

En action vers l'avenir

Guide de l'animateur

**Projet pilote Un avenir à découvrir
Fondation canadienne des bourses d'études
du millénaire**

**Fondation canadienne pour le
développement de carrière**

2007



LES ATELIERS « EN ACTION VERS L'AVENIR »

Atelier des parents ou adultes significatifs

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
	20 min.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Accueil des participants <ul style="list-style-type: none"> ○ Souhaiter la bienvenue aux participants. Préciser que le but de la rencontre est de leur présenter la série « En action vers l'avenir » que leurs adolescents vont vivre en 12^e année. Tout comme les séries <i>Explo-carrière</i> et <i>Un avenir en héritage</i>, celle-ci fait partie du grand ensemble <i>Un avenir à découvrir</i>. La présente rencontre servira à donner non seulement une idée générale de la série <i>En action vers l'avenir</i>, mais également quelques renseignements et conseils pratiques et des sources de documentation qui aideront les parents au moment où leurs jeunes vont faire le saut de l'école secondaire à ce qui les attend dans la vie. ▪ Pour briser la glace <ul style="list-style-type: none"> ○ Souligner que la 12^e année est une année de transition (transition est vue comme un passage vers un changement de vie : pour les jeunes, c'est le passage du secondaire à la formation postsecondaire, au travail, ou à une année de voyage, etc.), pour les jeunes, qui marque le départ d'une nouvelle aventure, et que, même si cette étape est exaltante, elle peut aussi causer bien des soucis, tant aux adultes qu'aux adolescents. ○ Faire remarquer que, tout comme leurs jeunes, qui vivent une période de transition études-études ou études-travail, les parents/adultes aussi vivent un changement. Que leur jeune continue d'habiter au foyer ou quitte le nid, les relations familiales changent inévitablement au moment où les jeunes quittent l'école 	

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
		<p>secondaire.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter les participants à réfléchir un moment aux principales préoccupations qu'éveille en eux la fin, pour leur jeune, des études secondaires. Leur demander de travailler en groupes de trois. Leur donner environ 5 minutes pour partager leurs préoccupations. Distribuer les papiers autocollants et demander à une personne d'inscrire ces préoccupations sur les papiers (une préoccupation par papier). ○ Demander aux groupes de coller les papiers autocollants à un endroit prévu dans la salle (tableau conférence ou mur, selon la taille du groupe). ○ Souligner que ces papiers autocollants resteront affichés tout au long de la rencontre et inviter les participants à jeter un coup d'œil aux préoccupations des autres, pendant la pause ou au moment où ils affichent les leurs. ○ Prendre le temps de lire à haute voix quelques-uns des sujets affichés. L'horaire ne permettant sans doute pas de les lire tous, faire ressortir les thèmes communs et (ou) les divergences et inviter les participants à dire ce que cela leur inspire. ○ Souligner les préoccupations susceptibles de sortir du cadre de la série En action vers l'avenir ou de la présente rencontre, ainsi que celles qui se trouveront abordées. ○ Faire remarquer qu'avant la mise au point de la présente série d'ateliers, on a demandé aux parents du Nouveau-Brunswick qui participent au projet d'Un avenir à découvrir, ce qui les inquiétait le plus au sujet de leur fils ou leur fille au cours de l'année à venir. Les quatre sujets mentionnés le plus souvent étaient : 	<p><i>Papiers autocollants (5 à 8 par personne)</i></p> <p><i>Écrire les quatre préoccupations sur une feuille de tableau papier</i></p>

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
	10 min.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Le manque de clarté quant à ses plans d'avenir; ▪ Savoir si leur jeune allait réussir son année; ▪ Le niveau de tension vécu par leur enfant; ▪ Qu'il manque de soutien, une fois parti du foyer. <p>Faire des rapprochements entre les sujets affichés et ces quatre thèmes.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Insister sur le fait qu'il est normal qu'un parent/adulte s'inquiète pour son jeune à cette étape de transition, surtout si le jeune a dressé un plan qui doit l'emmener dans une autre direction que celle que le parent/adulte a lui-même suivie. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Présenter les objectifs de cette séance d'orientation <div data-bbox="831 854 1289 1200" data-label="Image"> <p>@VENIR Un avenir à découvrir</p> <p>Atelier pour les parents: Objectifs</p> <ul style="list-style-type: none"> • Démontrer le rôle central que jouent les parents ou adultes significatifs dans le bon déroulement de cette période de transition qui suit le secondaire. • Rassurer les parents ou adultes significatifs qu'ils possèdent déjà ce qu'il faut pour répondre aux besoins de leurs jeunes. • Donner aux parents ou adultes significatifs une idée générale de ce que leurs jeunes vont vivre dans le cadre de la série d'ateliers En action vers l'avenir et les inviter à épauler ces jeunes. • Leur donner quelques trucs pratiques, outils et sources de documentation susceptibles de les aider dans leur rôle d'alliés de leur jeune, dans cette transition. • Les inviter à participer à la fête finale en l'honneur de leurs jeunes. <p><small>En action vers l'avenir - Juin 2007 P-1</small></p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Présenter la notion de résilience 	<p><i>Acétate P-1: Objectifs</i></p> <p><i>Balle de caoutchouc et un bol</i></p>

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
		<ul style="list-style-type: none"> ○ Sortir une balle de caoutchouc et la faire rebondir à plusieurs reprises. Montrer comment cette balle peut sauter par-dessus les obstacles. La faire rouler sur le sol pour montrer comme elle avance en douceur. À l'aide d'un plat de verre rempli d'eau, montrer comment la balle qu'on y laisse tomber remonte aussitôt à la surface. ○ Faire remarquer que cette balle de caoutchouc possède beaucoup des qualités dont nous, les humains, avons besoin. Quand on la jette à terre, elle rebondit aussitôt. Elle est capable de franchir les obstacles, d'avancer régulièrement et de ne pas couler. Demander aux participants de trouver parmi leurs connaissances une personne qui a surmonté des difficultés, atteint les buts qu'elle s'était fixés, et qui a réussi. Quelles sont les qualités qui lui ont permis de réaliser cela ? Voici quelques exemples de réponses : <ul style="list-style-type: none"> ▪ capacité de rebondir ▪ déterminé ▪ courageux ▪ adaptable au changement ▪ confiant en ses capacités ▪ capable d'encaisser les coups de la vie ▪ habile à résoudre les problèmes ○ Souligner que ce sont là les qualités de quiconque a élevé des enfants, atteint la maturité et/ou a fait face aux difficultés que la vie impose. Ce sont les qualités d'un individu « résilient ». Les gens résilients sont capables de rebondir face aux difficultés, 	<i>rempli d'eau</i>

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
	5 min.	<p>continuer leur route et garder leur tête hors de l'eau.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Le but de cette série d'ateliers pour la 12^e année est de développer la résilience. La résilience aide à devenir un adulte motivé et responsable et est essentielle pour franchir avec succès les périodes de transition que réserve la vie. ○ Noter que leurs jeunes ont sans aucun doute déjà vécu et surmonter un certain nombre de difficultés. Pour certains d'entre eux, la transition du secondaire sera sans doute la plus importante à ce jour. ○ Souligner que les transitions sont un peu comme les voyages. Quand on part en voyage, on a besoin d'avoir les bonnes choses dans ses bagages. Au cours des ateliers En action vers l'avenir, les élèves vont développer de nouvelles compétences, apprendre des stratégies d'adaptation, développer des attitudes positives, identifier des alliés et apprendre à utiliser l'information et les ressources qui vont les aider à être résilients, à rebondir quand ils auront à faire face à des situations difficiles. Ils mettront tous ces outils dans leur sac à dos afin d'être mieux préparés à faire face à ce qui les attend après le secondaire. ○ Faire remarquer que des chercheurs étudient la résilience pour découvrir pourquoi certaines personnes arrivent à faire face efficacement au changement et aux difficultés, alors que d'autres en sont incapables. Bien qu'il y ait plusieurs compétences, attitudes et types de soutien qui contribuent à construire la résilience chez les personnes, les trois éléments les plus importants sont : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Des liens avec des adultes qui les aiment et les épaulent ▪ des occasions de participer activement à la vie de leur 	<p><i>Montrer un sac à dos</i></p> <p><i>Écrire les trois éléments sur une feuille de tableau papier</i></p>

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
		<p>école ou leur collectivité</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ des parents/adultes qui croient en leur capacité de réussir ○ Souligner que la « réussite » dont il est question dans le troisième élément ne fait pas nécessairement référence à une profession en particulier (médecin, avocat), mais plutôt à la croyance que leur jeune va atteindre les buts qu'il s'est fixés dans la vie, peu importe lesquels. ○ Faire remarquer que les chercheurs ont constaté que la situation financière et l'origine ethnique n'ont pas d'incidence sur la résilience. Le facteur qui semble faire la différence la plus marquée est l'amour, le soutien et la confiance accordée par un parent ou un adulte significatif. ○ Donner aux parents/adultes un peu de temps pour réfléchir individuellement à ces trois éléments. Noter qu'ils ont partagé leurs propres préoccupations, entendu celles des autres parents/adultes dans la salle et été mis au courant des résultats de l'enquête auprès de parents du Nouveau-Brunswick. Ils viennent également d'entendre ce que la recherche sur la résilience suggère. Avec toute cette information en tête, leur demander de discuter la question suivante : De façon réaliste, quels rôles clés les parents/adultes peuvent-ils jouer auprès de leurs jeunes pour que leur transition du secondaire vers ce qui les attend soit réussie? ○ Inviter les participants à discuter de cette question en paires. ○ Après environ 5 minutes, leur demander de partager leurs commentaires. ○ Faire valoir que même si, parfois, il semble au parent/adulte que 	

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
		<p>leur ado n'a pas besoin d'eux à ce stade de sa vie, les recherches démontrent nettement le contraire. Aider leurs ados à mettre dans leur sac à dos ce qu'il leur faut pour se préparer au passage qui les attend et à se montrer résilients dans les hauts et les bas que cette transition implique, voilà la raison d'être de la série <i>En action vers l'avenir</i>. Et le but de la présente rencontre est de leur donner, à eux les parents/adultes, l'information et les outils qui les aideront à être des alliés de leurs jeunes dans cette transition.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Présenter le Guide de référence des parents/adultes <ul style="list-style-type: none"> ○ Présenter brièvement aux participants leur Guide de référence. Souligner que chaque section contient des outils, des trucs et des ressources pour les aider dans leur rôle de soutien auprès de leurs jeunes. Parcourir la première section du Guide. Souligner que les élèves vont travailler sur des plans d'action concrets au cours de l'année et que cette section leur donne une idée de ce que sont ces plans d'actions. <i>Notes à l'animateur : Vous pourriez distribuer des copies vierges des plans d'action pour que les parents/adultes voient les outils réels avec lesquels les jeunes vont travailler.</i> ○ Leur indiquer que cette section inclut également des trucs et des ressources qui visent à les aider à soutenir leurs jeunes dans leur travail sur leur plan d'action. 	<p><i>Copies vierges des plans d'action</i></p>

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
	25 min.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aider vos jeunes à faire face aux défis de la transition <ul style="list-style-type: none"> ○ Donner un peu de temps aux parents/adultes pour se rappeler ce qu'ils ont pensé ou ressenti en venant à cet atelier ce soir. Noter quelques possibilités : <ul style="list-style-type: none"> ▪ J'avais des doutes mais j'étais curieux de voir ce qu'ils avaient à offrir. ▪ J'ai pensé qu'il fallait que je vienne, mais j'aurais aimé mieux ne pas venir. ▪ Je suis nerveuse à l'idée qu'ils vont me demander de faire quelque chose que je ne veux pas faire. ▪ J'ai hâte de voir ce que mon jeune va vivre cette année et comment je peux l'aider. ○ Demander s'il y a quelqu'un d'assez brave pour dire ce qu'il a vraiment pensé. ○ Utiliser les réponses des participants ou vos propres exemples fictifs pour engager la discussion sur l'influence que les pensées et sentiments d'une personne peut avoir sur ses réactions pendant une session comme la nôtre, et sur les conséquences qui découlent de ces réactions. Est-ce que ça peut affecter sa participation et son engagement pendant la session? Est-ce que ça peut avoir un impact sur ce qu'elle va retirer de la session? ○ Discuter brièvement avec les parents/adultes de la possibilité d'exercer un contrôle sur nos réactions aux situations et, par la force des choses, sur les conséquences qui en résultent. ○ Noter que comme parents/adultes, ils auront certainement à faire face à des situations inattendues et quelques fois difficiles avec leurs jeunes pendant cette période de transition. Présenter la première situation décrite à la page 11 du Guide. Demander aux 	

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
		<p>participants de donner un exemple d'une situation qu'ils pourraient vivre avec leurs jeunes l'an prochain. Ils peuvent s'inspirer des exemples écrits sur les papiers autocollants si nécessaire. En plénière, travailler un exemple de situation en construisant une séquence réaction-action-conséquence négative et une qui est positive.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Souligner que dans la série d'ateliers En action vers l'avenir, on présentera aux élèves la stratégie « SPSAC » comme façon de composer avec des situations difficiles de manière positive. « SPSAC » signifie Situation, Pensées, Sentiments, Action, Conséquences. Il est à noter que le « S » de l'acronyme signifie à la fois Situation et Stop. ○ Montrer l'acétate P-2. <div data-bbox="831 826 1289 1175" data-label="Diagram"> <p>Le diagramme est un tableau à 2 lignes et 4 colonnes. La première ligne est l'en-tête : SITUATION, PENSÉES/SENTIMENTS, ACTIONS, CONSÉQUENCES. La deuxième ligne est le contenu : STOP, Faire le point sur mes pensées et sentiment initiaux. Ne pas oublier que "j'ai le choix", Choisir une action qui m'orientera dans la direction de mon scénario privilégié, Me rapprocher du scénario que je convoite. Des flèches indiquent un flux de l'Action vers la Conséquence, et un retour de la Conséquence vers la Situation.</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Rappeler que SPSAC aide les élèves à : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Réfléchir à leurs pensées et sentiments originaux avant d'agir; ▪ Considérer les conséquences éventuelles d'actions posées 	<p><i>Acétate P-2 : SPSAC veut dire STOP</i></p>

