propices à la création de liens et à l'engagement réciproque parent-enseignant.

Le travail des deux parents est également une nouvelle situation qui peut engendrer certaines difficultés. Les parents qui travaillent tous les deux n'ont pas toujours l'énergie, le soir venu, de superviser devoirs et leçons à la maison. Cela peut favoriser le laisser-aller chez certains.

Enfin, la mobilité grandissante des familles n'aide pas non plus à la création de liens significatifs entre les enseignants et les parents.

Motifs associés au **milieu scolaire** :

1. Les *résistances* des enseignants

Malgré les nombreuses études vantant les mérites de la collaboration entre parents et enseignants, les résistances des enseignants sont encore fortes.

Attribution des résistances :

1. Longue tradition de scission école-maison
2. Protège leur autonomie et celles des élèves
3. Mauvaises expériences antérieures avec des parents
4. Manque d'habileté pour certains, absence d'intérêt pour d'autres

Suggestions :

Clarifier les aires de responsabilités de chacun.
Clarifier les aires de compétences de chacun.
Se donner des moyens pour communiquer les tensions.
Dire aux professeurs à quel point le contact avec les familles facilite les choses et peut les aider à résoudre les problèmes plus facilement.
Faire savoir aux professeurs que les élèves obtiennent de meilleurs résultats lorsque les enseignants sont appuyés par les parents.

2. Les *attitudes* et *réactions* de certains enseignants

Les réactions et attitudes négatives de certains professeurs combinées à une absence d'habileté à collaborer avec les parents sont deux facteurs qui peuvent inhiber les efforts d'implication de tout un groupe de parents.

3. Les *attentes* plus faibles

La tendance des enseignants en milieu défavorisé à avoir des attentes très faibles en ce qui concerne l'implication des parents ne favorise pas leur pleine participation.

Motifs associés à la **famille** et à **l'école** :

1. L'*écart* au niveau des valeurs transmises à la maison et celles transmises à l'école

Certains parents ne sont pas préparés à rencontrer les exigences sociales et ils se sentent étrangers aux valeurs véhiculées par l'école et par la société. De leur côté, les professeurs ne comprennent pas toujours le contexte de vie dans lequel les parents se trouvent, ce qui ne facilite pas les échanges.

Motifs associés au **modèle d'éducation traditionnel** :

Malgré les motifs cités précédemment, un bon nombre de parents font des efforts remarquables pour s'impliquer et un bon nombre d'intervenants font des efforts tout aussi remarquables pour recruter et impliquer les parents. Étant donné que tous reconnaissent que la collaboration parents-enseignants est tellement importante, pourquoi cela est-il exception plutôt que règle ? Cette question se situe au cœur de la difficile relation de collaboration école-famille.

1. Les *caractéristiques* du modèle d'éducation traditionnel

À la base, le système traditionnel de l'éducation n'est pas conçu pour inclure un partenariat avec les parents, ce partenariat allant même à l'encontre de sa structure :

- La *structure* de base de ce système est *bureaucratique* plutôt que basée sur les relations de collaboration.
- La *structuration* des *rôles* repose sur le principe que la fonction éducative est déléguée à l'école et non partagée en responsabilités communes parents-professeurs. Les conséquences logiques d'un tel principe sont que certains parents attendent beaucoup de l'école et se plaignent s'ils ne sont pas satisfaits, tandis que certains enseignants ne croient pas en l'importance de travailler en collaboration avec les parents et se plaignent de l'absence de considération des parents à leur égard.
- Le but inavoué de la fonction scolaire est la *formation* de *gagnants* et de *perdants.*

  Le rôle passif attribué aux élèves et aux parents alimente l'idée que lorsqu'un enfant ne réussit pas, les parents n'y peuvent rien. Ce qui est plus alarmant encore, c'est que certains professeurs en arrivent à la même conclusion et se déresponsabilisent ainsi de l'échec de leurs élèves.

Changement de modèle d'éducation en vue de favoriser l'implication des parents

Un nouveau modèle d'éducation se développe et se traduit ainsi : **le succès pour tous à travers un modèle de partenariat.**

Le nouveau modèle d'éducation et ses caractéristiques :

1. Le concept gagnants-perdants est remplacé par celui du succès pour tous.
2. La réalisation de cette nouvelle conception éducative nécessite la mise en place d'un modèle élargi de collaboration entre les enseignants, les élèves, les parents et la communauté.
3. L'implication des parents est vue en tant que contribution au succès scolaire et social des élèves et de la réforme des écoles.

Les avantages du nouveau modèle d'éducation en ce qui concerne la participation des parents :

Les parents sont perçus en tant que partenaires *valables* de l'éducation de leur enfant et non plus comme une nuisance potentielle.

Le concept succès pour tous, en sollicitant les ressources de tous les partenaires de l'éducation de l'enfant, jette les bases de l'entraide et du partenariat. La tendance à blâmer l'autre se voit remplacée par l'idée que tous doivent travailler ensemble pour assurer la réussite de tous les élèves.

Ce modèle de partenariat justifie une redistribution plus équitable des pouvoirs. Les parents, en reprenant une partie de la responsabilité de l'éducation de leur enfant, peuvent faire valoir leur droit.

Facilite le professionnalisme des enseignants.

Un moins grand contrôle bureaucratique laisse plus d'autonomie aux enseignants et plus de temps pour faire autre chose.

La responsabilisation des élèves augmente et les relations enseignants-élèves s'améliorent.

La raison d'être de l'école devient clairement la réussite du jeune.

Les écoles deviennent plus ouvertes à la collaboration avec la communauté.

L'objectif visé par tous étant la réussite éducative des jeunes, toutes les ressources susceptibles de contribuer à l'atteinte de cet objectif sont les bienvenues.

Les obstacles au passage d'un modèle à l'autre

1. Une mauvaise évaluation
2. L'absence de preuve
3. La résistance au changement

1. *Une mauvaise évaluation*

Le nouveau modèle est souvent rejeté ou incompris parce qu'il est évalué selon les principes qui régissent l'ancien. Le partage de la prise de décision et l'appropriation par les parents sont perçus comme violant le rôle établi du directeur et de l'autorité dont il croit avoir besoin. Une redéfinition des rôles et des tâches s'avère donc nécessaire.

2. *L'absence de preuve*

Le nouveau modèle n'a pas fait ses preuves. Ainsi, le passage au nouveau modèle implique presque une action de foi au départ. De plus, les résultats sont attendus à long terme seulement, ce à quoi les directeurs ne sont pas prêts ou autorisés par leur commission scolaire.

3. *La résistance au changement*

Le modèle traditionnel est socialement renforcé. Il est basé sur une façon de se comporter qui est bien établie. Les règles du jeu sont bien connues. Le changement et les nouveaux rapports qu'il implique sont parfois insécurisants pour les gens.

Les quatre conditions de base au changement de modèle :

1. Des insatisfactions suffisantes avec le système traditionnel.
2. Un accord tacite et suffisant à l'effet que les résultats recherchés ne peuvent être obtenus sur les bases du modèle traditionnel.
3. Une croyance suffisante qu'un modèle basé sur le succès pour tous et le partenariat est plus approprié pour amener les résultats désirés.

4. Un accord suffisant à l'effet que les coûts du changement en temps, en argent, en efforts et en inconforts valent la peine.

Annexe 2
Texte d'appui

Comment favoriser et augmenter l'implication des parents à l'école ?

1. Engager une personne pour coordonner les activités qui s'adressent aux parents.

2. Former et superviser le personnel enseignant dans le but de collaborer avec les parents.

3. Soutenir les parents.

4. Favoriser une plus grande communication enseignants-parents.

5. Développer le sentiment d'appartenance du parent face à l'école.

6. Proposer aux parents différents moyens pour jouer un rôle plus actif dans l'éducation de leurs enfants.

7. Se doter d'options politiques.

1. *Engager une personne pour coordonner les activités qui s'adressent aux parents.*

Les tâches de cette personne consistent à prendre tous les moyens possibles en vue d'accroître l'implication des parents.

Par exemple, elle voit à recruter les parents, à soutenir leur intérêt, à identifier les ressources utiles, à planifier et à animer des activités.

2. *Former et superviser le personnel enseignant dans le but de collaborer avec les parents*

Ce n'est pas l'unique responsabilité du parent de s'impliquer dans la vie scolaire du jeune, mais c'est aussi la responsabilité de l'école d'impliquer les parents.

Une majorité d'enseignants ne sait pas comment se comporter avec les parents. Pourtant, les enseignants qui réussissent le mieux avec les parents sont ceux et celles qui sont habiles à les mettre en confiance.

La plupart des enseignants ont besoin d'être orientés et sensibilisés aux besoins spécifiques des parents et profiteraient d'une formation qui les aide à identifier les attitudes et les comportements qui facilitent ou bloquent les bonnes relations entre parents et enseignants. Ils ont également besoin d'être soutenus et supervisés au besoin.

Des études révèlent que :

- Peu de professeurs et de directeurs sont formés à collaborer avec les familles et peu de ressources sont allouées à cet effet.
- Plusieurs enseignants ne croient pas que l'établissement d'une relation de collaboration avec les parents fasse partie de leur tâche.
- Le support de la direction est un facteur clé du succès des écoles à impliquer les parents.
- La connaissance du milieu familial aide l'enseignant à percevoir ses élèves différemment.

3. *Soutenir les parents*

Les parents ont besoin d'informations de base pour soutenir les apprentissages de leurs enfants.

- Comment interpréter un bulletin scolaire
- Comment aider leur jeune à planifier leur orientation
- Comment négocier avec leurs enfants et avec les professeurs

Quelques moyens :

- ✓ Soutenir le sentiment de compétence des parents.
- ✓ Faire de l'école un centre d'apprentissage pour tous : enfants et parents.
- ✓ Aider les parents à développer leurs connaissances et habiletés en vue de collaborer à l'atteinte des objectifs de leur adolescent.
- ✓ Fournier aux parents les méthodes nouvelles d'apprentissage en vue de les aider à soutenir la réalisation par leur enfant des devoirs à la maison.
- ✓ Développer les habiletés des parents à communiquer avec leur adolescent.

4. *Favoriser une plus grande communication enseignants-parents*

Il faut beaucoup de communication pour briser le mur qui sépare les parents et les enseignants. Toutefois, c'est à l'avantage de chacun de créer les bases d'une saine relation enseignant-parent-jeune.

La mutualité de la relation est très importante car elle entraîne un sentiment de responsabilité réciproque entre le parent et l'enseignant. Les parents et les enseignants deviennent des alliés car ils travaillent ensemble à un but commun : fournir une bonne éducation aux jeunes.