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
		<p>sous l'influence de ces pensées et sentiments initiaux;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Se souvenir qu'ils ont le choix; ▪ Si les conséquences envisagées ne sont pas souhaitables, essayer de contrôler ces pensées et sentiments; ▪ Choisir les actions qui vont engendrer des conséquences plus acceptables. <p>○ SPSAC est une stratégie que les jeunes vont ajouter dans leur sac à dos cette année.</p> <p>Recueillir les réactions des parents/adultes à SPSAC, à l'idée que nous avons la compétence de contrôler nos pensées et nos sentiments afin de poser des actions qui auront des conséquences acceptables pour nous. Comme parents/adultes, qui voulons être des alliés pour nos jeunes qui ont des décisions importantes à prendre, des défis à relever et quelques fois des désappointements à vivre, SPSAC peut être une stratégie efficace à utiliser, autant pour nous dans le soutien que nous voulons leur apporter, que pour eux dans la gestion des situations difficiles. C'est un outil qui aide à rebondir.</p>	
1	20 min.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Être un allié dans la transition <ul style="list-style-type: none"> ○ Souligner qu'une des peurs qui habitent presque tout le monde, c'est celle de se retrouver seul une fois arrivé à destination. ○ Montrer l'acétate P-3. 	<p><i>Acétate P-3: Le cercle d'alliés</i></p>

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
		<div data-bbox="829 321 1291 673" data-label="Diagram"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Faire remarquer qu’au cours des ateliers <i>En action vers l’avenir</i>, on présente aux élèves l’outil appelé « le cercle d’alliés » qui les aidera à réfléchir à l’importance de développer et d’entretenir un réseau de soutien. Faire remarquer qu’il est toujours bon d’avoir des alliés, mais que cela devient crucial aux périodes de transition. ○ Dans les ateliers <i>En action vers l’avenir</i>, les élèves sont appelés à construire un réseau qui comprend à la fois des gens qui vont les épauler et leur faire confiance, et des gens qui pourront leur apporter une aide pratique spécifique au moment où ils pourraient en avoir besoin (par ex. quelqu’un particulièrement habile à résoudre les problèmes, quelqu’un qui peut les aider à gérer leur argent). Leur « Cercle d’alliés » fera partie des éléments à mettre dans leur sac à dos. ○ Faire remarquer que les parents sont déjà d’importants alliés de leurs adolescents. Faire référence aux situations traitées plus tôt avec la stratégie SPSAC. Noter que dans leur rôle d’alliés, les jeunes peuvent leur demander des informations qu’ils n’ont pas toujours à portée de la main, des conseils sur des questions délicates ou simplement de l’amour dans des situations 	

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
		<p>particulièrement difficiles. Renforcer le fait que, dans plusieurs cas, cette transition en est également une aussi importante pour les parents/adultes que pour les jeunes.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Tout comme les jeunes ont besoin de disposer d'une gamme d'alliés, de même, les parents/adultes auront besoin d'une aide particulière à un moment ou un autre. Inviter les participants à se reporter à la page 17 de leur guide et leur expliquer l'outil qu'est le cercle d'alliés à l'aide d'un exemple en utilisant les catégories présentées dans le guide. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Exemple : Il serait utile d'avoir dans votre cercle quelqu'un qui peut vous aider quand votre jeune vous demande de l'aider à solutionner un problème et que vous ne savez pas trop quoi lui répondre. Mon amie Anne sait garder la tête froide et demande toujours les bonnes questions qui me permettent de mieux réfléchir. Il serait également utile d'avoir quelqu'un qui peut s'assurer que votre jeune ait accès à toute l'aide financière disponible et que vous soyez au courant des déductions d'impôt et exemptions auxquelles vous avez droit. Je n'ai personne dans mon entourage qui possède cette information, mais je pense que je pourrais la trouver à la succursale de ma banque. ○ Noter que les gens ont rarement des noms de personnes dans toutes les catégories du cercle, mais en avoir un ou deux peut faire une grande différence. ○ Demander aux participants de prendre un moment pour penser à leur réseau et écrire les noms des personnes qui leur viennent en tête dans les catégories qui apparaissent dans le cercle à la page 17 de leur guide. Ils peuvent ajouter d'autres catégories qui répondent mieux aux préoccupations qu'ils ont face à leurs jeunes. 	<p><i>Écrire les catégories d'alliés sur un tableau papier</i></p>

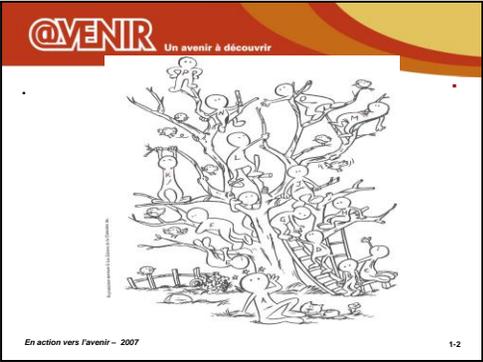
SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
		<ul style="list-style-type: none"> ○ Leur faire remarquer qu'on leur présente cet outil parce que leurs jeunes construiront leur cercle d'alliés cette année. La recherche et l'expérience nous ont démontré qu'avoir des alliés facilitent les transitions de façon significative. Ce n'est cependant pas nécessairement facile de s'assurer que nous avons les alliés dont nous avons besoin. Il est possible que leurs jeunes aient de la difficulté à construire leur cercle. Ce fut peut-être le cas également pour certains d'entre eux. ○ Souligner qu'un cercle d'alliés peut être très personnel. Donner aux participants cinq minutes en groupes de trois pour discuter du rôle qu'ils pourraient éventuellement jouer pour aider leurs jeunes à construire leur cercle tout en respectant leur vie privée. Discuter des réponses en plénière, faisant valoir les éléments communs qui se dégagent. ○ Continuer en plénière. Demander aux participants de penser à leur propre transition liée au fait que leur jeune va quitter le secondaire et peut-être aussi quitter la maison l'an prochain. Comment leur expérience pourrait-elle les aider à être des alliés de leurs jeunes dans la transition qu'ils auront à vivre. Est-ce qu'ils trouvent que le cercle d'alliés est un outil qui pourrait également leur être utile dans ce qu'ils auront à vivre avec leurs jeunes durant cette transition du secondaire vers un autre ailleurs? 	
	10 min.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conclusion <ul style="list-style-type: none"> ○ Pour terminer, rappeler que l'un des facteurs essentiels qui font qu'un individu est résilient et réussit est que cet individu ait un parent ou un adulte significatif qui croit en lui et est convaincu qu'il a ce qu'il faut pour réussir. ○ Lire dans le guide l'histoire d'Avi. ○ Rappeler l'idée d'un « message-cadeau » présentée en 11^e année. 	<i>Écrire les cinq messages</i>

SÉANCE	DURÉE	ÉTAPES ET ACTIVITÉS	MATÉRIEL À PRÉVOIR
		<p>Référez aux messages cadeaux sur le tableau papier. Demander aux participants qui ont suivi les ateliers Un avenir en héritage de décrire les qualités d'un message cadeau et de donner d'autres exemples de messages du même type.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Réitérer que le dernier atelier de la série <i>En action vers l'avenir</i> comporte une fête pour les élèves, où les parents/adultes sont chaleureusement invités. Il y aura, au cours de cette dernière rencontre, la possibilité pour les élèves de parler de ce que contient leur sac à dos. ○ Demander aux parents ou adultes de profiter du temps qu'il reste avant cette séance pour décider s'ils souhaitent ajouter au bagage de leur jeune un message-cadeau. Ils pourraient apporter ce message à la fête, pour le remettre à leur jeune pendant un moment d'intimité, ou le réserver pour un moment qu'ils jugeraient plus approprié. Insister sur le pouvoir que leur amour et leur confiance donnent à leur jeune. ○ Demander aux participants s'ils ont des questions ou des observations à faire au groupe sur ce dernier point ou sur l'ensemble des ateliers. ○ Vérifier que tous les parents sont bien invités et savent où et quand se déroulera la fête finale. 	<p><i>cadeaux sur une feuille de tableau papier</i></p>