Quelques moyens :

- Développer une compréhension mutuelle des rôles de l'école et de la famille.
- Informer les parents que la réussite dépend de certaines conditions dont l'assiduité en classe.
- Préciser clairement aux parents quelles sont les conditions qui facilitent les apprentissages à la maison.
- Dire clairement aux parents ce qu'on offre comme service et ce qu'on attend d'eux.

Communiquer aux familles des informations sur les programmes scolaires ainsi que sur les progrès de leurs enfants.

Saviez-vous que :

- ❖ Certains enseignants sont agréablement surpris de constater à quel point les parents se sentent concernés par l'éducation de leurs enfants.
- ❖ En général, les parents apprécient beaucoup les contacts informels avec les enseignants.
- ❖ La tâche de motivation des enseignants est plus facile lorsque les parents croient en l'importance de l'école.
- ❖ Plus les parents comprennent et supportent le travail des enseignants, plus ils sont en mesure d'aider leurs jeunes.
- ❖ Plus la relation est positive entre parents et professeurs, plus leur influence mutuelle est déterminante face à l'enfant.
- ❖ De pauvres relations parents-enfants affectent le moral des enseignants et, par ricochet, la qualité de leur enseignement. Les enseignants dont les

efforts ne pas être soutenus par les parents vivent le découragement et le désespoir.

5. *Développer le sentiment d'appartenance du parent face à l'école*

Donner aux parents un statut intégré à l'école c'est aussi leur offrir un pied à terre. En ce sens, un lieu à l'école pour les parents peut signifier clairement qu'ils sont les bienvenus à l'école.

6. *Proposer aux parents différents moyens pour jouer un plus grand rôle dans l'éducation de leurs enfants*

À cet effet, vous pouvez leur offrir une liste de suggestions en proposant la feuille d'exercice Mille et une façons de s'impliquer qui se retrouve dans ce volet.

7. *Être actif politiquement*

Cela signifie agir pour améliorer les politiques qui ont une influence sur l'environnement familial et scolaire :

<u>À titre d'exemple :</u>

- Donner du temps aux professeurs pour rencontrer et travailler auprès des familles.
- Restructurer les pouvoirs afin de favoriser une pleine participation des parents.
- Inviter les parents à participer au processus décisionnel concernant l'école.
- Allonger les heures d'ouverture des écoles.
- Offrir un lieu aux parents dans l'école.

Annexe 3
Texte d'appui

Quelques principes de base à l'implication des parents

Les programmes qui visent l'implication des parents varient beaucoup, mais ils offrent de meilleures chances de succès lorsque parents et enseignants partagent certains principes. En voici quelques-uns :

- Climat scolaire ouvert, aidant et amical.
- Communications parents-enseignants fréquentes, claires et bidirectionnelles.
- Valorisation du rôle des parents en tant que collaborateurs.
- Offrir des services aux parents de sorte qu'ils deviennent des partenaires à part entière de l'éducation de leur enfant.
- Consultation et participation des parents aux prises de décisions importantes.
- Reconnaissance par le milieu scolaire de sa responsabilité d'établir les bases d'un partenariat avec toutes les familles.
- Promotion par la direction de la philosophie à la base d'un partenariat avec les familles.
- Encouragement du milieu scolaire à la participation bénévole des parents et des citoyens de la communauté.

VOLET ENSEIGNANT

Introduction

Le volet enseignant traite des attitudes des enseignants face à leurs élèves. En plus d'offrir des informations basées sur des études récentes, cette partie suggère différentes activités susceptibles d'aider les enseignants à identifier leurs propres attitudes.

Cette partie traite de la relation enseignant-élèves. Nous accordons beaucoup d'importance à la relation enseignant-élèves puisque la majorité du temps scolaire de l'élève se passe en interaction avec les enseignants. De plus, on reconnaît depuis longtemps l'impact de cette relation sur le développement de l'élève.

Dans un premier temps, nous situons le rapport enseignant-élèves dans une perspective d'ensemble. Par la suite, nous abordons la relation enseignant-élèves sous les trois angles suivants : les attitudes de l'enseignant envers ses élèves, les réactions de l'enseignant à l'égard de types différents d'élèves (attachant, préoccupant, indifférent et rejeté) et enfin, le sentiment de responsabilité de l'enseignant à l'égard du rendement scolaire de ses élèves. Chacun de ces trois aspects est présenté en deux temps. En premier lieu, nous présentons ce que nous révèlent les travaux de recherche à ce sujet, puis en deuxième lieu, nous proposons des activités à réaliser avec les enseignants.

Situation du rapport enseignant-élèves
dans une perspective d'ensemble

Lorsqu'on aborde «le monde de l'enseignement», il est important, et ce tout particulièrement au niveau de l'enseignement secondaire, d'envisager cette vision dans une perspective institutionnelle et sociale.

Une lecture de la réalité de l'enseignant québécois des années 2000 nous le décrit comme un intervenant ayant en moyenne 44 ans avec près de 20 ans d'expérience d'enseignement. Par contre, on remarque de plus en plus la présence de jeunes enseignants, qui sortent des universités et qui viendront remplacer les plus âgés qui quitteront pour la retraite éventuellement.

L'enseignant a dû faire face à des transformations régulières au niveau des programmes d'enseignement. Il lui a donc fallu s'adapter et se perfectionner continuellement. Vingt ans d'expérience lui on permis d'être un témoin actif des transformations sociales et culturelles. Ces changements lui ont demandé d'apporter des modifications à son rôle d'éducateur devenu de plus en plus vaste et de plus en plus complexe.

Cette réalité nous fait voir un «métier» d'éducateur de plus en plus dévalorisé et critiqué socialement. Des enseignants qui, dans 42 % des cas sont en détresse psychologique.

C'est dans ce contexte social et professionnel qu'interviennent les «projets de prévention de l'abandon scolaire». D'une part, ces jeunes à risque d'abandonner l'école ont besoin de soutien de la part des adultes. D'autre part, les enseignants à qui on demande de faire plus et mieux ont eux aussi besoin de soutien pour remplir adéquatement leur rôle.

Il est donc primordial que toute nouvelle intervention, visant la prévention de l'abandon scolaire et devant impliquer les enseignants, se réalise dans une perspective de compréhension, de collaboration, d'aide et de soutien.

Certains travaux récents nous ont fait découvrir les facteurs susceptibles d'influencer la relation enseignant-élèves. Ces facteurs s'ajoutent à la réalité que nous avons présentée plus haut. Voici brièvement quelques-uns de ces facteurs susceptibles d'orienter les attitudes, les attentes et les comportements de l'enseignant envers ses élèves. Ces facteurs sont : les attentes sociales relatives au

rôle de l'enseignant, les représentations de l'enseignant face à son rôle ainsi que les caractéristiques des élèves.

Les *attentes sociales* relatives au rôle de l'enseignant (valeur, compétence, rôle) influencent l'enseignant dans son rôle. De plus, les attentes institutionnelles (ministère, commission scolaire, direction de l'école), les attentes de ses collègues ainsi que les attentes parentales jouent un rôle important.

Les *représentations de l'enseignant face à son rôle d'enseignant* varieront en fonction de son âge, de son sexe, de son expérience d'enseignement, de sa propre histoire scolaire et de sa formation universitaire. L'enseignant se construit, au cours des années, une synthèse de ce qu'est ou devrait être son rôle. Cette synthèse entre en interaction avec les attentes sociales et influence ses attitudes et comportements dans sa relation avec les élèves.

Les *caractéristiques des élèves*, que ce soit leurs caractéristiques sociales et familiales, leur rendement scolaire (élève performant par opposition à élève en difficulté scolaire), ou leur sexe ont également une influence sur la relation enseignant-élèves.

Ainsi, il s'avère important de prendre le temps de connaître la réalité (vécu) des enseignants et de saisir la complexité des facteurs qui influencent la relation enseignant-élèves si on veut comprendre le type de relation qui s'est établie entre un élève potentiellement décrocheur et un enseignant et intervenir au niveau des attitudes des enseignants.

Nous allons maintenant aborder tour à tour les attitudes de l'enseignant envers ses élèves, les réactions de l'enseignant à l'égard de quatre types d'élèves (attachant, préoccupant, indifférent et rejeté) et le sentiment de responsabilité de l'enseignant à l'égard du rendement scolaire de ses élèves. Pour chacun de ces trois aspects nous présentons d'abord ce que nous révèlent les travaux de recherche, puis nous proposons des activités à réaliser avec les enseignants.

Les attitudes de l'enseignant envers ses élèves

Les recherches récentes sur les attitudes réciproques des enseignants et des élèves en difficulté montrent qu'en général, les enseignants ont des attitudes plus positives envers les élèves sans difficulté scolaire qu'à l'endroit des élèves en difficulté scolaire, qui sont à risque de décrocher. De plus, les enseignants manifestent des attitudes plus positives envers les filles qu'envers les garçons. Afin de mieux saisir le rôle et l'importance des attitudes, voyons brièvement ce concept.

L'attitude est une tendance relativement stable chez une personne. Elle peut être vue comme un système permanent d'évaluations positives ou négatives. Bien que l'on parle de stabilité, l'attitude est susceptible de changer. Elle se développe et se transforme par l'expérience ou l'apprentissage ; elle est souvent la conséquence d'interactions ou d'expériences sociales antérieures. On reconnaît que l'attitude peut influencer le comportement.

Comme le mentionnent Morissette et Gingras (1989), on peut dire que l'attitude est une disposition intérieure chez une personne (l'enseignant) qui se traduit par des réactions émotives qui sont apprises, puis ressenties chaque fois que cette personne (enseignant) est en présence de l'autre (l'élève) ; ces réactions émotives la portent à s'approcher d'elle (à être favorable) ou à s'en éloigner (à être défavorable).

À titre d'exemple, voici le processus de formation d'attitude qu'on peut retrouver. Si un enseignant ressent une émotion positive lors des premiers contacts avec un élève, et que s'ensuivent des rencontres régulières et plaisantes avec ce même élève, la réponse ou réaction émotionnelle positive de l'enseignant aura tendance à se répéter et à se renforcer envers cet élève. Dans ce cas, les comportements de l'enseignant s'orienteront dans une direction positive. L'enseignant, orienté positivement, pourra alors, par exemple, encourager, stimuler ou aider d'une manière ou d'une autre l'élève concerné. Si au contraire, un enseignant ressent une émotion négative lors des premiers contacts avec un élève, et que s'ensuivent des rencontres régulières déplaisantes avec ce même élève, la réponse ou réaction émotionnelle négative de l'enseignant aura tendance à se répéter et à se renforcer envers cet élève. Dans ce cas, les comportements de l'enseignant s'orienteront dans une direction négative. L'enseignant pourra alors, par exemple, éviter l'élève, le critiquer souvent, avoir

de faibles attentes à son égard, ne pas adapter ses stratégies pédagogiques en fonction des besoins de cet élèves, etc.

Toutefois, la réciprocité de la relation a aussi un impact sur les attitudes. Par exemple, suite à une émotion positive face à un élève, l'attitude de l'enseignant peut devenir négative si l'élève se comporte de façon inadéquate.

Il est bon de rappeler qu'à cause de leurs attitudes et de leur comportement en classe, bon nombre d'élèves potentiellement décrocheurs risquent de déclencher chez l'enseignant des attitudes négatives.

Avant d'aborder la première activité, voici quelques recommandations pour favoriser le développement chez les enseignants d'attitudes positives envers les élèves en difficulté :

- Éviter d'associer l'élève en difficulté uniquement avec des aspects négatifs. Il est reconnu que de parler régulièrement de façon négative d'une personne favorise à la longue le développement d'attitudes négatives envers cette personne. Ceci peut se manifester de diverses façons : ne faire ressortir que les difficultés chez un élève, associé régulièrement le nom de l'élève à des évènements négatifs.

- Faire en sorte que la description de l'élève en difficulté comporte également des *forces*, des *qualités*. Par exemple : lors d'échanges ou de discussions, il est important de découvrir ou redécouvrir les forces, les compétences, les intérêts, les projets du jeune. On sait, par exemple, que de nombreux élèves potentiellement décrocheurs ou décrocheurs ont développé des compétences hors du milieu scolaire. Ou encore que ces élèves ont développé des compétences dans des matières scolaires autres que les matières de base.

- Être particulièrement sensible au discours qui se tient dans la salle des professeurs. Toujours en s'appuyant sur des faits réels, associer l'élève en difficulté à des évènements positifs. Faire en sorte que les enseignants qui ont une vision positive de l'élève expriment leur point de vue.

- Avoir un exemple ou faire raconter par certains enseignants l'expérience qu'ils ont vécu auprès d'élèves présentant des difficultés et qui ont réussi à vaincre ces difficultés et à réussir. Cette stratégie s'avère plus efficace si ces exemples proviennent d'enseignants crédibles dans le milieu.

- Sensibiliser les enseignants aux effets négatifs des étiquetages (réputation) des jeunes ou du jumelage d'un jeune avec des termes négatifs.

Voici une première activité à réaliser avec les enseignants. Son objectif général est de favoriser le développement d'attitudes positives envers les élèves en difficulté. Suite à nos travaux de recherche sur les attitudes, nous croyons que la connaissance et la conscience chez l'enseignant de ses propres attitudes, de ses attentes et de ses comportements vis-à-vis de l'élève peuvent favoriser l'apprentissage de nouvelles attitudes. Cette connaissance et cette conscience à elles seules ne suffisent pas toujours. Il faut y ajouter la possibilité d'un support et d'un partage du vécu de l'enseignant avec certains collègues.

Comment je perçois certains de mes élèves

Objectif : Cette activité vise à favoriser chez l'enseignant une prise de conscience des perceptions différentes qu'il peut avoir dépendamment des caractéristiques de ses élèves (en difficulté scolaire ou non).

Matériel : Questionnaire *Comment je perçois cet élève*

Déroulement : Formez un petit groupe de 8 à 10 enseignants volontaires pour participer à l'activité. Ces enseignants interviennent auprès d'élèves potentiellement décrocheurs.
Distribuez à chaque enseignant quatre questionnaires *Comment je perçois cet élève*. Chaque enseignant y décrira les quatre élèves que vous préciserez, soit : deux élèves généralement reconnus comme étant de *bons élèves* et deux élèves reconnus comme étant *potentiellement décrocheurs.*
Expliquez aux enseignants comment compiler chaque instrument et comment faire les graphiques.

Premier temps :
Demandez aux enseignants de comparer les descriptions de leurs élèves. Existe-t-il des différences entre les deux *bon élèves* ? Existe-t-il des différences entre les deux *élèves potentiellement décrocheurs* ? Existe-t-il des différences entre les *bons élèves* et les *élèves en difficulté* ?

Deuxième temps :
Invitez les enseignants à échanger sur leurs constations. Est-ce que tous les enseignants qui ont décrit les mêmes élèves présentant des résultats semblables ? Pourquoi existe-t-il des différences ?

Troisième temps :
Échangez sur le rôle et l'importance des attitudes.

Vous pourriez reprendre cet exercice en demandant aux enseignants durant les semaines suivantes d'observer et de tenter de découvrir chez les deux élèves potentiellement décrocheurs des talents, des compétences particulières. Suite à cet exercice, proposez aux enseignants de décrire à nouveau les deux élèves cibles. Les descriptions sont-elles les mêmes ? Quels sont les adjectifs qui ont changé ? La description est-elle plus positive ? Les graphiques sont-ils différents ?

Recommandations : Cette activité suppose beaucoup de respect des personnes (enseignants et jeunes). Il est important que ce qui se dit lors de la rencontre demeure confidentiel. Il est souhaitable pour le développement d'attitudes positives envers les élèves potentiellement décrocheurs que l'ensemble du discours s'oriente vers une description de plus en plus positive.
Il est recommandé de faire vivre l'activité dans un premier temps et de présenter les aspects théoriques sur les attitudes seulement dans un deuxième temps.

Adaptation et commentaires :

Comment je perçois cet élève

Directives

En remplissant le questionnaire, vous aurez l'occasion de décrire quelques élèves de vos groupes selon divers adjectifs. Vous trouverez une feuille pour chaque élève sur laquelle un espace est réservé pour indiquer le code qui correspond au nom de chacun des élèves à décrire.

La description doit se faire le plus spontanément possible.

Si vous sentez que la description de l'élève s'apparente **très fortement** à l'un ou l'autre des adjectifs, vous devez placer votre **X** comme suit :

paresseux	**X** : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	travaillant
ou		
paresseux	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : **X**	travaillant

Si vous sentez que la description de l'élève s'apparente à l'un ou l'autre des adjectifs mais **modérément**, vous devez placer votre **X** comme suit :

négligent	___ : **X** : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	soigneux
ou		
négligent	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : **X** : ___	soigneux

Si vous sentez que la description de l'élève s'apparente à l'un ou l'autre des adjectifs mais seulement **légèrement**, vous devez placer votre **X** comme suit :

passif	___ : ___ : **X** : ___ : ___ : ___ : ___	actif
ou		
passif	___ : ___ : ___ : ___ : **X** : ___ : ___	actif

La direction vers l'un ou l'autre des pôles dépend de votre choix de ce qui caractérise le mieux l'élève. Il est important que vous répondiez selon ***vos sentiments spontanés***.

Si toutefois vous pensez que ni l'un ni l'autre des adjectifs ne décrit l'élève ou que les deux adjectifs décrivent également l'élève, vous devez placer votre « **X** » dans la case neutre du milieu comme suit :

agité ___ : ___ : ___ : _**X**_ : ___ : ___ : ___ calme

IMPORTANT

Placer votre **X** au milieu des espaces, non aux frontières :

___ : _**X**_ : ___ : ___ : ___ : _**X**_ : ___
comme ceci — pas comme cela

Assurez-vous que vous avez répondu à chaque échelle d'adjectifs contraires et pour chaque élève, attention de ne rien oublier.

Ne mettez pas plus d'un **X** sur une échelle d'adjectifs contraires : UNE seule réponse pas échelle.

Vous devez répondre spontanément au questionnaire sans revenir en arrière pour relire ou réévaluer des points. C'est votre impression première, votre sentiment initial qui est important.

Pour répondre, vous devez consacrer environ une ou deux minutes par élève.

Comment je perçois cet élève

Comment décririez-vous cet élève :

_____
code de l'élève

Malhonnête	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Honnête
Désagréable	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Agréable
Agité	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Calme
Entêté	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Docile
Étourdi	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Sérieux
Paresseux	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Travaillant
Désobéissant	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Obéissant
Effronté	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Poli
Négligent	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Soigneux
Immature	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Mature
Non créatif	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Créatif
Non coopératif	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Coopératif
Malheureux	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Heureux
Instable	___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___ : ___	Tenace

Références : instrument adapté de Potvin, P. & Rousseau, R. (1991)

Compilation et résultats

Pointage total : Accordez à chaque **X** la valeur correspondante de 1 à 7 selon le barème suivant :

très fortement	=	pôle négatif	1 point
		pôle positif	7 points
modérément	=	pôle négatif	2 points
		pôle positif	6 points
légèrement	=	pôle négatif	3 points
		pôle positif	5 points
neutre	=	position centrale	4 points

Additionner les 14 valeurs pour obtenir le pointage total.
La *limite inférieure* du pointage se situe à **14** alors que la *limite supérieure* se situe à **98**.
Exemple

	1	**2**	**3**	**4**	**5**	**6**	**7**	
malhonnête	___	___	___	**X**	___	___	___	honnête
désagréable	___	___	___	___	___	**X**	___	agréable
agité	___	___	___	___	___	**X**	___	calme

Interprétation

Les pointages se situant dans la zone de **50** points et **moins** démontrent une perception *plutôt négative* de l'élève.

Les pointages se situant dans la zone de **50 à 70** points démontrent une perception *plutôt neutre* (ni positive ni négative) de l'élève.