SÉRIE D'ATELIERS EN ACTION VERS L'AVENIR

Atelier 1 : Revoir son choix

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
1	20 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Accueil <ul style="list-style-type: none"> ○ Mentionner qu'il s'agit du premier atelier de la série <i>En action vers l'avenir</i> et qu'il s'inscrit, tout comme <i>Explo-Carrière</i> et <i>Un avenir en héritage</i>, dans le cadre du projet Un avenir à découvrir. ▪ Activité « brise-glace » <ul style="list-style-type: none"> ○ Souligner le fait que la 12^e année est une période de transition importante. Présenter l'acétate 1-1 : L'arbre de transition. <div data-bbox="856 651 1339 1011" style="text-align: center;"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Parler brièvement de l'image de l'arbre. Demander quels éléments de l'arbre pourraient correspondre aux éléments d'une transition qui survient en 12^e année. Il est possible que les élèves affirment que les racines procurent de la stabilité au cours des périodes de changement, que grimper le tronc est analogue à surmonter une difficulté et que les branches situées au pied de l'arbre peuvent mener aux branches supérieures que l'on tente d'atteindre. Inviter les participants à trouver d'autres comparaisons entre l'arbre et le phénomène de transition. ○ Indiquer aux élèves que, peu importe s'ils prévoient poursuivre leurs études au niveau postsecondaire, voyager ou trouver un 	<p><i>Acétate 1-1 : L'arbre de transition (vide)</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>emploi, ils connaîtront tous une transition importante – le passage de l'école secondaire à une nouvelle vie. Afficher l'acétate 1-2.</p>  <ul style="list-style-type: none"> ○ Demander aux participants où ils croient se situer dans l'arbre actuellement, au début de leur 12^e année. Quelle image représente le mieux la façon dont ils se perçoivent et l'étape qu'ils ont atteinte dans leur processus de transition? Quel élément de l'image rend le mieux compte de la façon dont ils se perçoivent? Comment l'expliqueraient-ils de vive voix? Accorder aux participants quelques minutes pour y penser. ○ Inviter les participants à faire face à un partenaire et à discuter brièvement de l'image qu'ils ont choisie en soulignant une des caractéristiques de cette image avec laquelle ils se sont particulièrement associés. ○ Demander aux participants de partager leur situation sur l'arbre de transition avec le groupe. Faire ressortir les différences ou les thèmes communs et inviter les jeunes à faire des commentaires. ○ Expliquer que la transition est un processus personnel. Il s'agit également d'un <i>processus d'apprentissage</i> pour tous. C'est un mythe que de croire que les gens savent toujours où ils vont dans la vie. Peu importe qui nous sommes – d'où nous venons, notre éducation ou notre situation financière – nous avons tous à vivre des transitions à un moment ou à un autre de notre vie. 	<p>Acétate 1-2/CE 4 : L'arbre de transition (rempli)</p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Présentation du sac à dos <ul style="list-style-type: none"> ○ La fin des études secondaires est un moment de transition particulièrement important dans la vie de tous les jeunes. Ce moment peut être marqué d'excitation, de questionnement, d'incertitude (ajouter d'autres émotions discutées dans l'activité de l'arbre). Pour plusieurs personnes, cette période peut s'avérer particulièrement stressante. ○ Vivre une transition de façon positive requiert de la préparation. C'est un peu comme se préparer à partir en voyage. Il faut s'informer, choisir une destination, prendre connaissance des conditions et des traditions qui règnent dans le pays choisi... puis préparer son sac à dos en conséquence. ○ Un bon sac à dos contient tous les éléments, ou presque, nécessaires aux besoins quotidiens du voyageur et lui permet de se tirer d'affaires en cas d'imprévu. ○ Souligner que, dans l'arbre de transition, le personnage que les élèves ont choisi décrit où ils en sont actuellement dans leur transition du secondaire vers ce qui les attend après. C'est une image de leur réalité qui fait partie de leur sac à dos actuellement. Noter qu'il est possible que certains d'entre eux soient confortables là où ils sont alors que d'autres veulent se trouver une autre place qui leur convient mieux. ▪ Présentation des thèmes clés de la série d'ateliers <i>En action vers l'avenir</i> <ul style="list-style-type: none"> ○ Le programme <i>En action vers l'avenir</i> propose une série de quatre ateliers d'une durée de deux heures chacun. Il vise à permettre aux participants de déterminer plus précisément la destination vers laquelle ils voudront se diriger après le secondaire et à les aider à préparer leur sac à dos (le remplir, le réorganiser, en revérifier le contenu) afin de s'assurer d'être le plus prêt possible à entreprendre le voyage. ○ Présenter brièvement le thème de la série d'ateliers, soit la préparation à la transition après le secondaire et, en particulier, le 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>développement de la capacité de « rebondir ». Peu importe ce que les élèves choisiront de faire l'année prochaine, il est très probable que l'avenir leur réserve d'agréables surprises... de même que certains défis inattendus. Certaines personnes navigueront facilement à travers cette période de transition. D'autres connaîtront des périodes difficiles... mais s'ajusteront et connaîtront du succès. Certaines se décourageront.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ La présente série a été conçue afin d'aider les élèves à se retrouver dans la première ou la deuxième catégorie de personnes... celles qui navigueront sans difficulté ou celles qui sauront s'adapter aux défis présentés. Elle aidera également ceux et celles qui se décourageront peut-être en cours de route en s'assurant qu'ils explorent un plan de rechange à l'avenir qu'ils souhaitent envisager. L'objectif ultime est de faire en sorte qu'ils aient tout ce dont ils ont besoin dans leur sac à dos – la force intérieure, les compétences, les stratégies et le soutien – afin de surmonter les défis, de survivre et de continuer à avancer vers le plan souhaité. ○ Souligner que chacun des ateliers de la présente série les aidera à développer les éléments particuliers dont ils auront besoin. Afficher l'acétate 1-3. <div data-bbox="856 956 1335 1312" data-label="Image"> <p>@VENIR Un avenir à découvrir</p> <p>Thèmes d'En action vers l'avenir</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Atelier 1: REVOIR SON CHOIX ▪ Atelier 2: HABILITÉS ET STRATÉGIES D'ADAPTATION ▪ Atelier 3: QUALITÉS ET SOUTIEN QUI FACILITENT LA TRANSITION ▪ Atelier 4: DERNIÈRE VÉRIFICATION DE SON SAC À DOS <p><small>En action vers l'avenir – 2007 1-3</small></p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Faire remarquer que le premier atelier les invitera à réexaminer leur objectif de carrière afin de vérifier s'il leur convient toujours. Au cours du deuxième atelier, ils apprendront différentes 	<p><i>Acétate 1-3 : Thèmes des ateliers En action vers l'avenir</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>techniques et stratégies pratiques d'adaptation. Le troisième atelier touchera au développement des qualités et du soutien nécessaire pour mieux vivre leur transition alors que le dernier atelier permettra une dernière vérification du contenu de leur sac à dos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Indiquer aux élèves que les animateurs/animatrices rencontreront leurs parents (ou les adultes importants dans leur vie) afin de les informer sur ce qu'ils (les élèves) feront et apprendront au cours des quatre ateliers. Les ateliers offrent aux élèves de nombreuses occasions de collaborer avec leurs parents ou les adultes importants dans leur vie et de les faire participer aux différentes activités. On invitera également les parents/adultes à participer à une célébration soulignant la fin du programme. ○ Passer rapidement en revue le cahier de travail des élèves. Souligner que les ateliers seront très animés et encourager les élèves à ne pas en manquer un. S'ils ne peuvent participer à toutes les séances, le cahier d'exercices leur permettra de réaliser des activités connexes. Les animateurs/animatrices seront également disponibles entre les séances afin de les aider à demeurer à jour avec le programme. ○ Demander s'il y a des questions ou des commentaires. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Discussion relative aux normes <ul style="list-style-type: none"> ○ Afficher l'acétate 1-4 et présenter les diverses façons d'optimiser les moments d'apprentissage et de plaisir. Inviter les participants à ajouter d'autres normes. 	<p><i>Acétate 1-4 : Normes</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<div data-bbox="848 168 1346 537" data-label="Image"> <p>@VENIR Un avenir à découvrir</p> <p>Normes Pour tirer le maximum de ces ateliers, il faut...</p> <p>Participer Posez des questions, donnez votre opinion et faites part de vos préoccupations</p> <p>Collaborer Partagez vos idées, travaillez ensemble et offrez des suggestions</p> <p>Respecter les autres Écoutez-vous les uns les autres, écoutez les différentes opinions et faites preuve d'empathie</p> <p>S'engager Soyez ponctuel, participez activement et faites du travail entre les ateliers</p> <p>S'amuser Détendez-vous et tirez le maximum des ateliers</p> <p><small>En action vers l'avenir - 2007</small> 1-4</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les renseignements nécessaires <ul style="list-style-type: none"> ○ Examiner brièvement les éléments logistiques (emplacement des toilettes, absence de pauses, possibilité de s'étirer au besoin). ▪ Présentation des objectifs du premier atelier <div data-bbox="848 829 1346 1247" data-label="Image"> <p>@VENIR Un avenir à découvrir</p> <p>Objectifs</p> <ul style="list-style-type: none"> • Revoir et réviser son choix au besoin • Apprendre à réaliser des scénarios pour soi-même et les autres • Créer son scénario privilégié et prévoir un scénario de rechange à mettre dans son sac à dos • Faire le point sur sa place dans le « triangle décisionnel » • Déterminer les prochaines étapes de son voyage <p><small>En action vers l'avenir - 2007</small> 1-5</p> </div> 	<p><i>Acétate 1-5 : Objectifs Atelier 1</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
1	15 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Activité : Jouer avec les formes <ul style="list-style-type: none"> ○ Diviser les participants en sous-groupes de quatre ou cinq personnes et inviter chaque sous-groupe à se réunir autour d'une même table. ○ Expliquer que chaque groupe recevra bientôt une enveloppe dans laquelle se trouve plusieurs formes (<i>note à l'animateur : vous pouvez distribuer des formes découpées ou différents autres objets tels que des nettoie-pipes, des bâtons de sucette glacée ou des trombones</i>). Lorsque le signal leur sera donné, les groupes auront cinq minutes pour créer le plus d'images possible au moyen des objets qu'ils auront reçus. Le document 1 et un crayon – contenus dans l'enveloppe – permettront à un membre du groupe d'inscrire le nom des images créées. ○ Distribuer les enveloppes et donner le signal. ○ Après cinq minutes, demander aux membres de chacun des groupes combien d'images ils ont réussi à créer puis leur demander de donner <u>un</u> exemple. Noter les réponses et les exemples sur un tableau papier. Faire quelques tours de table en demandant à chacun des groupes d'ajouter un autre exemple à la liste collective. Arrêter lorsqu'une quinzaine d'images auront été notées. ○ Inviter maintenant les participants à imaginer que les formes représentent en fait certaines de leurs caractéristiques – leurs intérêts, leurs habiletés, leurs valeurs et leurs traits de personnalité. Demander quels liens ils peuvent faire entre cette activité et le processus de planifier son avenir. ○ Expliquer que chaque personne a ce potentiel de faire plus d'une chose dans la vie et qu'il est essentiel – dans le monde du travail d'aujourd'hui – d'envisager plus d'un plan d'avenir souhaité. ○ Présenter l'acétate 1-6 : Un plan... versus plusieurs. Inviter les participants à formuler des commentaires. 	<p><i>Enveloppes (une par groupe de 4 ou 5 personnes) contenant des formes/objets, document 1-1 et un crayon</i></p> <p><i>Acétate 1-6 /CE 6: Un plan... versus plusieurs</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
			
1	10 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Création de plans de vie/travail pour Miguel <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter maintenant les participants à suivre le même processus que celui de l'activité des formes dans le cadre d'une situation réelle. Cette fois, au lieu de créer des images à partir de formes, ils collaboreront à créer des plans d'avenir pour une personne basés sur ses intérêts, valeurs, compétences et traits de personnalité. Afficher l'acétate 1-7 : Les possibilités de Miguel.  <ul style="list-style-type: none"> ○ Afficher l'acétate 1-8 : Éléments importants pour Alex et donner aux participants, regroupés en paires, trois minutes afin de créer un plan d'avenir possible pour Alex basé sur certains de ces éléments. 	<p><i>Acétate 1-7/CE 7 : Les possibilités de Miguel</i></p> <p><i>Acétate 1-8/CE 8 : Éléments importants pour Alex</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		 <ul style="list-style-type: none"> ○ Lorsque trois minutes se seront écoulées, demander aux participants de présenter leurs plans et les noter sur un tableau papier. Demander aux participants de préciser les éléments qu'ils ont utilisés. ▪ Retour sur l'activité <ul style="list-style-type: none"> ○ Demander aux participants ce qu'ils ont appris au cours de cette activité. ○ Expliquer que le but de l'activité était de renforcer le fait que chaque personne peut – si elle le veut – créer plusieurs plans d'avenir qui représentent ce qui est important à ses yeux, desquels elle peut tirer une satisfaction et qui donnent un sens à sa vie. La clé est de découvrir et de reconnaître les éléments qui sont importants pour soi et de les intégrer à chacune des options envisagées. 	
1	25 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Donner forme à son propre avenir <ul style="list-style-type: none"> ○ Rappeler aux participants que chacun d'eux fut invité – depuis les deux dernières années – à apprendre à découvrir les éléments qui ont le plus d'importance à leurs yeux. <i>Explo-carrière</i> et <i>Un avenir en héritage</i> leur ont permis de songer à leur orientation, ou à leur principal plan d'avenir en se fondant sur leurs propres intérêts, connaissances, forces et compétences, valeurs et qualités personnelles. En 10^e année, chaque élève a préparé un point de référence. Les choses ont beaucoup évolué depuis et il est 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>maintenant temps de réexaminer l'ensemble de cette information d'un regard neuf et d'imaginer quelques nouvelles formes à son plan d'avenir.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Utiliser les documents 1-1A à 1-1D afin de découper et remettre douze languettes à chaque participant (3 languettes pour chacune des quatre catégories d'information). Utiliser le document 1-2 pour découper et distribuer trois « cartes de plan d'avenir » à chaque participant. ○ Indiquer aux élèves que la prochaine activité constitue une occasion de réexaminer leurs intérêts, leurs valeurs, leurs habiletés et leurs traits de personnalité. Ensemble, ces caractéristiques représentent qui ils sont et orientent leur plan d'avenir. Les élèves auront l'occasion de revoir le point de référence qu'ils avaient élaboré en 10^e année pour le confirmer, le modifier, le mettre au point ou y ajouter de nouveaux éléments. ○ Inviter les participants à se remémorer leur point de référence et leurs professions préférées identifiés en 10^e année. Se référer aux affiches laminées d'options de carrière utilisées dans Explo-Carrière. ○ Expliquer aux participants que chacun d'entre eux aura l'occasion de revoir ces plans et de créer son propre « profil personnel » au moyen de douze languettes de papier. Demander aux participants de se référer à la page 10 de leur cahier et leur demander d'encercler les intérêts qu'ils se reconnaissent le plus (six au max.). Leur demander ensuite de choisir les deux ou trois intérêts qu'ils souhaiteraient vraiment favoriser dans leur plan d'avenir. Ils noteront ces deux ou trois intérêts sur les languettes prévues à cet effet, en complétant la phrase « J'aime vraiment... ». ○ Donner les consignes de façon claire et systématique afin que les participants sachent exactement ce qu'ils doivent faire. Ils vont répéter la même tâche avec les documents CE 11 (pour compléter la phrase « Je valorise... »), CE 12 (pour compléter la phrase « Je suis habile à... ») et CE- 13 (pour compléter la phrase « Je suis 	<p><i>Document 1-1A : Intérêts</i> <i>Document 1-1B: Valeurs</i> <i>Document 1-1C : Habiletés</i> <i>Document 1-1D : Traits de personnalité</i> <i>Document 1-2 : Plans d'avenir (cartes)</i></p> <p><i>Affiches laminées des professions utilisées dans Explo-Carrière</i></p> <p><i>CE 10 – Intérêts</i></p> <p><i>CE 11 - Valeurs</i> <i>CE 12 - Habiletés</i> <i>CE 13 – Traits de personnalité</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>une personne... »). À la fin de l'activité, les participants auront noté sur des languettes huit à douze intérêts, valeurs, habiletés et traits de personnalité qui importent le plus à leurs yeux.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Noter que certains élèves vont compléter cette activité plus vite que d'autres. Leur demander de respecter les autres qui n'ont pas terminé. ○ Souligner aux participants que vous pouvez les aider s'ils ont des problèmes à comprendre le sens des mots avec lesquels ils ne sont pas familiers dans les quatre listes. ○ Lorsque les participants auront rempli leurs cartons, leur demander d'écrire les deux ou trois plus importants items de leur liste d'intérêts, valeurs, habiletés et traits de personnalité aux pages 14 et 15 de leur cahier afin qu'ils conservent cette information. ○ Leur accorder six à huit minutes afin de réfléchir à leur propre profil personnel et de s'en inspirer pour créer deux ou trois plans d'avenir. Inscrire ces plans à la page 16 de leur cahier. Mentionner l'activité de Miguel et d'Alex et indiquer aux élèves qu'ils n'ont qu'à répéter le processus qu'ils avaient utilisé pour créer des plans pour le personnage fictif. Cette fois, ils créeront à partir de <u>leurs</u> caractéristiques. Inviter les élèves à utiliser leurs cartes de plan d'avenir afin de noter chaque plan créé. ○ Demander ensuite aux participants de glisser toutes leurs languettes (sans leurs cartes de plan d'avenir) dans une enveloppe (Note : L'animateur doit préparer les enveloppes à l'avance en apposant dans le coin supérieur gauche de chacune une lettre de l'alphabet distincte ou un point coloré et en y insérant trois cartes d'avenir vierges). Il faut s'assurer que les participants notent la marque distinctive que porte leur enveloppe. Ils devront s'en souvenir afin de récupérer leur enveloppe plus tard. 	<p><i>CE 14 et 15 – Mon profil</i></p> <p><i>CE 16 : Plans d'avenir</i></p> <p><i>Enveloppes pour chaque participant dont le coin supérieur gauche porte une marque distinctive et dans lesquelles se trouvent trois nouvelles cartes de plans d'avenir</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
1	15 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Donner et recevoir <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter les élèves à former des dyades et remettre à chacune d'elles deux des enveloppes préparées à l'étape précédente. S'assurer que personne ne reçoit sa propre enveloppe. ○ Expliquer que nos options sont parfois limitées par notre propre façon de voir les choses et que d'autres personnes sont susceptibles de proposer des options auxquelles on n'a peut-être pas songé. Le but de la prochaine étape est donc de créer – en équipe de deux – des plans d'avenir pour deux autres personnes du groupe. ○ Allouer environ cinq minutes par enveloppe pour la création de deux ou trois nouveaux plans (dix minutes en tout pour quatre à six nouveaux plans). Chaque plan devra être inscrit sur une des trois cartes d'avenir qui se trouvent dans l'enveloppe. Puisque le temps sera limité, encourager les élèves à faire preuve de beaucoup de créativité et de spontanéité. ○ Lorsque les dix minutes seront écoulées, demander à ce que toutes les enveloppes soient déposées à un même endroit dans le local et inviter chaque personne à récupérer son enveloppe initiale. 	
1	10 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Imaginer un plan A et un plan B <ul style="list-style-type: none"> ○ Noter que, quelquefois, on peut s'enliser dans notre façon de voir le monde. Il est difficile de sortir de notre propre cadre de référence. Dans ces cas-là, il peut être très enrichissant de considérer la perspective des autres. Si cette perspective s'harmonise bien avec la nôtre, cela peut donner plus d'assurance à nos choix; si ce n'est pas le cas, cela peut nous donner l'occasion de revoir notre vision ou de la renforcer. ○ Donner deux minutes aux élèves afin qu'ils puissent, de façon individuelle, lire les plans créés par leurs camarades de classe et les comparer à ceux qu'ils ont créés eux-mêmes. Les inviter à 	CE 17 : Plans d'avenir

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>inscrire ces plans à la page 17 de leur cahier.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter les participants à revenir à leur point de référence et aux professions identifiées en 10^e année (voir page 18 de leur cahier). Leur demander de déterminer dans quelle mesure leur point de référence et leurs choix de professions ressemblent ou sont différents des plans qu'ils viennent de créer. Inviter deux ou trois élèves à partager leurs observations. ○ Expliquer que beaucoup de choses peuvent changer en deux ans, tandis que d'autres choses peuvent demeurer semblables. Leur énoncé ne fait pas exception à cette règle. Il est possible que les plans de certains participants correspondent largement à leur point de référence et aux choix de professions identifiées en 10^e année. D'autres participants constateront peut-être qu'ils ont atteint une autre étape de leur développement et que beaucoup de choses ont changé. Cette évolution est normale et se poursuivra sans doute tout au long de leur vie. Il est impossible de prédire ce que la vie nous réserve pour ce qui est de nouveaux défis et de découvertes. C'est pourquoi il est si important d'explorer plus d'un plan d'avenir, ou, autrement dit, d'avoir un plan B. ○ Demander aux participants de classer leurs plans d'avenir (ceux qui sont à la page 16 de leur cahier et ceux préparés par leurs camarades de classe) en ordre numérique (le premier étant le plan qui les intéresse le plus, le deuxième est leur deuxième choix, etc.). ○ Inviter les participants à se tourner vers un partenaire avec qui ils partageront leurs réactions à cette activité. Que pensent-ils de leurs deux principaux plans? Sont-ils contents d'avoir pu examiner d'autres plans? Qu'ont-ils retenu de cette activité? ○ En séance plénière, inviter les participants à donner des commentaires. Leur expliquer qu'étant donné qu'ils ont créé chaque plan à partir de caractéristiques qui leur sont les plus importantes, ils devraient – en principe – trouver attirants les deux premiers plans sur leur liste. Si ce n'est pas le cas, ils devraient 	<p>CE 18 : Point de référence et plans d'avenir</p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>continuer à créer des plans additionnels jusqu'à ce qu'ils en trouvent au moins deux qui leur conviennent.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Encourager les participants à utiliser les languettes ou à se référer aux pages 14 et 15 de leur cahier et considérer d'autres options, spécialement si leurs choix ne sont pas clairs. Ils peuvent demander à un parent, un adulte ou un ami de se pencher sur leurs intérêts, leurs valeurs, leurs habiletés et leurs traits de personnalité et leur suggérer de nouveaux plans possibles. Ces suggestions peuvent servir de point de départ à de nouvelles discussions et réflexions. ○ Souligner que le premier atelier est presque terminé. Réviser rapidement les activités de l'atelier 1. Donner quelques exemples de ce que les participants peuvent ajouter dans leur sac à dos grâce à l'atelier 1. Les exemples possibles incluent : <ul style="list-style-type: none"> ▪ La croyance qu'il y a plus d'un plan possible pour moi ▪ La confirmation ou la reformulation de mon point de référence et de mes professions préférées ▪ Une meilleure compréhension de moi-même et de ce qui est important pour moi maintenant ▪ La capacité de réfléchir, de faire de l'introspection ▪ Une amélioration de la conscience de soi ▪ La capacité d'utiliser une pensée créatrice ou latérale ▪ La capacité de recevoir et d'intégrer de nouvelles idées ou perspectives ▪ Un plan d'action avec des tâches spécifiques ○ Inviter les participants à prendre quelques minutes afin de réfléchir aux nouveaux éléments qu'ils croient avoir ajoutés à leur sac à dos. Leur demander de noter ces éléments à la page 19 de 	<p><i>CE 19 : Mon sac à dos</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		leur cahier.	
1	10 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Le triangle décisionnel <ul style="list-style-type: none"> ○ Préparer trois feuilles de tableau conférence et les afficher à trois endroits différents dans la salle. Attirer l'attention des participants vers ces feuilles. Leur demander de songer à leur orientation et de se diriger vers la page qui représente mieux leur position actuelle. ○ Indiquer que beaucoup d'élèves de 12^e année se trouvent dans une de ces trois situations et que chacune d'elle présente des avantages et des possibilités ainsi que des inconvénients et des défis à surmonter. ○ Inviter le groupe à effectuer un remue-méninges, sous la page qui convient à leur situation, afin de déterminer certains des défis et possibilités qu'on peut associer à chacun des coins du triangle. Partager les résultats de la discussion en plénière. ○ Indiquer que, même s'ils sont 100% à l'aise avec leur choix, ils doivent porter attention à leur plan pour y arriver. Peu importe leur situation, il est important de prendre des mesures qui les rapprocheront de leur avenir souhaité. 	<p><i>Pages de tableau papier :</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Je suis très incertain/incertaine de mon choix</i> 2. <i>Je suis confortable avec mon choix, mais il nécessite plus de précision</i> 3. <i>Je suis 100% à l'aise avec mon choix pour le moment</i>
1	15 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Quelques étapes à considérer <ul style="list-style-type: none"> ○ Souligner le fait que le cahier d'exercices des participants comporte une série de tâches que peuvent suivre les élèves pour chacune des trois positions présentées. Afficher l'acétate 1-9 : Exemple de tâches du plan d'action. 	<p><i>Acétate 1-9 : Exemple des tâches du plan d'action</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL																																																																																							
		<div data-bbox="856 168 1339 532" style="border: 1px solid black; padding: 5px;">  <p style="text-align: center;">Plans d'action</p> <table border="1" data-bbox="877 298 1289 500"> <thead> <tr> <th>Tâches</th> <th>Terminée</th> <th>Pas nécessaire</th> <th>A faire</th> <th>Alliés*</th> <th>Comment?</th> <th>Quand?</th> <th>Progrès</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>01 Vérifier les types de formations/programmes offerts</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>02 Renseignez sur les coûts de programmes des jours à l'avance</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>03 Vérifier si la formation ou le programme est offert</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>04 Vérifier les préférences et les exigences liées à l'admission</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>05 Identifier le contingentement et le % de demandes acceptées</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>06 Vérifier les coûts</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>07 Faire une recherche sur les bourses disponibles</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>08 Rechercher d'autres sources d'aide financière</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>09 Préparer un budget</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>10 Décrire des renseignements sur les programmes d'information</td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p style="font-size: small; margin-top: 5px;">* parent, tuteur, animateur d'Un avenir à découvrir, conseiller en orientation, enseignants, amis, autres</p> <p style="font-size: x-small; margin-top: 5px;">En action vers l'avenir – 2007 1-9</p> </div> <div data-bbox="1570 272 1919 344" style="margin-top: 20px;"> <p><i>CE 21-30 : Tâches du plan d'action</i></p> </div> <div data-bbox="638 555 1554 1451" style="margin-top: 20px;"> <ul style="list-style-type: none"> ○ Renforcer le fait que de compléter ces plans est une manière de se prendre en charge et d'investir en eux-mêmes. C'est la clé pour une gestion efficace des transitions. ○ Demander aux participants de consulter les pages 21 à 30 de leur cahier et de s'attarder aux pages qui les concernent plus particulièrement. Leur donner 10 minutes pour réviser les plans et commencer à penser à ce qu'ils vont faire. Leur offrir votre aide pendant qu'ils travaillent individuellement. Les inciter à poser des questions et à faire des commentaires. ○ Demander aux élèves de faire les activités suivantes d'ici le deuxième atelier : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Examiner les tâches du plan d'action proposées pour leur position. ▪ Déterminer lesquelles pourraient être utiles en ce qui les concerne. ▪ Réaliser deux ou trois tâches. ○ Les élèves peuvent suivre les plans d'action tels quels ou les personnaliser afin de mieux répondre à leurs besoins. Bien qu'en bout de ligne, les élèves sont responsables de leur propre plan d'action et de sa mise en œuvre, il est possible qu'ils veuillent en discuter individuellement avec certains alliés – un des animateurs ou animatrices de l'atelier, leur conseiller ou conseillère en orientation, un membre du personnel enseignant, un parent, un </div>	Tâches	Terminée	Pas nécessaire	A faire	Alliés*	Comment?	Quand?	Progrès	01 Vérifier les types de formations/programmes offerts	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					02 Renseignez sur les coûts de programmes des jours à l'avance	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					03 Vérifier si la formation ou le programme est offert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					04 Vérifier les préférences et les exigences liées à l'admission	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					05 Identifier le contingentement et le % de demandes acceptées	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					06 Vérifier les coûts	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					07 Faire une recherche sur les bourses disponibles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					08 Rechercher d'autres sources d'aide financière	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					09 Préparer un budget	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>					10 Décrire des renseignements sur les programmes d'information	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Tâches	Terminée	Pas nécessaire	A faire	Alliés*	Comment?	Quand?	Progrès																																																																																			
01 Vérifier les types de formations/programmes offerts	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																							
02 Renseignez sur les coûts de programmes des jours à l'avance	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																							
03 Vérifier si la formation ou le programme est offert	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																							
04 Vérifier les préférences et les exigences liées à l'admission	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																							
05 Identifier le contingentement et le % de demandes acceptées	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																							
06 Vérifier les coûts	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																							
07 Faire une recherche sur les bourses disponibles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																							
08 Rechercher d'autres sources d'aide financière	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																							
09 Préparer un budget	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																							
10 Décrire des renseignements sur les programmes d'information	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																																																							

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		ami ou un adulte en qui ils ont confiance.	
1		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conclusion <ul style="list-style-type: none"> ○ Remercier les élèves d'avoir participé à l'atelier et donner la date du deuxième atelier. 	

SÉRIE D'ATELIERS EN ACTION VERS L'AVENIR

Atelier 2 : Compétences et stratégies d'adaptation

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
2	20 min	<p>Notes à l'animateur : <i>Pendant que les participants arrivent, vérifier s'ils ont des questions et préoccupations en ce qui touche leur plan d'action. Leur redire que vous êtes disponible s'ils veulent discuter de leur plan individuellement après la session.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Souhaiter la bienvenue aux participants à l'Atelier 2. ▪ Examiner brièvement les normes. <div data-bbox="800 605 1297 980" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Passer rapidement en revue l'Atelier 1 : Prendre le temps de répondre aux questions des participants et de reconnaître les progrès qu'ils peuvent avoir accomplis dans leur plan d'action depuis le dernier atelier. Rappeler à tout le groupe que le temps investi dans le plan d'action est un investissement en soi-même et que vous êtes disponible pour en discuter individuellement avec eux après la session ou à un autre temps qui vous conviendra mutuellement. ▪ Faire un survol de l'Atelier 2. Rappeler aux participants que cet atelier portera spécifiquement sur les compétences et les stratégies d'adaptation. ▪ Présenter les objectifs de l'Atelier 2. Présenter les objectifs de l'atelier 2 : 	Acétate 2-1 : Normes

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<div data-bbox="800 170 1293 540" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Activité « brise-glace » <ul style="list-style-type: none"> ○ Prendre une balle de caoutchouc et la faire rebondir à quelques reprises. Démontrer comment elle peut rebondir par-dessus un obstacle. La rouler sur le sol pour montrer comment elle roule avec aisance. Prendre un bol rempli d'eau et y laisser tomber la balle en caoutchouc. Faire remarquer que la balle coulera pour ensuite remonter à la surface. Montrer que, même si vous laissez tomber différents objets sur la balle (y compris des objets lourds), elle parviendra toujours à se libérer et à remonter à la surface. ○ Demander aux participants de nommer des qualités qu'ils remarquent par rapport à la balle. Voici quelques exemples de réponses : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Elle rebondit. ▪ Elle est capable de rebondir par-dessus les obstacles. ▪ Elle est capable de rouler sur de longues distances. ▪ Elle maintient son élan. ▪ Elle va où bon lui semble. ▪ Elle ne coule pas. ○ Expliquer qu'il s'agit de qualités que nous cherchons tous à avoir dans la vie. Aux prises avec des situations stressantes ou exigeantes, certains continuent de progresser alors que d'autres se découragent et abandonnent. Il existe des compétences et des stratégies qui nous aident à rebondir, mais aussi certaines attitudes ou comportements qui nous retiennent et qui nous font 	<p data-bbox="1570 175 1906 240"><i>Acétate 2-2 : Objectifs de l'Atelier 2</i></p> <p data-bbox="1570 669 1835 701"><i>Balle de caoutchouc</i></p> <p data-bbox="1570 721 1906 753"><i>Bol en verre avec de l'eau</i></p> <p data-bbox="1570 773 1957 837"><i>Différents objets à mettre sur la balle dans l'eau</i></p>