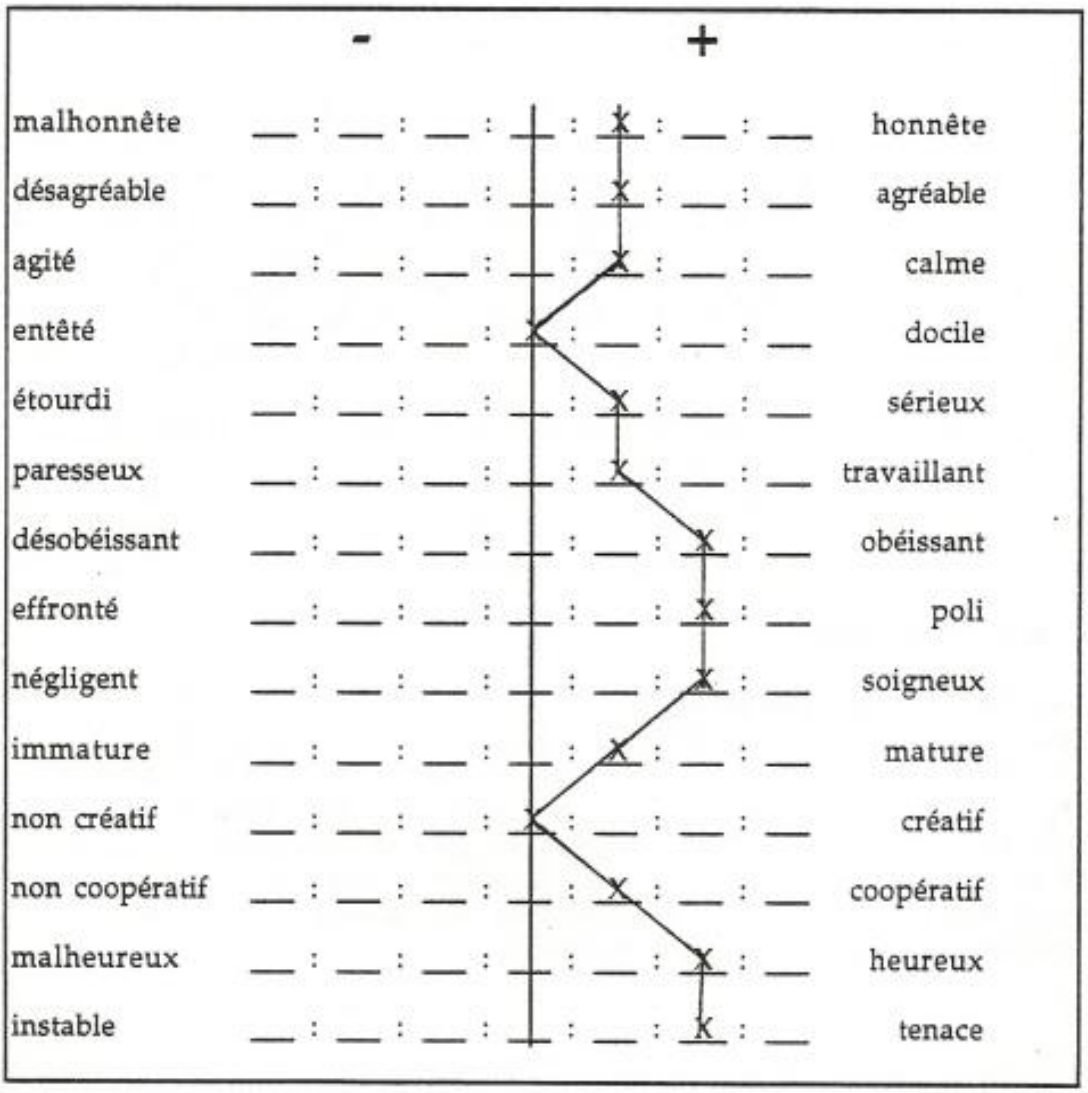
Les pointages se situant dans la zone de **plus** de **70** points démontrent une perception de *plutôt positive* à *très positive* de l'élève.

Précisons que ces « zones » ne sont présentées qu'à titre indicatif. Il faut être très prudent dans leur interprétation étant donné que cette façon de faire et de traiter les données n'a pas fait l'objet de validation.

Illustration graphique

Pour réaliser un graphique avec l'instrument, il s'agit de tracer une ligne verticale sur la zone « neutre » au centre. Cette zone sépare le pôle négatif (à gauche) du pôle positif (à droite).

Dans un deuxième temps, il s'agit de relier tous les **X** entre eux comme le démontre l'exemple.



Les réactions de l'enseignant à l'égard de quatre types d'élèves

Une autre façon de favoriser chez l'enseignant la connaissance de ses attitudes envers certains de ses élèves est la procédure de catégorisation des élèves. À la suite de divers travaux de recherche, il est possible d'identifier quatre types d'élèves qui produisent chez l'enseignant des attitudes différentes. Ces types d'élèves sont :

- l'élève **attachant**
- l'élève **préoccupant**
- l'élève **indifférent**
- l'élève **rejeté**.

Voici les différentes caractéristiques de ces élèves ainsi que le comportement des enseignants à leur égard. Ces descriptions se basent sur de nombreuses recherches effectuées depuis plusieurs années.

L'élève **attachant**

Cet élève attire l'affection de l'enseignant. Il a de bonnes capacités intellectuelles. Perçu comme brillant, vaillant et sans problème, il se conforme aux attentes de l'enseignant et inspire confiance. Il répond adéquatement en se montrant coopératif, aidant, ordonné, motivé, responsable et persévérant. Il sert souvent de modèle pour les autres élèves. L'élève se comporte positivement en classe. En somme, il répond aux attentes de l'enseignant.

L'enseignant traite cet élève avec respect et lui permet plus d'initiatives et d'indépendance qu'aux autres élèves. Il le félicite fréquemment. L'élève mérite bien, selon l'enseignant, ce traitement individuel. L'enseignant vit une relation positive avec lui. Cependant, les recherches n'ont pu démontrer clairement que l'enseignant favorisait cet élève plus qu'un autre.

L'élève **préoccupant**

Cet élève est décrit comme présentant une attitude positive envers l'école mais réussit peu à cause, semble-t-il, de problèmes affectifs ou d'un manque de capacités intellectuelles. Il est actif et demeure dépendant des explications et des rétroactions de l'enseignant pour s'orienter dans ses tâches. Il travaille lentement.

Il initie beaucoup de contacts positifs avec l'enseignant. Les garçons de ce groupe présentent des problèmes de comportement en classe mais ils ne s'opposent pas agressivement à l'enseignant. Ils permettent à l'enseignant d'exercer pleinement son rôle d'enseignant.

Cet élève ne performe pas très bien sur le plan scolaire. Il n'est pas autonome comme travailleur ; il demande souvent plus d'explications, plus de supervision pour accomplir une tâche ou comprendre une notion. Cependant, malgré ses difficultés, il se montre motivé et capable d'effort ; cet élève déploie donc quelques attitudes positives face au travail. Il se conforme aussi au rôle d'élève par son attitude positive face à l'enseignant et à l'école. Ainsi, l'enseignant ne juge pas cette déviation suffisamment forte pour le punir en le rejetant. Il reste plutôt positif en se montrant préoccupé.

L'enseignant lui accorde beaucoup plus de temps et d'attention qu'aux autres élèves. L'enseignant semble se sentir engagé professionnellement en regard de ses difficultés scolaires. Il lui répond positivement, il l'encourage. En résumé, l'enseignant a une relation d'aidant avec l'élève. Toutefois, la recherche n'a pas encore démontré clairement que l'enseignant se montrait plus tolérant envers ce type d'élèves.

L'élève **indifférent**

Cet élève a peu d'interactions avec l'enseignant et évite même son contact. Il est perçu par l'enseignant comme passif et noue peu de liens individuels avec lui. Il a une attitude plus ou moins positive envers l'école et l'enseignant. C'est l'élève que l'enseignant peut avoir tendance à oublier.

L'élève de type indifférent réussit moyennement en classe. Il est plutôt passif et entre peu en relation avec l'enseignant. Il semble même l'éviter ou il évite de s'impliquer dans la situation scolaire. Les recherches ne réussissent pas encore à préciser la nature des attitudes de ces élèves.

L'enseignant évite activement d'entrer en relation avec cet élève suite aux comportements répétés d'évitement rencontrés chez lui. Certains auteurs ont démontré que l'enseignant compense en vérifiant son travail, en lui offrant son aide et en le critiquant peu. L'enseignant semble réagir à l'élève indifférent et, à tous le moins, essayer d'améliorer la relation.

L'élèves **rejeté**

C'est celui qui présente des problèmes de comportement et manifeste de l'hostilité envers l'enseignant. Il se comporte de façon inadéquate en classe, est insolent et insultant. Il est perçu comme tricheur, paresseux et batailleur.

L'élève rejeté se distingue des autres par le fait qu'il ne se conforme pas au modèle de socialisation basé sur le respect d'autrui ; au contraire, il défie ouvertement l'autorité, lui démontre l'hostilité et de l'agressivité.

Il suscite de constantes interventions disciplinaires, ce qui surcharge l'enseignant dans ses rôles de gestionnaire, de socialisateur et d'évaluateur. Son attitude face au travail et à l'apprentissage n'est pas perçue par l'enseignant comme celle permettant de réussir.

L'enseignant, en raison des troubles de comportement et de l'hostilité de l'élève envers lui, réagit par un comportement. Il évite ce type d'élève, l'isole plus souvent et demande à ce qu'il soit orienté en classe spéciale.

Il sous-estime les performances scolaires et intellectuelles de ce type d'élève. Les autres élèves de la classe perçoivent clairement l'hostilité de l'enseignant envers l'élève rejeté. L'enseignant le critique souvent pour le peu de qualité de son travail et il le punit pour ses comportements déviants.

L'enseignant initie de fréquents contacts avec l'élève, tant en privé qu'en classe, mais souvent, la relation est négative pour l'élève. En somme, l'enseignant se montre exacerbé par ce type d'élève.

L'élève rejeté se distingue clairement par son attitude scolaire négative et pas ses comportements déviants et hostiles envers l'enseignant. Il ne collabore pas et ne respecte pas les règlements de la classe. Cet élève rejette l'enseignant.

Les résultats de nos recherches démontrent que les attitudes des enseignants sont particulièrement positives pour les élèves attachants et préoccupants et moins positives pour les élèves indifférents et rejetés. Sans l'avoir vérifié de façon systématique, nous croyons qu'un élève peut varier de catégorie selon les enseignants et selon le moment où a lieu la passation du questionnaire.

En d'autres mots, pour l'*enseignant de français, l'élève A peut être considéré comme* **préoccupant**. Ce même élève peut être considéré comme **attachant** *par le*

professeur d'anglais. Il est impossible également qu'un *élève* considéré comme **attachant** *au début de l'année,* soit perçu comme **préoccupant** *à la fin de l'année.*

Nous proposons maintenant une deuxième activité à réaliser avec les enseignants. Cette activité a pour objectif général de favoriser chez l'enseignant une plus grande connaissance de certains de ses élèves.

Élèves différents et réactions différentes

Objectif : Cette activité vise à favoriser chez l'enseignant une plus grande connaissance de certains de ses élèves. L'activité vise également à susciter, chez l'enseignant, des interrogations sur ses comportements en classe envers certains types d'élèves.