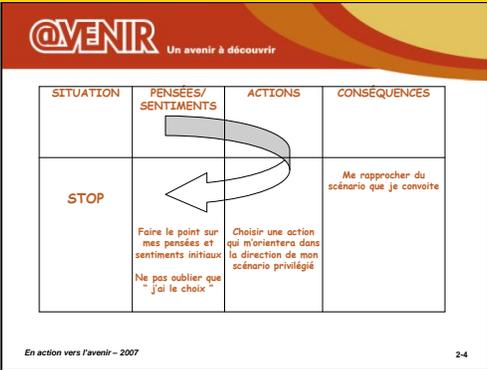
ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>couler. Au cours de cet atelier, nous allons explorer les éléments qui nous aident, de même que ceux qui parfois nous empêchent d'avancer.</p>	
2	30 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Activité : Êtes-vous capable de rebondir? <ul style="list-style-type: none"> ○ En préparation pour l'activité, découper du papier de couleur en petits carrés (assez grand pour y inscrire un mot). Utiliser le nombre de couleurs qui correspond au nombre de groupe que vous devez former pour cette activité (4 ou 5 personnes par groupe). Distribuer un petit carré de papier de couleur à chacun des participants. Demander aux participants d'inscrire sur ce dernier une compétence qu'ils possèdent. Il peut s'agir de n'importe quelle compétence (p. ex. faire de la planche à roulettes, cuisiner, résoudre des problèmes, planifier des activités). Une fois que tout le monde aura inscrit leur aptitude sur leur petit carré, regrouper les participants en fonction de la couleur de leur carré de papier (c.-à-d. tous les carrés rouges ensemble, tous les carrés bleus ensemble, etc.). <i>Note à l'intention de l'animateur : Pour les besoins de cette activité, un groupe devrait idéalement comprendre cinq personnes.</i> ○ Dire aux groupes que leur mission consiste à créer une entreprise à l'aide des compétences soumises par les membres de leur groupe. Ils doivent commencer par demander à chacun des participants de lire leur habileté à haute voix. Ils doivent ensuite trouver une façon de grouper toutes ces compétences pour créer quelque chose de commercialisable (un produit ou un service). Présenter l'exemple suivant (ou un autre que vous avez inventé). Un groupe d'étudiants ont fait cette activité; ils avaient les compétences suivantes dans leur groupe : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bon en mathématiques 	<p>Papier de couleur <i>Paire de ciseaux</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
	15 min.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rappeur ▪ Peut enseigner aux autres ▪ Créatif <p>Ils ont formé une compagnie appelée « Arythmatic » qui utilise de la musique rap pour enseigner aux enfants comment compter et faire des mathématiques de base. Noter qu'on a utilisé toutes les compétences pour créer un nouveau service.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Aviser les participants qu'ils disposent de dix minutes pour décider de la nature de l'entreprise et du nom de celle-ci. Ils doivent également préparer une annonce publicitaire d'une minute pour vanter les mérites de leur entreprise grâce au moyen de communication de leur choix (annonce imprimée sur un tableau papier, publicité à la radio avec chanson publicitaire ... Ils doivent laisser libre cours à leur imagination). ○ Après quelques minutes, aller voir chaque groupe et leur retirer – au hasard – une de leurs compétences. Souligner le fait que vous leur enlevez la compétence et non le membre de l'équipe à qui appartient la compétence en question. Prendre le temps de s'assurer que chaque équipe réfléchisse aux conséquences d'avoir perdu cette compétence. Les participants doivent rajuster leur entreprise tout en respectant le délai fixé (préparation d'une annonce publicitaire en cinq minutes). ○ Inviter chaque groupe à présenter son entreprise et son annonce publicitaire. Célébrer la créativité et la diversité. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Retour sur l'activité <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter les participants à réfléchir à la capacité d'un groupe à surmonter des obstacles et à accomplir une tâche. Les amener à 	<p><i>Tableau papier, marqueurs, ruban gommé, colle, papier, matériel de bricolage</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>réfléchir aux contributions de chaque participant qui ont permis de mener à bien cette activité.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Demander aux participants de nommer les compétences, les attitudes et les stratégies auxquelles ils ont dû faire appel pour faire cette activité, et, plus particulièrement, pour surmonter le problème que posait la perte de l'une des aptitudes de leur entreprise au beau milieu de l'activité. Voici quelques exemples de réponses : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Résolution de problèmes ▪ Travail d'équipe ▪ Bonne communication ▪ Souplesse ▪ Créativité ▪ Détermination ▪ Humour ▪ Demander un coup de main à l'animateur ○ Faire référence à la liste de compétences d'adaptation dans le cahier de l'élève à la page 33. Demander à chaque participant d'encercler les compétences qu'ils croient avoir personnellement utilisées durant l'activité et qui les ont aidés à relever le défi proposé. Ils peuvent ajouter toute autre compétence ne figurant pas dans la liste dans l'espace réservé à cet effet. Rappeler aux élèves que vous pouvez leur fournir la définition des mots qui ne sont pas clairs pour eux. ○ Souligner que certaines compétences et stratégies nous aident à faire face à l'adversité. Il arrive cependant que nous ne fassions qu'envenimer une situation. Nous ne le faisons généralement pas par exprès. Il nous arrive simplement de nous enliser dans de mauvaises habitudes et d'adopter un comportement non productif. Lesquelles de vos actions ont contrecarré (ou auraient pu contrecarrer) les efforts du groupe par rapport au défi à relever? Voici quelques exemples de réponses : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Se laisser décourager ▪ Se mettre en colère 	<p><i>CE 33 : Compétences d'adaptation</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL																				
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Abandonner ▪ Avoir peur de ne pas être à la hauteur ▪ Souhaiter que l'activité finisse au plus vite ▪ Blâmer l'animateur pour avoir démantelé l'entreprise ▪ Ne pas tenir compte du problème <ul style="list-style-type: none"> ○ Tenir une brève discussion pour déterminer s'il est possible de maîtriser nos réactions face à certaines situations. Demander aux participants de faire part de leurs points de vue et de leurs expériences en ce qui a trait à composer avec certaines situations de façon positive. ○ Noter que nos pensées, nos sentiments et nos actions sont interreliés. Lorsque nous sommes confrontés à une situation, nous avons tous des pensées et des sentiments différents. Demander aux participants quels ont été leurs pensées et sentiments lorsque vous leur avez retiré l'une des compétences dans leur équipe. Inciter les participants à donner des exemples et présenter les deux premières colonnes de l'acétate 2-3. <div data-bbox="806 816 1293 1182" data-label="Table"> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Situation</th> <th>Pensées</th> <th>Sentiments</th> <th>Actions</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>On a retiré une compétence de l'équipe qui forme l'entreprise</td> <td>Nous ne pourrions jamais terminer le travail</td> <td>Découragement</td> <td>Abandonner</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Nous pouvons toujours y arriver</td> <td>Détermination, plus grande motivation</td> <td>Travailler en équipe pour exécuter la tâche</td> </tr> <tr> <td></td> <td>C'est totalement injuste. On ne change pas les règles au beau milieu du jeu</td> <td>Victimisation</td> <td>Injurier l'animateur</td> </tr> <tr> <td></td> <td>Moi je fous le camp!</td> <td>Colère, sentiment de défaite</td> <td>Quitter la salle en claquant la porte</td> </tr> </tbody> </table> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Voici quelques réponses possibles : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Nous ne pourrions jamais terminer cette activité maintenant! ▪ Nous pouvons toujours y arriver! ▪ C'est totalement injuste. Vous ne pouvez pas changer les règles au beau milieu du jeu! ▪ Moi je fous le camp! 	Situation	Pensées	Sentiments	Actions	On a retiré une compétence de l'équipe qui forme l'entreprise	Nous ne pourrions jamais terminer le travail	Découragement	Abandonner		Nous pouvons toujours y arriver	Détermination, plus grande motivation	Travailler en équipe pour exécuter la tâche		C'est totalement injuste. On ne change pas les règles au beau milieu du jeu	Victimisation	Injurier l'animateur		Moi je fous le camp!	Colère, sentiment de défaite	Quitter la salle en claquant la porte	<p><i>Acétates 2-3 et 2-4 : Situation - Pensées – Sentiments – Actions</i></p>
Situation	Pensées	Sentiments	Actions																				
On a retiré une compétence de l'équipe qui forme l'entreprise	Nous ne pourrions jamais terminer le travail	Découragement	Abandonner																				
	Nous pouvons toujours y arriver	Détermination, plus grande motivation	Travailler en équipe pour exécuter la tâche																				
	C'est totalement injuste. On ne change pas les règles au beau milieu du jeu	Victimisation	Injurier l'animateur																				
	Moi je fous le camp!	Colère, sentiment de défaite	Quitter la salle en claquant la porte																				

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<ul style="list-style-type: none"> ○ Un sentiment est associé à chaque pensée. Demander aux participants de citer des exemples de sentiments qu'ils ont ressentis, puis montrer la troisième colonne de l'acétate 2-3. Voici quelques réponses possibles : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Découragement ▪ Plus grande motivation/détermination ▪ Victimisation ▪ Colère et sentiment de défaite ○ Montrer la quatrième colonne de l'acétate 2-3 et discuter des actions possibles associées à chaque sentiment ou pensée. Noter que chaque action engendre des conséquences. Faire un court remue-méninges sur les conséquences possibles des différentes actions de l'acétate 2-3 ou des actions qui ont été générées par le groupe. ○ Souligner que ce que nous pensons et ce que nous ressentons dictent nos actions... déterminent les mesures que nous décidons de prendre dans une certaine situation. ▪ Présenter la stratégie SPSAC : <ul style="list-style-type: none"> ○ Discuter le fait que nous avons, dans une certaine mesure, la capacité de contrôler nos actions et leurs conséquences . ○ Présenter SPSAC : les lettres de cet acronyme signifient : Situation, Pensées, Sentiments, Actions et Conséquences. Souligner que la lettre S représente également Stop. 	<p><i>Acétate 2-4/CE 39 : SPSAC rime avec STOP</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		 <ul style="list-style-type: none"> ○ Souligner que la stratégie SPSAC est simplement un moyen de prendre un peu de recul et d'essayer de réorganiser notre réaction face à une situation si nous voulons des conséquences plus acceptables à nos actions. C'est une façon facile de se rappeler que nous avons le choix. 	
2	25 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Scénarios concrets <ul style="list-style-type: none"> ○ Présenter l'idée suivante aux participants : Chacun des participants, peu importe ce qu'il compte faire l'an prochain, devra faire face à des défis ou des obstacles. Certains quitteront la maison familiale et bon nombre d'entre eux voleront de leurs propres ailes pour la première fois. Se rappeler des expériences de vie que les ambassadeurs du postsecondaire ont partagées avec eux dans le passé. ○ Cette prochaine activité leur présentera d'autres scénarios de vie. Ces scénarios représentent les situations réelles de jeunes pendant leur première année après le secondaire. Ces jeunes ont choisi différents chemins : collègue, apprentis, travail ou université. Ces scénarios représentent des situations que plusieurs jeunes vivent après avoir terminé leurs études secondaires. ○ Les scénarios sont présentés aux pages 36 et 37 du cahier de l'élève. En plénière, présenter le scénario #4 (ou un autre de votre choix sur la liste) et discuter des réactions et des actions des participants à la situation présentée. Résumer en soulignant les 	<p><i>CE 36-37 : Scénarios concrets</i></p>

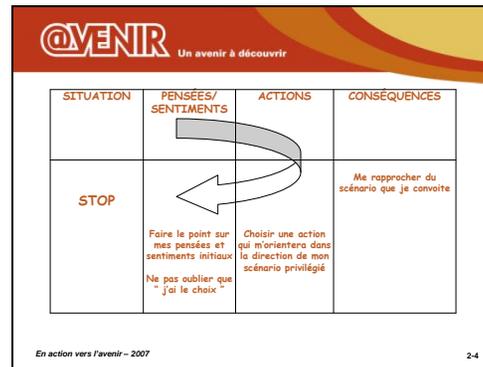
ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>pensées, les sentiments et les actions qui sont ressortis de la discussion. Explorer les différentes conséquences des actions. Si le temps le permet, explorer un ou deux scénarios de plus.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Diviser les participants en groupes de quatre ou cinq personnes. Permettre à chaque groupe de choisir deux scénarios de la liste. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Vous étiez très enthousiaste à l'idée de quitter la maison familiale et de finalement vivre avec indépendance dans une nouvelle ville. Vous entamez votre programme d'études et vous adorez ça. Toutefois, à votre grand étonnement, vous vous ennuyez terriblement de chez-vous et vous vous sentez très seul. ▪ Vous avez lu certains dépliants universitaires et discuté avec les recruteurs de ces institutions. L'université que vous avez choisie semble très amicale et accueillante. Vous découvrez – une fois sur place – que vos classes comptent plus de 300 étudiants et qu'on vous traite comme un simple numéro. Vous détestez cela. ▪ Vous avez été admise au programme d'études supérieures de votre choix et vous avez très hâte de commencer. Vous savez qu'il vous faudra travailler dur, mais vous êtes prête à relever le défi. En commençant vos cours, vous réalisez que votre milieu d'études ressemble en tous points à l'école secondaire et que vous n'apprenez rien de nouveau. ▪ Vous avez emménagé dans votre propre appartement et êtes très heureux de le partager avec un bon ami de votre ville natale. Au début, tout allait très bien. Cependant, votre ami commence sérieusement à vous irriter. Il ne ramasse jamais ses vêtements sales, ne lave pas la vaisselle et remet toujours sa part du loyer en retard. ▪ Vous occupez un emploi à temps plein pour la première fois et adorez votre travail. C'est extraordinaire d'avoir de l'argent et d'être indépendante. Après quelques mois, vous réalisez que vous êtes toujours à court d'argent et qu'il vous manque toujours des fonds pour payer votre loyer, toutes 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>vos factures, vos épiceries et vos sorties entre amis.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Vous pensiez savoir à quoi vous attendre par rapport à la vie universitaire, mais c'est bien différent de ce que vous aviez imaginé. Personne ne se soucie à savoir si vous êtes en classe et vous avez une tonne de lecture à faire. Vous vous couchez tard, faites l'école buissonnière et prenez de plus en plus de retard dans vos cours. ▪ Vous travaillez à temps partiel pour payer vos dépenses et, la plupart du temps, vous aimez bien votre boulot. Toutefois, votre patronne ne cesse de modifier votre horaire de travail. Une semaine, quand vous êtes très occupé à l'université/collège, elle planifie trois quarts supplémentaires à votre horaire, puis, la semaine suivante, rien du tout. <ul style="list-style-type: none"> ○ À l'aide de la feuille de travail SPSAC à la page 38 du cahier de l'élève, demander aux participants d'examiner trois séquences « pensées-sentiments-actions-conséquences » pour les scénarios choisis. La première séquence devrait avoir un dénouement non productif alors que les deux autres devraient mener à un dénouement productif. ○ Inviter les participants à citer quelques exemples non productifs. Pour chacun des exemples, demander à l'ensemble du groupe de trouver des réactions, des actions et des conséquences plus productives. ○ Permettre à quelques groupes de partager une séquence « pensée-sentiment-action-conséquence » productive qu'ils aiment particulièrement. 	<p><i>CE 38 : Feuille de travail SPSAC</i></p>
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Retour sur l'activité <ul style="list-style-type: none"> ○ Demander aux participants de présenter les points saillants de cette dernière activité. Posez la question suivante : « Pouvons-nous réellement choisir la manière dont nous réagissons face à certaines situations? » Notes à l'animateur : Cette question peut engendrer une discussion sur le fait que, dans beaucoup de cas, 	

ATELIER**DURÉE****DÉROULEMENT****MATÉRIEL**

nos réactions sont apprises (par exemple de nos parents/tuteurs) ou sur ce que le fait de « se parler à soi-même » peut avoir comme influence sur nos actions et leurs conséquences.

- Revoir l'acétate 2-4.



Acétate 2-4 /CE 39: SPSAC rime avec STOP

- Renforcer le fait que SPSAC est une façon de rappeler aux participants que, quand ils sont confrontés à une situation, ils doivent s'arrêter, respirer et faire le point sur leurs pensées et sentiments initiaux. Ils ont ainsi l'occasion de déterminer si ces pensées et sentiments leur permettront de cheminer comme ils le souhaitent. Si ce n'est pas le cas, ils peuvent réagir et créer une séquence « pensées-sentiments-actions-conséquences » plus créative.
- Rappeler que SPSAC, c'est-à-dire la capacité d'arrêter et de se rappeler que nous avons le choix, est une autre façon de rebondir suite à une situation difficile. Il s'agit en outre d'une stratégie essentielle à notre succès qu'il nous faut ajouter dans notre sac à dos.
- Encourager les participants à travailler sur les autres scénarios de leur cahier seuls, avec leurs compagnons de classe ou avec leurs parents/adultes

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
2	15 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Êtes-vous une balle de caoutchouc? <ul style="list-style-type: none"> ○ Revenir à l'analogie de la balle de caoutchouc et à l'ensemble des qualités qu'elle possède (capable de rebondir, roule avec aisance et ne coule pas). Établir un lien entre cette analogie et la notion d'harmonie... ou de vie équilibrée. ○ Souligner qu'il existe de nombreuses sources de stress. Il arrive parfois que le stress soit causé par un excédent quelconque (devoirs, pression de la part des parents, nombreuses fêtes). En revanche, il arrive parfois que le stress découle d'un manque quelconque (manque de temps pour pratiquer un sport, manque de temps passé entre amis, manque de sommeil). ○ Mentionner que la prochaine activité doit être exécutée de façon individuelle, mais que les participants devraient peut-être en parler par la suite avec une personne en qui ils ont confiance. Présenter la roue de la vie sur l'acétate 2-5 (et à la page 40 du cahier de l'élève) <div data-bbox="806 813 1293 1179" data-label="Diagram"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Souligner que les catégories sont très générales et peuvent être interprétées de la façon qui leur semblera la plus logique. Cette roue de la vie se veut un outil pour les aider à penser aux différents aspects de leur vie et identifier les endroits où il pourrait être en déséquilibre : avoir trop ou pas assez de quelque chose. 	<p><i>Acétate 2-5/CE 40 : La roue de la vie</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<ul style="list-style-type: none"> ○ Présenter les différentes sections de la roue en donnant des exemples empruntés à votre propre vie ou à celle d'un élève de 12e année : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Travail : Louis a un travail à temps partiel qui nuit à ses études et l'empêche de voir ses amis (trop). ▪ Amis : Entre le travail et l'école, Louis ne voit pas beaucoup ses amis (pas assez). ▪ Famille : En préparation pour l'an prochain, Louis veut plus d'indépendance maintenant, mais ses parents ne sont pas toujours d'accord (trop). ▪ Activités physiques : Louis a dû abandonner les sports d'équipe afin de gagner des sous et de ne pas baisser ses notes (pas assez). ▪ Passe-temps : Louis a du temps pour relaxer à la maison et lire, son passe-temps favori (juste assez). ▪ Spiritualité/croyances : Louis ne va pas à l'église, mais prend le temps de réfléchir à ses valeurs et ses croyances (juste assez). ▪ Communauté/bénévolat : Louis ne fait pas de bénévolat dans la communauté mais est actif à l'école, travaillant sur plusieurs comités et il aime vraiment ça (juste assez). ▪ Éducation/formation : les études sont très intenses cette année et Louis se sent un peu dépassé (trop). ○ Demander aux participants d'évaluer à quel point leur vie est consommée par chacune des sections de la roue en inscrivant un « X » dans l'une des trois sections (pas assez, juste assez ou trop) à la page 40 de leur cahier. ○ Demander aux participants de relier leurs « X ». Obtiennent-ils un cercle « bien rond » dans la catégorie «juste assez»? Accorder 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>quelques instants aux participants pour réfléchir à leur roue.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Insister sur le fait que notre vie n'est pas toujours parfaitement équilibrée et que personne n'a tous ses éléments dans la catégorie « Juste assez ». Noter qu'il pourrait y avoir des moments où leur vie est particulièrement en déséquilibre en raison de circonstances en dehors de leur contrôle, ou parce qu'ils sont prêts à faire certains sacrifices à court terme pour atteindre un objectif à plus long terme. Le but de cette activité n'est pas d'atteindre la perfection, mais de réfléchir à l'endroit où nous souhaitons nous situer dans chacune de ces catégories. ○ Préciser que certaines études démontrent que les gens qui participent de façon significative à des activités avec leur famille, leurs amis et leur collectivité (participation à des sports, à des clubs sociaux, à des groupes religieux, à des activités de bénévolat, comités d'école, etc.) ont tendance à faire preuve d'une plus grande persévérance et à être encore plus capables de se remettre sur la bonne voie après avoir rencontré des obstacles. Inviter les participants à émettre des commentaires. En ont-ils eux-mêmes fait l'expérience? ○ Encourager les participants à partager leur roue de la vie avec leurs parents/adultes ou les amis en qui ils ont confiance. Discuter leur roue de la vie avec les autres peut les aider à identifier les aspects où il se sentent le moins en équilibre et trouver des façons de se rapprocher d'une situation d'équilibre idéale pour eux. ○ Mentionner que nous parlerons de nouveau de la roue au cours du prochain atelier. 	
2	15 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conclusion <ul style="list-style-type: none"> ○ Passer brièvement en revue les objectifs du présent atelier et prendre le temps de revoir les principales activités/outils. Inviter les participants à partager l'élément le plus important qu'ils ont retenu de cette session. Profiter de l'occasion pour renforcer les messages clés sous-jacents : 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<ul style="list-style-type: none"> - chacun possède déjà des compétences d'adaptation; - il existe des stratégies d'adaptation productives et non productives; - nous pouvons tous contrôler notre perception face à certaines situations et ce contrôle peut avoir une incidence sur nos sentiments, nos actions et les conséquences probables; - une vie équilibrée sous-entend un équilibre entre les différents aspects de notre vie. <ul style="list-style-type: none"> ○ Accorder quelques minutes aux participants pour inscrire, à la page 42 de leur cahier, tout nouvel élément qu'ils désirent ajouter à leur sac à dos à la lumière du présent atelier. ○ Inviter les participants à se rappeler du triangle de décision utilisé pendant l'atelier un. Demander aux participants où ils se situent maintenant en indiquant qu'ils pourraient être exactement à la même place qu'à la dernière session ou qu'ils pourraient avoir changé de place. Demander aux participants de se placer sous la feuille de tableau papier qui représente le mieux leur situation actuelle. ○ En petit groupe, sous chaque feuille de tableau papier, demander aux participants de retourner à leurs plans d'action. Les encourager à partager avec les autres les stratégies qu'ils ont utilisées et qui ont eu des résultats face aux défis qu'ils ont à relever. Les inciter à profiter de l'occasion pour mettre leur propre plan à jour, notant les actions complétées, les étapes à ajouter ou la recherche à faire. Circuler dans les groupes en offrant de l'aide si nécessaire. ○ Renforcer l'importance de ces plans d'action. En travaillant ces plans d'action, c'est en eux-mêmes qu'ils investissent. ○ Remercier les participants d'avoir participé activement à la session. Les encourager à faire les exercices jusqu'à la section 2 de leur cahier d'exercices et impliquer – dans leur démarche – les membres de leur famille ou les amis en qui ils ont confiance. 	<p><i>CE 42 : Mon sac à dos</i></p> <p><i>Pages de tableau papier :</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <i>1. Je suis très incertain/incertaine de mon choix</i> <i>2. Je suis confortable avec mon choix, mais il nécessite plus de précision</i> <i>3. Je suis 100% à l'aise avec mon choix pour le moment</i>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<ul style="list-style-type: none">○ Rappeler aux participants la date et l'heure de l'atelier 3 et leur dire que vous serez disponible après la session pour répondre à leur question ou les aider avec leurs plans d'action.	