Déroulement : Formez un petit groupe d'enseignants de 8 à 10 personnes volontaires pour participer à l'atelier. Ces enseignants interviennent auprès d'élèves sans difficulté scolaire et auprès d'élèves potentiellement décrocheurs.
Distribuez à chaque enseignant le questionnaire *Quatre types d'élèves*. Chaque type d'élève est brièvement décrit dans le questionnaire et chaque description se termine par une question qui correspond au type d'élève en question (**attachant, préoccupant, indifférent** ou **rejeté**)

Avant de répondre, l'enseignant a les listes de ses élèves en main. Voici maintenant trois modalités possibles pour réaliser cette activité

<u>Modalité A</u>

L'enseignant inscrit le code de deux élèves qui correspondent à la description du type 1 ; puis deux autres qui correspondent à la description du type 2 ; deux autres qui correspondent à la description du type 3 ; et deux autres qui correspondent à la description du type 4.
Vous leur communiquez également le code de deux élèves qui sont potentiellement décrocheurs et leur demandez de les situer dans l'espace correspondant à l'un des quatre types d'élèves.

Modalité B

À partir d'une liste d'élèves, choisissez au hasard 10 noms. Ajoutez à cette liste le nom de deux élèves qui sont potentiellement décrocheurs. Assurez-vous que les enseignants ont ces élèves dans leurs groupes. Attribuez à chaque nom un code. Demandez aux enseignants de placer ces élèves dans l'un des quatre types.

Modalité C

Quelques mois après l'expérience (Modalité B), demandez aux enseignants de reclasser les mêmes élèves. Comparez les résultats avec la première classification.

Si vous choisissiez :

Modalité A

Demandez aux enseignants de parler des élèves classés dans le type 1. N'abordez pas tout de suite la discussion concernant les deux élèves potentiellement décrocheurs. Comment se comportent ces élèves ? Qu'est-ce qui caractérise ces élèves ? Comment les enseignants se sentent-ils vis-à-vis de ces élèves ?
Est-ce qu'il y a plus de filles que de garçons ? Est-ce qu'il y a consensus entre les enseignants ?
Faites la même démarche pour les trois autres types d'élèves. Par la suite, demandez aux enseignants de parler de deux élèves potentiellement décrocheurs.
Ont-ils tous été classés dans le même type ?

Modalité B

Vérifiez s'il y a consensus dans la classification des élèves. Qu'est-ce qui fait qu'un élève ne se retrouve pas nécessairement dans le même type selon les enseignants ?

Modalité C

Est-ce qu'il y a des différences ? Comment les expliquer ?

Recommandations : Cette activité suppose beaucoup de respect des personnes (enseignants et jeunes). Il est important que ce qui se dit lors des rencontres demeure confidentiel. Cette activité permettra à l'enseignant d'être conscient de ses représentations des élèves pour ensuite, en toute connaissance de cause, être particulièrement attentif aux élèves placés dans les types **indifférent** et **rejeté**.

Il est souhaitable que cet exercice puisse être l'occasion d'un partage avec d'autres enseignants. Les élèves qui se retrouvent dans les types **indifférent** et **rejeté** et sur lesquels les enseignants font consensus mériteraient une attention et un support particuliers. Ce moyen peut également être une excellente occasion (pour l'enseignant) de se rendre compte que l'élève peut se comporter de la même façon ou d'une façon différente avec les autres enseignants.

Il est recommandé de faire vivre l'activité dans un premier temps et de présenter les aspects théoriques sur les quatre types d'élèves dans un deuxième temps.

Quatre types d'élèves

Inscrivez les codes des élèves dans l'espace libre sous chaque description

Type 1
Cet élève attire l'affection de l'enseignant. C'est un élève qui est bon performeur au plan intellectuel. Il se conforme généralement bien en classe. Il se porte souvent volontaire pour répondre aux questions et y répond habituellement correctement. Il sert souvent de modèle pour les autres élèves. C'est l'élève qui correspond à la question suivante :

Si vous pouviez garder un élève une année de plus, pour le simple plaisir de le faire, lequel choisiriez-vous ?

Type 2
Cet élève est celui qui a des aptitudes intellectuelles limitées, des acquis scolaires déficients et qui compose difficilement avec les demandes de l'école. Il a besoin de soutien de l'enseignant pour progresser. Cet élève est dépendant de l'enseignant en ce qui a trait aux directives à suivre pour le travail. Son attitude reste positive à l'égard de l'école et de l'enseignant. C'est l'élève qui correspond à la question suivante :

Si vous pouviez vous consacrez entièrement à un élève qui vous préoccupe beaucoup, lequel choisiriez-vous ?

Type 3
Cet élève est celui qui a peu d'interaction avec l'enseignant et qui évite même son contact. C'est un élève qui initie peu d'interaction, qui répond peu aux questions adressées au groupe. Il a une attitude plus ou moins positive envers l'école et l'enseignant. C'est l'élève que l'enseignant peut avoir tendance à oublier. C'est l'élève qui correspond à la question suivante :

Si des parents se présentaient à vous sans être attendus, pour quel élève auriez-vous peu de chose à dire ?

Type 4
Cet élève est celui qui présente des problèmes de comportement et manifeste de l'hostilité envers l'enseignant. Il se comporte de façon inadéquate en classe, est insolent et insultant. Il demande beaucoup d'attention et ne collabore pas. Ne respecte pas les règlements. C'est l'élève qui correspond à la question suivante :

Si votre classe devait être réduite d'un élève, lequel accepteriez-vous de retirer à cause des problèmes qu'il présente ?

Références : instrument adapté de Potvin, P & Rousseau, R. (1991)

Le sentiment de responsabilité de l'enseignant envers le rendement scolaire de ses élèves

Le sentiment de responsabilité de l'enseignant est mesuré à l'aide du questionnaire *Sentiment de responsabilité des enseignants face au rendement des élèves* (SRRE). Ce questionnaire nous indique jusqu'à quel point l'enseignant s'attribue les échecs ou les succès de ses élèves, ou encore, jusqu'à quel point il les attribue à des facteurs qui lui sont extérieurs (élèves ou autres).

Certains travaux de recherche ont démontré l'importance du sentiment de responsabilité. Les résultats de ces recherches mentionnent que le sens de l'efficacité de l'enseignant, défini comme la croyance de celui-ci dans sa capacité d'avoir des effets sur la performance de l'élève, serait l'attribut qui pourrait le plus influencer la performance de l'enseignant. Il semblerait que la croyance dans sa responsabilité et les attentes face aux apprentissages des élèves peuvent avoir un impact important sur les apprentissages.

De plus, ce sentiment de responsabilité constitue une force motivationnelle qui a une influence sur la performance de la classe de l'enseignant. Certains travaux de recherche ont démontré que les enseignants des écoles perçues comme « moins efficaces » ont tendance à se sentir moins responsable de l'apprentissage des élèves que ceux des écoles perçues comme « plus efficaces ».

Ces travaux démontrent aussi qu'il existe une différence entre le sentiment de responsabilité des femmes et celui des hommes :

- les femmes se sentent plus responsables que les hommes du rendement scolaire de leurs élèves. Plus précisément, les femmes s'attribuent une responsabilité plus grande lorsqu'il s'agit des succès scolaires de leurs élèves.

De plus, de façon générale, les enseignants qui ont un sentiment de responsabilité envers le succès (**R+**) de niveau fort ou moyen présentent des attitudes plus positives envers les élèves. Les élèves, quant à eux, ont des attitudes plus positives envers ses enseignants.

Nous comprenons ce phénomène comme suit :

- le fait de se sentir responsable des succès de ses élèves, et de s'attribuer une bonne partie de la responsabilité de la réussite de sa classe, est également associé au fait de voir ou d'accepter le rôle que l'on joue dans l'apprentissage des élèves. C'est également concevoir que l'on a une influence sur le comportement des élèves. C'est aussi, en quelque sorte, avoir une vision très positive de son rôle d'enseignant. Il semblerait que l'enseignant qui voit positivement son rôle et sa responsabilité dans le domaine du succès des élèves aurait tendance également à voir positivement les élèves. De plus, les élèves auraient tendance à avoir la même réaction.

Nous proposons une troisième activité à réaliser avec les enseignants. Elle a pour principal objectif de développer chez l'enseignant une meilleure connaissance de son sentiment de responsabilité.

Quel est mon sentiment de responsabilité à l'égard du rendement scolaire de mes élèves ?

Objectif : Cette activité vise à faire connaître à l'enseignant le niveau de son sentiment de responsabilité face aux succès et aux échecs scolaires de ses élèves. Elle veut également faire connaître le rôle et l'importance du sentiment de responsabilité dans la relation enseignant-élèves.

Matériel : *Questionnaire mesurant le sentiment de responsabilité face au rendement des élèves* (SRRE)

Déroulement : Formez un petit groupe d'enseignants volontaires pour participer à l'activité.
Distribuez à chaque enseignant le *Questionnaire mesurant le sentiment de responsabilité face au rendement des élèves* (SRRE).
Chaque enseignant répond au questionnaire et compile ses résultats. Dans un deuxième temps, les participants traduisent leurs pointages en graphique. Ces résultats restent personnels et ne sont pas nécessairement dévoilés.

Dans un premier temps, demandez aux enseignants de partager ce qu'ils ont vécu en répondant au questionnaire. Y avait-il des questions difficiles ?

Dans un deuxième temps, présentez-leur ce que la recherche dit du sentiment de responsabilité. Échangez à partir des différentes réactions.

Présentez par la suite les catégories du **R+** et du **R-** et demandez aux enseignants de se situer dans ces

catégories. Il est important de considérer ces catégories à titre d'indicateurs.

Recommandations :

Cette activité suppose beaucoup de respect des personnes (enseignants et jeunes). Il est important que ce qui se dit lors de la rencontre demeure confidentiel. Le sentiment de responsabilité ne doit être ni trop élevé ni trop bas. Un sentiment trop faible ou trop fort peut avoir des effets moins positifs sur les attitudes des enseignants et des élèves. À ce niveau, les femmes peuvent avoir tendance à développer un sentiment *trop élevé* alors que les hommes, à l'inverse, pourraient profiter d'une augmentation de leur sentiment de responsabilité. Il est important ici de tenir compte des nombreuses différences individuelles chez les enseignants.

Il est recommandé de faire vivre l'activité dans un premier temps et de présenter les aspects théoriques sur le sentiment de responsabilité dans un deuxième temps.

Adaptation et commentaires :

Questionnaire mesurant le sentiment de responsabilité face au rendement des élèves (SRRE)

Directives

Répondez à *chacune des questions* suivantes en accordant une pondération (en pourcentage) à chacun des deux choix proposés. Par exemple :

Si la plupart de vos élèves font leurs devoirs, est-ce dû à…

____ a) leur motivation personnelle

ou

____ b) la clarté de vos explications concernant ce devoir ?

Si vous croyez que la motivation des élèves les pousse davantage à faire leurs devoirs que la clarté de vos explications, alors vous pouvez répondre :

85 % vis-à-vis du choix a)
15 % vis-à-vis du choix b)

Vous pouvez tout aussi bien penser le contraire ; ainsi, vous pouvez attribuez presque entièrement au choix b) le fait que les élèves font leurs devoirs et accorder 99 % à ce choix. Dans ce cas, le choix a) ne recevra que 1 %. Le pourcentage varie selon la force de vos convictions face à chacune des alternatives.