SÉRIE D'ATELIERS EN ACTION VERS L'AVENIR

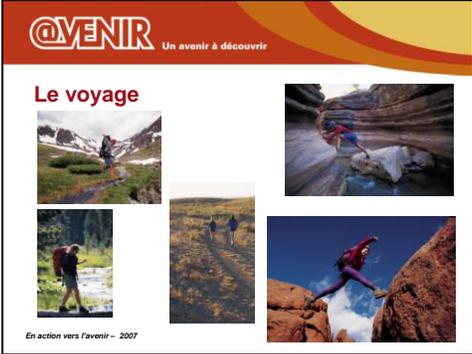
Atelier 3 : Gérer ses transitions

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
3	20 min	<p>Notes à l'animateur : <i>Pendant que les participants arrivent, vérifiez s'ils ont des questions et préoccupations en ce qui touche leur plan d'action. Leur redire que vous êtes disponible s'ils veulent discuter de leur plan individuellement après la session.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Souhaiter aux participants la bienvenue au troisième atelier ▪ Passer brièvement en revue les normes <div data-bbox="789 605 1287 979" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px auto; width: fit-content;"> <p style="text-align: center;">@VENIR Un avenir à découvrir</p> <p>Normes Pour tirer le maximum de ces ateliers, il faut...</p> <p style="text-align: center;">Participer <small>Posez des questions, donnez votre opinion et faites part de vos préoccupations</small></p> <p style="text-align: center;">Collaborer <small>Partagez vos idées, travaillez ensemble et offrez des suggestions</small></p> <p style="text-align: center;">Respecter les autres <small>Écoutez-vous les uns les autres, écoutez les différentes opinions et faites preuve d'empathie</small></p> <p style="text-align: center;">S'engager <small>Soyez ponctuel, participez activement et faites du travail entre les ateliers</small></p> <p style="text-align: center;">S'amuser <small>Détendez-vous et tirez le maximum des ateliers</small></p> <p style="font-size: small; text-align: center;">En action vers l'avenir – 2007 3-1</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Passer rapidement en revue l'atelier 2 : Prendre le temps de répondre aux questions des participants et de reconnaître les progrès qu'ils peuvent avoir accomplis dans leur plan d'action depuis le dernier atelier. Rappeler à tout le groupe que le temps investi dans le plan d'action est un investissement en soi-même et que vous êtes disponible pour en discuter individuellement avec eux après la session ou à un autre temps qui vous conviendra mutuellement. ▪ Présenter un survol du troisième atelier. Noter que cet atelier portera principalement sur la gestion des transitions. 	<p><i>Acétate 3-1 : Les normes</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Présenter les objectifs du troisième atelier <div data-bbox="795 280 1278 646" data-label="Image"> </div> ▪ Présentation de la notion « transition » <ul style="list-style-type: none"> ○ Rappeler aux élèves l'image de l'arbre et l'endroit où ils croyaient s'y trouver (premier atelier). Présenter l'acétate 3-3. <div data-bbox="795 797 1278 1162" data-label="Image"> </div> ○ Discuter brièvement avec les élèves afin de déterminer si leur position dans l'arbre a changé. Les inviter à découvrir les éléments qui se trouvent maintenant dans leur sac à dos et qui leur seront utiles pendant leur voyage. ○ Donner le ton de la discussion en comparant la transition à un voyage où il y a trois étapes importantes : le départ, le voyage et l'arrivée. Indiquer que lorsqu'on se prépare à partir en voyage vers 	<p><i>Acétate 3-2 : Objectifs du troisième atelier</i></p> <p><i>Acétate 3-3/CE 44 : L'arbre</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>un endroit où on n'est jamais allé ou à effectuer une randonnée difficile sur un terrain vierge, il y a des choses qu'il faut faire en prévision de ce voyage (au moment du départ) et des habiletés et des stratégies qui serviront en cours de route (pendant le voyage) afin d'arriver indemne et satisfait. Cette notion s'applique également à la transition des élèves de l'école secondaire à ce qui les attend au cours de l'année suivante.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Prendre un peu de temps pour explorer chaque étape de la transition. Montrer l'acétate 3-4. <div data-bbox="800 521 1276 881" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Demander aux participants ce qu'ils considèrent comme des difficultés ou de nouvelles possibilités liées au départ? Voici quelques exemples : <ol style="list-style-type: none"> 1) Anxiété/peur de l'inconnu 2) Perte/devoir lâcher prise/devoir faire ses adieux 3) Découvrir sa destination/effectuer de la recherche 4) Excitation à l'idée d'effectuer un nouveau départ ○ Demander aux participants d'imaginer qu'ils sont arrivés au point où ils désirent se trouver l'année prochaine. Montrer l'acétate 3-6. 	<p><i>Acétate 3-4/CE 45 : Le départ</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<div data-bbox="800 170 1276 529" data-label="Image"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Leur demander des exemples de défis à relever ou de nouvelles possibilités offertes au moment de leur arrivée. Voici quelques exemples possibles: <ol style="list-style-type: none"> 1) Ils pourront adopter une nouvelle identité 2) Ils pourront recommencer à zéro 3) Ils seront entourés de gens dont les valeurs et la vision du monde diffèrent des leurs 4) Ils seront exposés à différentes attitudes 5) Ils auront l'occasion de vivre de nouvelles expériences et de former de nouveaux liens ○ Demander aux participants de se rappeler des voyages qu'ils ont faits quand ils étaient petits, avec leur famille ou en autobus avec l'école; ils posaient toujours la question « quand est-ce qu'on arrive? ». Il est normal de vouloir arriver à destination aussitôt après le départ. Mais il faut faire le voyage...Leur rappeler le message cadeau « le voyage est aussi important que la destination ». ○ Montrer l'acétate 3-5. 	<p><i>Acétate 3-6/CE 47 : L'arrivée</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		 <ul style="list-style-type: none"> ○ Discuter de la période de voyage – la période suivant le départ et précédant le moment où on croit être parvenu à destination. Cette période est l'élément essentiel de la transition et peut être caractérisée par la confusion, le chaos, l'exploration, la découverte, la créativité et l'innovation. ○ Noter qu'au cours du dernier atelier, on a discuté de bon nombre d'habiletés et de stratégies dont ils auront besoin au cours de leur voyage. Le présent atelier vise à permettre aux élèves de réfléchir profondément aux éléments qu'ils désirent trouver dans leur sac à dos au moment de leur départ afin d'être bien préparé pour leur voyage et d'arriver à la destination choisie. 	<p><i>Acétate 3-5/CE 46 : Le voyage</i></p>
3	25 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ La course à obstacles <ul style="list-style-type: none"> ○ Préparer une course à obstacles selon les directives suivantes : <ul style="list-style-type: none"> ▪ La course comprend trois stations. Chacune d'elle comprend un carton aide-mémoire collé au mur, un indice et une tâche. Il faut placer les trois stations dans une section relativement peu encombrée de la classe (p. ex. à l'avant de la classe près du tableau) afin d'empêcher que les pupitres et les chaises fassent obstacle aux élèves. Dans une classe type, si on regarde le tableau, la première station doit se trouver sur le mur gauche, la deuxième sur le mur droit et 	<p><i>4 cartons, ruban gommé, 2 marqueurs : un avec le bout de feutre coupé et un en bon état, papier de construction jaune, une boîte à soulier, une grande clé avec un porte-clés, un bandeau pour couvrir les yeux</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>la troisième sur le mur où se trouve le tableau.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ À la première station, coller sur le mur le carton sur lequel on peut lire : « Station 1 – Marqueur ici ». Le carton comprend également un écriteau d'avertissement jaune et le mot <i>Attention</i> écrit en rouge. Prendre un marqueur – dont la pointe feutrée aura été coupée ou forcée à l'intérieur de son tube – et le coller au mur à côté du carton. Un peu plus bas, coller un deuxième carton au mur sur lequel figure un grand écriteau d'avertissement jaune. Sous ce carton, coller un troisième carton sur lequel on peut lire « Station 1 – suite : Marqueur fonctionnel ici! » Coller un marqueur fonctionnel sous ce carton. ▪ À la deuxième station, coller le carton sur lequel on peut lire « Station 2 – Boîte contenant la clé de l'avenir ». À cette station, placer – dans une petite boîte dont le couvercle se soulève – une grande clé avec un porte-clés (ou une clé avec un grand porte-clés dont la forme est particulière). ▪ À la troisième station, placer une feuille de tableau conférence sur laquelle est dessinée une grande porte. Sur le carton aide-mémoire, on peut lire « Station 3 – Laisser un dessin de la clé de l'avenir pour le prochain voyageur». <ul style="list-style-type: none"> ○ Ne pas attirer l'attention des élèves sur la course à obstacles ou les trois stations avant le début de l'activité. Demander deux volontaires qui accepteraient de se faire bander les yeux pour la prochaine activité. Inviter un des deux volontaires à quitter la salle pour quelques minutes. Une fois cette personne à l'extérieur de la salle, bander les yeux de l'autre volontaire. Après avoir bandé les yeux de la personne, demander aux élèves s'ils ont remarqué les cartons collés à différents endroits dans la classe. Il est possible que quelques-uns répondent par l'affirmative. Demander au volontaire s'il a remarqué les cartons. Si c'est le cas, lui indiquer que cela rendra son voyage beaucoup plus facile. ○ Dire au volontaire qui a les yeux bandés qu'il va partir faire une randonnée. Il y a trois stations et chacune comprend un indice et 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>une tâche. L'objectif est qu'il complète les tâches des trois stations le plus vite possible. Noter que le rôle de l'animateur sera d'assurer que les participants ne se blessent pas pendant la course à obstacles.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter tous les élèves à suivre les progrès du volontaire et à l'aider en disant à voix haute « chaud » ou « froid » lorsqu'il se rapproche ou s'éloigne du but. ○ Indiquer au volontaire que le défi à relever à la station 1 est de trouver un marqueur qui fonctionne. Orienter doucement le volontaire afin qu'il se trouve en face de la station 1. Marcher près de lui pendant tout le parcours afin d'assurer sa sécurité, mais ne pas le guider physiquement. Lui permettre de se laisser guider par les élèves qui crient « chaud » ou « froid ». ○ Lorsqu'il arrivera à la première station, le volontaire tâtonnera probablement les surfaces autour de lui afin de trouver le marqueur et il est possible qu'il découvre celui collé au mur. S'il parvient à le trouver, lui demander de l'ouvrir afin que le reste de la classe puisse voir qu'il n'a pas de pointe de feutre et qu'il est ainsi inutilisable. Pointer l'écriteau d'avertissement et demander au reste des élèves si le voyageur a réalisé le défi de cette station. Les élèves orienteront alors le volontaire vers l'écriteau d'avertissement jaune. N'aider qu'au besoin afin que les élèves remarquent le carton sur lequel on peut lire « Station 1 – suite : Marqueur qui fonctionne ici » et que le voyageur trouve le deuxième marqueur. ○ <i>Notes à l'animateur : Ne pas intervenir plus que nécessaire durant la course à obstacles. Laisser la course suivre son cours. Si le volontaire dit qu'il est prêt à continuer même s'il a le marqueur qui ne fonctionne pas et que le groupe ne réagit pas pour lui indiquer l'erreur, le laisser continuer. Revenir à cet élément lors du retour sur l'activité.</i> ○ Dire au volontaire qu'à la deuxième station, il doit trouver une boîte dans laquelle il y a un indice important. Orienter doucement le volontaire dans la bonne direction et le laisser se déplacer avec l'aide des directives « chaud » et « froid » des élèves. N'aider qu'au besoin afin que le volontaire ouvre la boîte et trouve la clé 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>qui se trouve à l'intérieur. Lui dire qu'il s'agit de la clé de son avenir.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Dire au volontaire qu'à la troisième station, il doit dessiner la clé de l'avenir pour le prochain voyageur. Orienter doucement le volontaire dans la bonne direction et le laisser se déplacer avec l'aide des élèves. N'aider qu'au besoin afin que le volontaire trouve le tableau papier et commence à dessiner. Il aura terminé la course à obstacles avec succès lorsqu'il aura dessiné la forme de la clé... et du porte-clés. ○ Faire un bref compte rendu de l'expérience avec le volontaire. Lui demander comment il s'est senti pendant la course à obstacles. Il est possible qu'il affirme s'être senti très frustré, vulnérable ou incertain ou qu'il dise avoir eu peur. Le remercier d'avoir bien voulu jouer ce rôle difficile. ○ Inviter le deuxième volontaire à entrer dans la salle et lui bander les yeux. Lui demander s'il a noté certains éléments autour de la salle avant qu'on lui demande de sortir. Si c'est le cas, lui dire que ces observations vont lui rendre la tâche plus facile. ○ Lui expliquer qu'on a demandé au premier volontaire de s'engager dans une randonnée. À son tour, il devra accomplir la même randonnée. Il y a trois stations et chacune offre un indice et demande une tâche. L'objectif est d'accomplir ces tâches le plus rapidement possible. L'animateur s'assurera que les tâches sont accomplies en toute sécurité. ○ Souligner que la grande différence entre le premier volontaire et le second est que le deuxième aura droit à trois souhaits avant de commencer : il aura droit de demander trois choses qui pourraient rendre sa randonnée plus facile. Noter qu'il ne peut demander à quelqu'un de faire le travail à sa place et qu'il doit faire la course les yeux bandés. À part ces deux exceptions, il peut demander tout ce qu'il pense qui pourra l'aider dans son aventure. ○ <i>Notes à l'animateur : le deuxième volontaire peut demander d'enlever le bandeau de ses yeux pour observer le parcours quelques secondes, mais il doit le remettre pour accomplir la</i> 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p><i>course. Il peut demander un allié pour l'accompagner, lui parler pendant le trajet, mais cet allié ne peut accomplir les tâches à sa place. Il peut également demander un outil (un marqueur qui fonctionne) qui lui permettrait d'accomplir les tâches plus vite.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Une fois les trois souhaits réalisés, demander au volontaire de commencer la course. ○ <i>Notes à l'animateur : si le deuxième volontaire a été clairvoyant dans ses choix, il terminera la course beaucoup plus vite et le dessin qu'il laissera pour le prochain randonneur sera sans doute beaucoup plus précis</i> ○ Demander au deuxième volontaire comment il s'est senti pendant l'expérience. <p>▪ Retour sur l'activité</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Demander aux participants quelles sont les différences qu'ils ont remarquées entre la façon dont les deux volontaires ont réalisé le parcours et entre l'expérience qu'ils ont affirmé avoir vécue. Leur demander quels sont les stratégies, les habiletés ou le type de soutien qui ont semblé aider le deuxième volontaire. Si les choix du deuxième volontaire n'ont pas été vraiment aidants, discuter des possibilités qui auraient pu être plus efficaces pour atteindre l'objectif plus rapidement. ○ Souligner que ces habiletés, stratégies, outils/ressources et alliés sont des éléments importants à avoir dans son sac à dos. Indiquer que même si les gens ont souvent des façons différentes de faire les choses, la préparation (recherche sur la destination) et l'inclusion des bons outils/éléments de soutien dans le sac à dos peuvent avoir une incidence considérable sur le voyage en réduisant l'anxiété du voyageur et en augmentant ses chances de réussir. ○ Faire remarquer aux élèves que les cartons étaient bien en vue depuis le début de l'atelier. Leur indiquer que leur environnement comprend une vaste gamme de sources de renseignements qu'ils peuvent exploiter maintenant en vue de l'année prochaine. 	<p><i>CE 48: Transition – Questions de réflexion</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>Discuter brièvement des types d'information que les élèves possèdent déjà et des types d'information qu'il leur manque encore.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Revoir les plans d'action qui se trouvent aux pages 21 à 30 de leur cahier. Souligner le fait que ces plans sont des outils pratiques qui peuvent leur être très utiles dans les événements qu'ils auront à vivre l'année prochaine. Faire le lien entre les stratégies utilisées par le deuxième voyageur et les étapes de leur plan d'action. Leur dire qu'ils auront du temps à la fin de cette session pour revoir leur plan d'action. ○ Réexaminer le thème du « départ » en rappelant les difficultés et les possibilités qui y sont liées. Le départ comporte un volet pratique. Indiquer aux élèves qu'ils doivent s'assurer de faire une recherche sur leur destination et de placer dans leur sac à dos les habiletés, les ressources et les sources de soutien dont ils auront le plus besoin. Le départ comprend également un volet émotionnel. Il est possible que les élèves devront quitter certaines choses ou certaines personnes (p. ex. des camarades de classe, la vie à la maison), voudront emporter certaines choses avec eux (p. ex. le soutien de leurs bons amis et de leur famille) et devront s'ouvrir à de nouvelles choses (p. ex. relations et expériences nouvelles). Demander aux participants de songer à leur propre préparation en vue de l'année prochaine. Engager une discussion en plénière en utilisant les questions de réflexion figurant à la page 48 de leur cahier de travail. ○ Inciter les participants à réexaminer leurs questions après la séance et à discuter de leurs réponses avec leurs parents ou avec leurs amis. 	