Les deux pondérations doivent toujours totaliser 100 %.

Références : traduction du RSA de Guskey, T.R., (1981) par Goyette, G. et autres (1984)

1. ***Si un élève réussit bien dans votre classe, cela dépend-il de…***

_____ a) ses aptitudes naturelles,
ou
_____ b) l'encouragement que vous lui apportez ?

2. ***Quand votre classe a de la difficulté à comprendre ce que vous enseignez, est-ce habituellement attribuable à …***

_____ a) à un manque de clarté dans vos explications,
ou
_____ b) à la lenteur de vos étudiants à comprendre des concepts difficiles ?

3. ***Quand la plupart de vos élèves réussissent bien un examen, est-ce parce que…***

_____ a) l'examen était trop facile,
ou
_____ b) vous leur avez fait savoir exactement ce que vous attendiez d'eux ?

4. ***Quand un élève de votre classe n'arrive pas à se souvenir de ce que vous venez de dire, est-ce parce que…***

_____ a) vous n'avez pas assez insisté sur ce point,
ou
_____ b) certains élèves ne portent jamais attention ?

5. ***Si votre directeur vous félicite pour votre bon travail, est-ce dû…***

_____ a) au succès que vous avez obtenu avec la plupart de vos élèves,
ou
_____ b) au fait que les directeurs félicitent ainsi les enseignants pour les motiver ?

6. ***Si vous réussissez particulièrement bien avec une classe, attribuez-vous ce succès…***

_____ a) à l'aide que vous avez apportée à vos élèves pour surmonter leurs difficultés d'apprentissage,

ou

_____ b) à l'habitude de ces élèves de toujours réussir ?

7. ***Si vos élèves saisissent rapidement une idée, est-ce dû au fait que…***

_____ a) vous avez réussi à encourager leurs efforts d'apprentissage,

ou

_____ b) vos élèves sont naturellement intelligents ?

8. ***Si votre directeur vous suggère certains changements méthodologiques, est-ce à cause…***

_____ a) de ses idées personnelles concernant la méthodologie de l'enseignement,

ou

_____ b) de l'insuccès que vous avez connu auprès de vos élèves ?

9. ***Lorsqu'un grand nombre d'élèves de votre classe ne réussissent pas, est-ce habituellement dû…***

_____ a) à leur insuccès dans les classes précédentes et à leur manque de détermination,

ou

_____ b) au fait que vous avez manqué de temps pour leur apporter toute l'aide dont ils avaient besoin ?

10. ***Lorsque vos élèves apprennent facilement quelque chose est-ce habituellement dû au fait…***

_____ a) qu'ils y étaient intéressés d'avance,

ou

_____ b) que vous les avez suffisamment aidés à organiser les concepts ?

11. ***Lorsque vos élèves oublient vos explications, cela dépend-il…***

_____ a) de la rapidité avec laquelle la plupart des élèves oublient les nouveaux concepts,

ou

_____ b) du fait que vous n'avez pas su impliquer activement vos élèves dans l'apprentissage ?

12. ***Lorsque vous trouvez difficile de faire assimiler une unité d'enseignement à certains élèves, est-ce à cause…***

_____ a) de votre manque d'insistance sur les unités précédentes,

ou

_____ b) de la lenteur habituelle de ces élèves à comprendre et à apprendre ?

13. ***Si vous présentez une nouvelle idée à vos élèves et que la plupart d'entre eux la retiennent, est-ce habituellement parce que…***

_____ a) vous avez révisé et réexpliqué suffisamment les parties difficiles,

ou

_____ b) vos élèves y étaient intéressés avant même que vous ne l'expliquiez ?

14. ***Lorsque vos élèves échouent à un examen, est-ce dû…***

_____ a) à leur manque de détermination à réussir,

ou

_____ b) au peu d'importance que vous avez accordé à une préparation adéquate de leur part ?

15. ***Lorsque des parents louangent votre magnifique travail, est-ce dû…***

_____ a) à l'aide particulière que vous avez apportée à leur enfant,

ou

_____ b) au fait que leur enfant est généralement un bon élève ?

16. ***Si un élève ne réussit pas dans votre classe, cela s'explique-t-il ordinairement…***

_____ a) parce qu'il n'a pas fourni assez d'effort au travail,
ou
_____ b) parce que vous n'avez pas su le motiver adéquatement ?

17. ***Si vous n'obtenez pas le succès habituel avec une certaine classe, est-ce dû…***

_____ a) à une moins bonne planification de votre part,
ou
_____ b) aux capacités moindres de ces élèves par rapport aux autres ?

18. ***Si un élève vous dit : « Vous êtes un excellent professeur » cela signifie-t-il…***

_____ a) que vous lui avez rendu l'apprentissage intéressant,
ou
_____ b) que les élèves essaient généralement de gagner la faveur de leur professeur ?

19. ***Si vous découvrez que plusieurs élèves souhaitent être dans votre classe, en imputez-vous la cause…***

_____ a) à l'admiration que leur inspire votre belle personnalité,
ou
_____ b) au désir d'apprendre que vous suscitez chez la plupart d'entre eux ?

20. ***Si vous aidez un élève à résoudre un certain problème et que cet élève éprouve beaucoup de difficulté, en imputez-vous la cause…***

_____ a) à vos explications peut-être mal adaptées à son niveau,
ou
_____ b) à son manque d'habitude de se faire aider par des adultes ?

21. ***Lorsque vous trouvez facile d'enseigner une unité à votre classe, est-ce dû…***

_____ a) à la participation que vous avez su obtenir de la plupart des élèves,

ou

_____ b) à la facilité particulière de cette unité ?

22. ***Lorsqu'un de vos élèves se souvient de quelque chose dont vous avez parlé plusieurs semaines auparavant, est-ce dû…***

_____ a) à l'excellente mémoire de cet élève,

ou

_____ b) à l'intérêt que vous avez su éveiller chez lui ?

23. ***Si vous travaillez avec un élève qui n'arrive pas à saisir un concept et que soudainement, il le comprend, attribuez-vous cette réussite…***

_____ a) aux explications et aux feed-back constants que vous lui avez données à chaque étape de son apprentissage,

ou

_____ b) à sa persévérance à travailler jusqu'à ce qu'il ait compris ?

24. ***Lorsque vous éprouvez de la difficulté à intéresser vos élèves à une unité d'enseignement, est-ce habituellement parce que…***

_____ a) vous n'avez pas eu le temps de bien planifier la présentation de de cette unité,

ou

_____ b) vos élèves sont en général difficiles à motiver ?

25. ***Si l'un de vos élèves vous disait : « Vous êtes un mauvais professeur » ; serait-ce un symptôme…***

_____ a) de nombreuses difficultés d'apprentissage chez la plupart de vos élèves,

ou

_____ b) de votre incapacité à fournir à cet élève une attention particulière ?

26. ***Lorsque vos élèves s'intéressent, dès le début, à une unité d'enseignement, est-ce dû…***

_____ a) à l'intérêt particulièrement grand que suscite cette unité,
ou
_____ b) au succès que vous avez obtenu à y impliquer activement la plupart des élèves ?

27. ***Si vous constatez que la plupart de vos élèves réussissent très bien, en attribuez-vous la cause…***

_____ a) à l'encouragement que leur accordent les parents dans leurs travaux scolaires,
ou
_____ b) au fait que vous avez su motiver vos élèves au travail ?

28. ***Lorsque vos élèves éprouvent de la difficulté à apprendre quelque chose, en attribuez-vous la cause…***

_____ a) à leur manque de volonté d'y travailler,
ou
_____ b) à votre incapacité de susciter leur intérêt ?

29. ***Si un parent critique votre enseignement, est-ce dû…***

_____ a) à la difficulté que vous éprouvez à amener son enfant à rencontrer vos exigences,
ou
_____ b) au fait que son enfant n'est pas intellectuellement prêt à réussir dans votre classe ?

30. ***S'il vous arrive de vous sentir déprimé à cause de l'enseignement, vous dites-vous …***

_____ a) qu'apprendre est une activité difficile pour plusieurs de vos élèves,
ou
_____ b) que vous ne réussissez pas à motiver vos élèves à travailler autant qu'ils le devraient ?

Compilation et analyse des résultats

L'enseignant répond à un questionnaire composé de 30 énoncés décrivant des situations hypothétiques susceptibles de se produire régulièrement dans la vie courante de la classe. Après chaque situation, l'enseignant doit répondre, en pourcentage, à deux énoncés dont l'un présente l'enseignant comme responsable de cette situation (*responsabilité interne*) alors que l'autre attribue la responsabilité à un facteur extérieur (*responsabilité externe*). La somme des deux pourcentages doit être égale à 100 pour chaque énoncé.

Deux pointages de responsabilité interne sont obtenus : le **R+** et le **R-**. Le pointage **R+** indique la responsabilité interne face au *succès académique* et il s'obtient en calculant la moyenne des pourcentages attribués aux 15 énoncés présentant des situations de succès académique.

Le pointage **R-**, qui indique la responsabilité interne face à l'*échec*, s'obtient en calculant la moyenne des pourcentages attribués aux 15 énoncés présentant des situations d'échec académique.

<u>Comment calculer le R+</u>

1. Additionnez les pourcentages des 15 énoncés suivants :

1 b	18 a
3 b	19 b
5 a	21 a
6 a	22 b
7 a	23 a
10 b	26 b
13 a	27 b
15 a	

2. Divisez cette somme par 15

Comment calculer R-

1. Additionnez les pourcentages des 15 énoncés suivants:

2 a	17 a
4 a	20 a
8 b	24 a
9 b	25 b
11 b	28 b
12 a	29 a
14 b	30 b
16 b	

2. Divisez cette somme par 15.

Catégories comme indicateurs

R+	Faible	55 et moins	**R-**	Faible	33 et moins
R+	Moyen	56 à 63	**R-**	Moyen	34 à 45
R+	Fort	64 et plus	**R-**	Fort	46 et plus

Illustration graphique

ÉVALUATION

Introduction

Cette section du guide n'a pas la prétention de traiter en profondeur la l'évaluation d'activité ou de programme. Il s'agit plutôt de présenter quelques éléments importants à se rappeler au niveau du développement d'un programme à l'aide du Guide d'activité, des orientation de l'évaluation et de fournir des exemples de fiches d'évaluation.

Ce qu'est un programme

Un ensemble organisé de buts, d'objectifs spécifiques, de contenus organisés de façon séquentielle, de moyens didactiques, d'activités d'apprentissage et procédés d'évaluation pour mesurer l'atteinte de ces objectifs. (Nadeau, 1988)

Un ensemble organisé, cohérent et intégré d'activités et de services réalisés simultanément ou successivement, avec les ressources nécessaires, dans le but d'atteindre des objectifs déterminés, en rapport avec des problèmes de santé précis et ce, pour une population définie. (Pineault & Daveluy 1995).

Ensemble d'activités formant un tout cohérent et organisé, impliquant des ressources humaines, matérielles et financières, qui permettent de produire des services particuliers auprès d'une population prédéterminée afin d'en modifier l'état ou de répondre à des besoins précis (Gouvernement du Québec, 1998 p. 119).

L'évaluation des activités et du programme

Il existe plusieurs sortes d'évaluation de programme et plusieurs approches ou méthodes. Limitons nous ici à l'évaluation d'implantation ou formative des activités et du programme. Le but de cette évaluation et de vérifier si votre programme répond aux besoins identifié, s'il est satisfaisant pour les élèves, les parents et/ou les enseignants (si vous intervenez à ce niveau). Si vous, comme responsable, êtes satisfait du programme. Il est possible de pousser plus loin l'évaluation en vérifiant ses effets. Suite à la participation au programme des élèves à risque, est-ce qu'il s'est produit un ou des changements qui peuvent être attribuable au programme? Si par exemple vous utilisez le logiciel d'évaluation comme mesure avant et après, est-ce que vous observez des différences au niveau du risque? Nous allons, cependant, ici se limiter à l'évaluation d'implantation et non des effets.

L'évaluation de chaque activité. Vous allez réaliser deux formes d'évaluation des activités : l'évaluation par les élèves participants et l'évaluation de l'intervenant qui applique le programme

L'évaluation par les élèves. À la fin de chaque activité, il s'agit de faire un retour sur ce qui a été vécu, qu'est-ce qui a été appris? Qu'est-ce qui a été le plus apprécié et le moins apprécié, quelles sont les commentaires pour améliorer si nécessaire. Cette évaluation peut être écrite en utilisant la fiche d'évaluation de l'activité (version élève) ou orale en prenant des notes dans sont journal de bord.
L'évaluation par l'intervenant. À la fin de chaque activité, il s'agit pour l'intervenant de faire un retour sur l'activité en utilisant la fiche d'évaluation de l'activité (version intervenant).

L'évaluation du programme. Cette évaluation est au niveau de l'ensemble de la démarche. Quels sont les aspects forts du programme élaboré; qu'est-ce qui semble le plus avoir contribué au changement chez les participants; quels sont les aspects les plus satisfaisant ?; que doit-on modifié, pourquoi? etc. Afin de faciliter cette évaluation, l'intervenant responsable, analyse son journal de bord et les différentes fiches d'évaluation de l'activité. Pour cette partie de l'évaluation, voir la fiche évaluation du programme.

Fiche d'évaluation de chaque activité (Version élève)

De plus, les activités sont conçues de façon à se terminer par un retour. L'intervenant peut donc, à l'occasion, profiter de ce moment pour demander une évaluation écrite aux participants ou pour distribuer un questionnaire comprenant des questions d'ordre général.

Voici un exemple de ce type de questionnaire :

Questionnaire-type : *Mon appréciation de l'activité*

Nom : _____

Thème abordé : _____

Titre de l'activité : _____

		OUI	**NON**	**?**
1.	J'ai aimé l'activité.	□	□	□
2.	J'ai appris quelque chose de nouveau.	□	□	□
3.	J'aimerais en apprendre plus long.	□	□	□
4.	J'aimerais qu'elle dure plus longtemps.	□	□	□
5.	Cette activité me sera utile.	□	□	□

Dans cette activité, j'ai particulièrement aimé _____
_____

J'aurais aimé que cette activité _____
_____

Commentaires
_____
_____

Nous présentons ici un exemple de questionnaire qui s'appliquerait aux jeunes ayant participé aux quatre premières activités reliées au thème « La connaissance de soi ».

Questionnaire d'évaluation : *Activité du thème « La connaissance de soi »*

Nom : _____
École : _____

1. Écris trois éléments qui caractérisent ton apparence physique ?

_____
_____

2. Nomme un aspect de toi que tu aimerais changer ?

_____

3. Quel est ton rêve le plus cher ?

_____

4. Écris comment tu te sens présentement ?

_____

5. Quand quelqu'un se moque de toi, comment te sens-tu ?

_____

6. Nomme les cinq choses le plus importantes pour toi ?

_____
_____
_____
_____

Fiche d'évaluation pour l'intervenant

1. Quel est l'aspect de l'activité qui fut le plus réussi? Le moins réussi? Pourquoi?

2. Quelle partie de l'activité est la plus facile à animer? La plus difficile?

3. Vous êtes-vous senti inconfortable avec un aspect ou l'autre de l'activité? Que pouvez-vous faire pour améliorer cette situation?

4. Quels sont d'après vous les objectifs atteints ou en voie de l'être ?

5. Autres questionnement :

Finalement, le journal de bord peut servir à des fins d'évaluation. En fait, il constitue un excellent aide-mémoire dans lequel peuvent être consignées une foule d'informations susceptibles d'être traitées. Ces informations vous aideront pour l'évaluation du programme.

Fiche d'évaluation du programme (version intervenant)

Présentez brièvement l'ensemble des participants en précisant:

1. la description des caractéristiques des élèves rejoints par le programme (âge, sexe, niveau scolaire, etc.);
2. les modalités de recrutement de ces élèves, incluant les instruments utilisés;
3. les principaux besoins de ces élèves tel qu'évalués avant la mise en œuvre du programme. Précisez la méthode d'évaluation des besoins : le logiciel du CTREQ, d'autres instruments, etc ;
4. les caractéristiques de l'équipe d'intervenants (sexe, formation, expérience, etc.)

Présentez l'évaluation du programme

5. les objectifs poursuivi par le programme
6. le volet auquel l'évaluation s'applique (élève, enseignant, parents);
7. les thèmes abordés et les différents titres d'activités réalisés
8. les instruments de mesure utilisés pour l'évaluation (s'il y a lieu)
9. le niveau d'atteinte des objectifs, les changements observés ou les résultats de mesure avant/après (s'il y a lieu)
10. les principales forces du programme ;
11. les principaux changements apportés ou à recommander
12. l'utilité du Guide d'activité.

Références

Comme nous l'avons mentionné au début du *Guide,* le décrochage scolaire a fait l'objet de nombreuses recherches durant les deux dernières décennies. Nous vous invitons à consulter la ***Bibliographie*** à la fin de la *Trousse de prévention du risque de décrochage scolaire Y'a une place pour toi.* Document téléchargeable gratuitement : www.ctreq.qc.ca. De plus, nous vous invitons à consulter les références suivantes.

Potvin, P., Fortin, L., & Lessard, A. (2005). Le décrochage scolaire. Dans L. Massé, N. Desbiens, & C. Lanaris (Éds.), *Troubles du comportement à l'école : prévention, évaluation et intervention* (pp. 67-78). Montréal : Gaëtan Morin Éditeur.

Fortin, L., Marcotte, D., Royer, É., & Potvin, P. (2005). Hétérogénéité des élèves à risque de décrochage scolaire : facteurs personnels, familiaux et scolaires. Dans L. Deblois (Éd.), La réussite scolaire : comprendre et mieux intervenir (D. Lamothe, coll.) (pp. 51-64). Québec : Presses de l'Université Laval.

Lessard, A., Fortin, L., Royer, E., Potvin, P., Marcotte, D., & Joly, J. (2006). Les raisons de l'abandon scolaire : Différences selon le genre. *Revue québécoise de psychologie*. 27(1), 1-17.

Fortin, L., Lessard, A., Marcotte, D., Royer, É., & **Potvin, P.** (2006). Caractéristiques et parcours des filles en difficultés de comportement qui décrochent de l'école au secondaire. Dans P. Verlaan, & M. Déry (Eds.), *Les conduites antisociales des filles : **comprendre pour mieux agir*** (pp. 321-338). Québec : Presse de l'Université Laval.

Quelques sites Web d'info sur le décrochage scolaire :

Le site Web pour les jeunes : www.uneplacepourtoi.qc.ca

Le site Web du Centre de recherche et d'intervention sur la réussite scolaire (CRIRES): http://www.ulaval.ca/crires

Le site Web de l'Observatoire internationale de la réussite scolaire (OIRS) : http://www.crires-oirs.ulaval.ca/

Le site Web du *National Dropout Prevention Network* : http://www.dropoutprevention.org/

Le site Web de Pierre Potvin : www.uqtr.ca/~potvin

Liste des références du *Guide Les petits pas*

Note : Les références suivantes date des années 80 et 90. Plusieurs reste encore très pertinentes. Ce sont les références originales de la première version du Guide. Vous avez plus haut des références récentes que nous vous recommandons de consulter. Ces références représentent l'état actuel (année 2005 - 2007) de connaissances sur le décrochage scolaire.

VOLET ÉLÈVE

Anderson, J. (1981). *Thinking, changing, rearranging : improving self-esteem in in young people*. Oregon, Timberline Press.

Armstrong, J. et autres. *Communication parent-adolescent*. Charlesbourg, Commission scolaire Des Ilets.

Audet, J. & Larkin, H. *Pour mieux atterrir : accompagner le jeune décrocheur, la jeune décrocheuse*. Sherbrooke, CLSC SOC.

Bourget, N., Potvin, P., Gouvéia, J.L., Hébert, S., Labbé, R. & Labonté, A. (1990). *Ateliers d'orientation au travail : cahier d'activités*. Gouvernement du Canada : Emploi et Immigration Canada & Université du Québec à Trois-Rivières.

Bourget, N., Labbé, R., Labonté, A., Potvin, P., Gouvéia, J.L. & Hébert, S. (1990). *Ateliers d'orientation au travail : guide à l'intention du moniteur*. Gouvernement du Canada : Emploi et Immigration Canada & Université du Québec à Trois-Rivières.

Brais, Y. (1991). *Retard scolaire au primaire et risque d'abandon scolaire au secondaire*. Gouvernement du Québec : Ministère de l'éducation.

Brazeau, P. (1991). *Document d'orientation du Service de support et de transition (école St-Antoine)*. Saint-Hyacinthe, C.S.R. de Yamaska.

Brazeau, P. (1991). *Procédés et stratégies pédagogiques de l'enseignement de la relation relation d'aide et de support au service de support et de transition*. Saint-Hyacinthe, C.S.R. de Yamaska.

Brisson, V. (1987). *Développement de l'estime de soi et développement de la volonté*. Conférence présentée dans le cadre de La rencontre sur la réussite scolaire : Réussir à l'école ça s'apprend. CRIRES et FECS-CEQ.

Carr, R. & Saunders, G. (1992). *Co-Conseil : développé par le projet du Co-Conseil*. Document de travail. Université de Victoria : Faculté de l'éducation.

Carr, R. (1992). *Guide d'établissement d'un programme de mentorat*. Gouvernement du Canada : Direction générale des affaires de la jeunesse.

Chapman, E.N. (1991). *Relations humaines : jouez gagnant.* Collection 50 minutes pour réussir. Montréal, Éditions Agence d'Arc inc.

Clarke, G., Lewinston, P. & Hops, H. (1990). *Adolescents coping with depression course: leader's manual for adolescent groups.* Oregon, Castalia Publishing Compagny.

Clarke, G., Lewinston, P. & Hops, H. (1990). *Adolescent coping with depression course: student workbook*. Oregon, Castalia Publishing Company.

Cloutier, R. & Legault, G. (1991). *Les habitudes de vie des élèves du secondaire : Rapport d'étude*. Gouvernement du Québec : Ministère de l'Éducation, Direction de la recherche.

Comeau, M. & Rivard M. (1990). *Étude sociologique sur les incidences de l'abandon scolaire à la commission scolaire La Neigette*. Rimouski, Fondation Pro-Jeune-Est.

Côté, L. (1989). *Rapport d'ateliers d'orientation au travail*. Rapport d'ateliers d'orientation au travail.

Dortu, J.C. (1991). *L'anti-stress de l'étudiant*. Paris, Les Éditions d'Organisation.

Fossum, L. (1991). *Maîtrisez votre anxiété*. Collection 50 minutes pour réussir, Montréal, Éditions Agence d'Arc inc.

Hébert, S. & Potvin, P. (1991). *Quelques caractéristiques de participants et de participantes : été 1990*. Trois-Rivières, Université du Québec à Trois-Rivières.

Leblanc, P. (1989). *Rendement scolaire et tendance à l'abandon prématuré chez de*

jeunes adolescents de foyers désunis. Mémoire de maîtrise, Université du Québec à Trois-Rivières.

Marcoux, L., Roy, V. & Bisson, A. (1990). *Mon 1er budget*. Montréal, Fédération des Associations de Coopérative d'Économie Familiale du Québec.

Maziade, M. (1988). *Guide pour parents inquiets : aimer sans se culpabiliser*. Sainte-Foy, Québec, Les Éditions La Liberté.

Ouellet, R. & L'abbé, Y. (1986). *Programme d'entraînement aux habiletés sociales.* Brossard, Éditions Behavoria Inc.

Pallascio, R. (1992). *Une démarche de résolution de problèmes inscrite dans une conception de l'apprentissage*. Vie Pédagogique, 77, mars, 25-29.

Paquin, D. & Potvin, P. (1987). *Questionnaire sur les caractéristiques générales des adolescents*. Document de travail, Université du Québec à Trois-Rivières.

Potvin, P., Gouvéia, J. & Hébert, S. (1989). *Quelques caractéristiques de participants et participantes aux ateliers d'orientation au travail*. Trois-Rivières, Université du Québec à Trois-Rivières.

Potvin, P., Hébert, S. & Papillon, S. (1992). *Prévention de l'abandon scolaire auprès de l'élève, de sa famille et de l'école*. Document de travail, Communication dans le cadre du Forum sur La réussite scolaire, une affaire de motivation. Association des Cadres Scolaires du Québec.

Rivard, C. (1991). *Les décrocheurs scolaires : les comprendre, les aider*. La Salle, Québec, Hurtubise HMH.

Tremblay, M. (1990). *L'outil indispensable à la réussite* (livres 1 à 6). Les éditions Du Trésor.

Vanderslice, V., Cherry, F., Cochran, M. & Dean, C. (Family Matters Project*). Communication for empowerment: a facilitator's manual of empowermering teaching techniques*. New York, Cornell University.

Violette, M. (1991). *L'école… facile d'en sortir mais difficile d'y revenir, enquête auprès des décrocheurs et décrocheuses*. Gouvernement du Québec : Ministère de l'éducation, direction de la recherche.

Wyshnowski, O. (1991). *L'École avant tout : Trousse documentaire pour les professeurs et les conseillers en orientation*. Gouvernement du Canada, Manitoba : Éducation et formation professionnelle.

VOLET PARENT

Armstrong, J. et autres. *Communication parent-adolescent.* Charlesbourg, Commission scolaire Des Ilets.

Carlson, C. G. (1991). *The Parent Principle : prerequisite for educational success*. New Jersey, Educational Testing Service.

Couture, J. (1991). *Les interventions des parents comme éducateurs-soutiens au 1er cycle du primaire*. Mémoire de maîtrise, Université du Québec à Trois-Rivières.

Dean, C. & Cochran M. *Family Matters Project : Cooperative Communication between Home and School*. New York, Cornell University.

Fournier, F. & Lafortune, M. (1989). *Animer des groupes de parents d'adolescents.* Montréal, Bureau de consultation jeunesse inc.

Gagnier, J.P. (1992). *Quelques repères pour l'intervention auprès des parents : réflexion d'une équipe* (texte inédit).

Gagnier, J.P. (1992). *Comment parvenir à déculpabiliser le parent* (texte inédit).

Hébert, S. (1992). *L'intervention avec et auprès des familles dans un contexte de prévention de l'abandon scolaire* (texte inédit).

Herbert, J.W. & Wallace, T. (1992). *Family programs for academic learning*. The school community journal, 2, 1, 112-129.

Maziade, M. (1988). *Guide pour parents inquiets: aimer sans se culpabiliser*. Sainte-Foy, Québec, Les Éditions La Liberté, Paris, Éditions Frison-Roche.

Morin, C. (1987). *L'intervention avec et auprès des parents en milieux économiquement faibles : guide pédagogique*. Montréal, La Commission des Écoles Catholiques de

Montréal.

Morin, C. (1987). *L'intervention avec et auprès des parents en milieux économiquement faibles : cahier pratique*. Montréal, Commission des Écoles Catholiques de Montréal.

Peterson, C. I. & Warnsby, E. (1992). *Parents want a better day for their children*. The School Community Journal, 2,1, 156-162.

Redding, S. (1992). *Parent scale to measure the efficacy of strategies to enhance the curriculum on the home*. Lincoln, Academic Development Institute.

Redding, S. (1992). *Family values, the curriculum of the home and educational productivity*. The School Community Journal, 2,1, 162-170.

Seeley, D. S. et autres. (1991). *Principals speak : Parent involvement*. Report #2. New York, Research Foundation of City University of New York.

Vanderslice, V., Cherry, F., Chochran, M. & Dean, C. *Family Matters Project*. *Communication for empowerment: a facilitator's manual of empowering teaching techniques*. New York, Cornell University.

VOLET ENSEIGNANT

Brophy, J. J. & Evertson, C. M. (1981). *Student characteristics and teaching*. Longman éd., New York.

Gilly, M. (1980). *Maître-élève. Rôle institutionnel et représentations*. Paris, PUF. Coll. Pédagogie aujourd'hui.

Girard, L., McLean, E. & Morissette, D. (1992). *Supervision pédagogique et réussite scolaire*. Boucherville, Gaétan Morin éditeur.

Goyette, G., Villeneuve, J. & Nezet-Seguin, C. (1984). *Recherche-Action et perfectionnement des enseignants : Bilan d'une expérience*. Québec, Presses de l'Université du Québec.

Guskey, T. R. (1981). *Mesurement of the responsability teachers assume for academic successes and failures in the classroom*. Journal of Teacher Education, 32, 3, 44-51.

Kedar-Voivodas, G. (1983). *The impact of elementary children's school roles and sex roles on teacher attitudes: an interactional analysis*. Review of Educational research, 53, 3, 415-437.

Morissette, D. & Gingras, M. (1989). *Enseigner des attitudes ? Planifier. Intervenir. Évaluer*. Québec, Les Presses de l'Université Laval. Paris, De Broek-Wesmael.

Potvin, P. (1989). *Les quatre types d'élèves de Silberman selon qu'ils sont en difficulté scolaire (DS) ou non en difficulté (NDS)*. XXII Interamerican congres of psychology. Buenos Aires, Argentine.

Potvin, P. (1987). *Sentiment de responsabilité d'enseignants du secondaire à l'égard des succès et des échecs de leurs élèves, Apprentissage et socialisation : en piste*. 10, 4, 211-217.

Potvin, P. (1983). *Attitudes des éducateurs à l'égard de la personne handicapée*. in R. L. Eason, T. L. Smith et F. Caron (Ed.): *Adapted physical activities: From theory to implementation*. Human Kinetics Publishers.

Potvin, P. (1982). *L'utilisation de l'information et du contact pour modifier les attitudes à l'égard des autres personnes chez les adolescents du secondaire II et IV*. Thèse de doctorat présentée à l'École des gradués de l'Université Laval.

Potvin, P., Rousseau, R., St-Jean, M. & Potvin, Y. (1992). *L'échelle sémantique différentielle : un instrument de mesure des attitudes des enseignants et des élèves*. (Sous presse) Université du Québec à Trois-Rivières.

Potvin, P. & Rousseau, R. (1991). *Les attitudes réciproques des enseignants et des élèves en difficulté scolaire*. Rapport de recherche subventionné par le FCAR (EQ 3562). Département de psychologie. Université du Québec à Trois-Rivières, 427-443.

Potvin, P., Hardy, M. & Paradis, L. (1989). *Les representations de l'élève par l'enseignant: le point de vue de quatre auteurs*. Revue Canadienne de l'éducation, 14, 4.

Silberman, M. L. (1969). *Behavioral expression of teacher's attitudes towards*

elementary school students. Journal of educational psychology, 60, 5, 402-407

ÉVALUATION

Laurendeau, M. C., Perreault, R. & Allard, M. *Les jeunes et l'entraide : guide d'implantation d'un programme de soutien entre pairs chez les jeunes de 12 à 16 ans*. Gouvernement du Québec, Ministère de la Santé et des services sociaux. Département de santé communautaire, Hôpital général de Montréal.

Morin, C. (1987). *L'intervention avec et auprès des parents en milieux économiquement faibles : pédagogique*. Montréal, La Commission des Écoles Catholiques de Montréal.

Sensi, D. (1990). *Évaluer des projets d'innovation en éducation*. Bruxelles, Éditions LABOR.

Nadeau, M.-A. (1988). *L'évaluation de programme : théorie et pratique*. Les Presses de l'Université Laval, Québec.