3	25 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Réexamen de la roue de la vie <ul style="list-style-type: none"> ○ Montrer l'acétate 3-7. 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<div data-bbox="793 168 1283 537" data-label="Diagram"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Rappeler aux élèves qu'à la fin du deuxième atelier, ils ont créé une roue en examinant différents éléments de leur vie et en déterminant si cette dernière était équilibrée. ○ Dans le cadre de cette activité, les participants devront réexaminer cette roue. Cette fois-ci, il leur faudra examiner la roue en tenant compte de leurs plans en vue de l'année prochaine. Leur demander de définir toute difficulté qui surviendra – selon eux – dans l'une ou l'autre des sections de la roue. Il est possible que les élèves désirent jeter un coup d'œil aux scénarios concrets du deuxième atelier (pages 36 et 37 du cahier) afin de rafraîchir leur mémoire. Utiliser les exemples suivants au besoin : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Il est possible que les élèves prévoyant partir à l'université s'attendent à se sentir seuls, car ils devront s'éloigner de leurs amis. (Pas assez d'amis) ▪ Quelqu'un qui comptait sur un revenu grâce à un travail à temps partiel pourrait avoir des problèmes avec ses fins de mois s'il perd son emploi. (Pas assez de travail) ▪ Les gens qui travailleront à plein temps dans un nouvel environnement peuvent être incertains quant à la façon de participer à la vie communautaire. (Pas assez de collectivité/bénévolat) ▪ Il se peut que certains élèves aient une charge de travail 	<p><i>Acétate 3-7/CE 50 : La roue de la vie</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>beaucoup plus lourde qu'à l'école secondaire et que leurs professeurs/instructeurs soient beaucoup moins disposés à offrir de l'aide que leurs enseignants actuels. (Trop d'études /formation)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les élèves qui prévoient demeurer chez leurs parents peuvent s'attendre à ce que leur recherche d'une plus grande indépendance entraîne des conflits. (Trop de famille) <ul style="list-style-type: none"> ○ Donner aux participants cinq ou six minutes afin qu'ils puissent réfléchir aux défis qu'ils prévoient devoir surmonter l'année prochaine. Leur demander de noter ces difficultés aux pages 50 et 51 de leur cahier. Leur demander ensuite de choisir les trois défis les plus importants pour eux. ○ Afficher l'acétate 3-7 encore une fois. <div data-bbox="793 691 1283 1058" data-label="Diagram"> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ Faire le tour de la roue et demander aux élèves de lever la main lorsqu'un de leurs trois défis correspondra à la section de la roue qui sera alors pointée. Mettre les résultats en tableau afin de déterminer les trois sections qui représentent les plus importantes préoccupations des participants. ○ Parmi les trois principaux éléments, choisir celui pour lequel le moins d'élèves ont levé la main. Demander un volontaire prêt à présenter le défi auquel il devra faire face dans cette section de la roue. Lui demander de donner une brève description de la difficulté au groupe. En grand groupe, mener un remue-méninges 	<p><i>CE 50- 51 : Difficultés à surmonter</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>afin de trouver une façon pour l'élève de surmonter cette difficulté, détaillant le plus possible les premières étapes qu'il pourrait suivre.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Diviser le groupe en deux (un pour chacun des éléments restants). Inviter les participants à décider du groupe dont ils veulent faire partie ou répartir les participants si les groupes ne sont pas équilibrés. Un animateur devrait accompagner chaque groupe et répéter le processus ci-dessus (demander à un volontaire de nommer et décrire brièvement la difficulté qu'il aura à relever et travailler conjointement avec les membres du groupe afin de trouver des stratégies et des mesures en vue de la surmonter). ○ Inviter les participants à utiliser la page 51 de leur cahier afin de noter les stratégies et les mesures que chacun voudra ajouter à son sac à dos. <p>▪ Retour sur l'activité</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Mener une discussion au sujet de l'importance de se préparer, c'est-à-dire de recueillir le plus d'information possible sur sa destination et d'avoir dans son sac à dos des stratégies et des mesures permettant de surmonter les difficultés prévues. Souligner que plusieurs d'entre eux pourraient avoir déjà fait face à des situations similaires et possèdent déjà plusieurs des compétences dont ils ont besoin. ○ Rappeler la recherche présentée à la fin du deuxième atelier indiquant aux élèves qu'en démontrant un plus grand intérêt et un plus grand engagement dans les activités correspondant aux sections de la roue, ils auront plus de facilité à surmonter les difficultés et à réussir. Il s'agit là d'une stratégie à conserver dans son sac à dos! ○ Rappeler également aux élèves l'activité de visualisation menée au cours de l'atelier <i>Un avenir en héritage</i> afin d'imaginer leur scénario d'avenir souhaité. Souligner que la recherche démontre qu'imaginer clairement quelque chose peut améliorer ses chances de l'obtenir. Inciter les participants à réaliser cette activité à 	<p><i>CE 51 : Stratégies</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>nouveau sur une base individuelle en se penchant sur les stratégies et les mesures initiales qui les aideront à faire face aux défis qu'ils pourraient rencontrer l'année prochaine. Tout comme au théâtre, il pourrait l'envisager comme une séance de répétition générale avant la grande première</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter les élèves à discuter avec leurs parents, leurs tuteurs ou avec un bon ami qui pourra les aider à trouver des moyens de surmonter leurs défis. 	
3	25	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Obtenir l'aide de vos alliés <ul style="list-style-type: none"> ○ Rappeler aux participants le message-cadeau de l'atelier <i>Un avenir en héritage</i>. « Identifiez vos alliés et soyez un allié ». Souligner qu'une des façons importantes de se préparer en vue de l'année prochaine est de s'assurer d'avoir un réseau d'alliés les appuyant pendant leur transition. ○ Demander aux participants de se jumeler à une personne du groupe qu'ils ne connaissent pas beaucoup. Ensuite, donner cinq minutes aux paires afin qu'elles trouvent 10 choses qu'elles ont en commun. Lorsque le temps sera écoulé, demander si certaines paires n'ont pu trouver au moins 10 points communs. Déterminer la paire qui a battu le record en trouvant le plus de points communs. ○ Mener une brève discussion sur ce que cette activité nous a appris au sujet des réseaux. Indiquer aux élèves que peu importe où ils se trouveront, il y aura toujours des gens qui partagent certains de leurs intérêts et avec qui ils pourront établir des liens. ▪ Cercle d'alliés <ul style="list-style-type: none"> ○ Demander aux participants de se remémorer leur première journée dans un nouvel environnement : première journée dans une nouvelle école, un nouveau quartier ou un nouveau groupe. Discuter des sentiments associés à cette expérience. Exemples possibles : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Anxiété 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Solitude ▪ Peur ▪ Excitation <ul style="list-style-type: none"> ○ Revenir à la métaphore du voyage : le départ, le voyage et l'arrivée. Souligner qu'un des défis importants qui nous attend à l'arrivée est d'avoir et de conserver un bon réseau de soutien. ○ Rappeler l'image de la balle en caoutchouc. Indiquer que dans le cadre de cette activité, nous allons construire un cercle avec les personnes qui nous donneront un élan et des conseils pratiques en cas de difficultés. Ce cercle sera formé de gens qui peuvent nous aider et nous encourager et qui ont confiance en nos capacités. ○ Indiquer que beaucoup d'organismes ont un conseil d'administration. Habituellement, ces conseils sont formés de gens sélectionnés de façon stratégique afin d'appuyer un volet précis de l'organisme qu'ils dirigent (p. ex. avocats, conseillers financiers, experts en matière de contenu, etc.). Les conseils efficaces comptent également des membres qui ont une attitude positive et qui croient en la valeur de l'organisme. ○ Expliquer aux élèves qu'avoir leur propre conseil d'administration (ou cercle d'alliés) peut leur être très profitable. Comme exemple, leur présenter votre propre cercle d'alliés ou celui d'un élève de douzième année fictif. ○ Passer en revue l'acétate 3-8 : Cercle d'alliés. 	<p><i>Acétate 3-8/CE 53 : Cercle d'alliés</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<div data-bbox="793 186 1285 560" data-label="Diagram"> </div> <p data-bbox="583 576 1543 1437"> <ul style="list-style-type: none"> ○ Faire le tour du cercle, en expliquant pourquoi il est essentiel d'inclure chaque membre en fournissant des exemples. Effectuer des liens, au besoin, avec certains des exemples de situations réelles présentées au cours du deuxième atelier ou d'expériences vécues par les participants. Les membres comprennent : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Une personne qui peut fournir des conseils sur la façon de gérer son argent et d'équilibrer son budget. ▪ Une personne qui peut fournir de l'aide sur le plan académique. ▪ Une personne qui possède de bonnes capacités de résolution de problèmes et qui peut aider à trouver une solution à des situations embrouillées. ▪ Une personne qui peut être une source d'encouragement et de motivation. ▪ Une personne qui croit en vos capacités et qui a de grands espoirs pour vous. ▪ D'autres personnes que vous désirez inclure dans votre cercle d'alliés – Peut inclure : <ul style="list-style-type: none"> • Quelqu'un que vous pouvez appeler à deux heures du matin quand vous avez des problèmes ou remettez vos choix en question; • Quelqu'un que vous pouvez appeler quand vous n'avez plus de sous et que le loyer est dû. </p>	<p data-bbox="1564 990 1900 1031"><i>CE 54 : Mon cercle d'alliés</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<ul style="list-style-type: none"> ○ Souligner qu'un allié est souvent quelqu'un que nous connaissons bien. Dans d'autres cas cependant, ça pourrait être un étranger qui possède l'expertise ou l'information dont nous avons besoin. ○ Inciter les participants à réfléchir aux défis qu'ils ont déterminés au cours de l'activité précédente et à songer aux personnes qui pourraient les aider à les surmonter. Demander à tous les participants de trouver une personne pour le plus de catégories possibles autour de leur propre cercle d'alliés. Ils pourront ensuite inclure d'autres personnes à leur guise. Leur demander d'indiquer le nom de leurs alliés dans chaque catégorie du cercle présenté à la page 54. Encourager les élèves à expliquer le plus précisément possible pourquoi ils ajoutent ces autres personnes, indiquant de façon assez détaillée comment ces gens pourront les appuyer. ○ Noter que cette activité peut représenter un défi. Circuler autour de la salle et offrir de l'aide aux participants qui semblent avoir de la difficulté. ▪ Retour sur l'activité <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter les participants à faire des commentaires sur leur expérience de construire leur cercle d'alliés. Était-ce facile? Difficile? Quels bénéfices en ont-ils tirés? ○ Souligner que les alliés ne peuvent offrir leur aide que s'ils sont conscients qu'on a besoin d'eux et s'ils savent quel type d'aide est recherché. En grand groupe, discuter dans quelle mesure il sera facile ou difficile de discuter avec leurs alliés! ○ Faire un remue-méninges sur les manières d'approcher ses alliés. Faire ressortir le fait que, actuellement, ils ont peut-être déjà demandé à certaines personnes de jouer le rôle d'alliés; ou ils se sont organisés pour avoir autour d'eux des personnes qui les supportent. Plus on sait ce que l'on veut, plus on risque de l'obtenir. Les gens en général sont souvent très honorés qu'on leur demande de jouer un tel rôle. ○ Rappeler aux participants qu'ils ont déjà commencé à développer leurs 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>réseaux ainsi que les habiletés nécessaires pour le faire. Ces habiletés leur seront très utiles : ce sont des outils à inclure dans le sac à dos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Faire remarquer que notre cercle d’alliés change avec le temps, au fur et à mesure que nos besoins changent. Les encourager à revoir leur cercle de temps en temps. 	
3	10 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Balle de corde <ul style="list-style-type: none"> ○ Cette activité représente la conclusion de cette séance et renforce le fait que les élèves sont entourés d’alliés ET qu’ils sont aussi les alliés d’autres personnes. ○ Demander aux participants de former un grand cercle (debout). En tenant une balle de corde de nylon, indiquer que tous les participants pourront tirer avantage d’un grand cercle d’alliés et qu’ils contribueront également sans doute aux réseaux de soutien des autres. Inviter chaque participant à songer à ce qu’il peut offrir comme allié. Il peut s’agir de différentes qualités allant du sens de l’humour à la capacité de préparer un budget et des bonnes aptitudes de gestion du temps à une attitude positive. ○ Commencer en nommant un élément que vous avez à offrir à titre d’allié. Demander si quelqu’un (qui est placé en face de vous) est prêt à attraper la balle de corde et à nommer – à son tour – un élément qu’il peut offrir aux autres. Lorsque quelqu’un accepte de recevoir la balle, la lui lancer, mais tenir le bout de la corde afin de créer un lien avec le receveur. Cette personne indiquera ensuite quel est son élément et demandera qui veut être le prochain à recevoir la balle. Elle tiendra son bout de la corde et lancera la balle au prochain volontaire. L’activité se poursuit jusqu’à ce que tous les participants aient pu indiquer la façon dont ils peuvent contribuer à titre d’alliés. À ce moment, le groupe aura créé une toile de corde liant chaque personne du cercle. Indiquer qu’il s’agit d’un exemple physique du fait que nous sommes tous liés, que nous avons tous des alliés et que nous sommes tous les alliés d’autres personnes. ○ Demander aux participants de poser avec soin la toile sur le sol. 	Balle de corde

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>Demander à un volontaire de se coucher sur la toile afin de confirmer sa solidité. Lorsque le volontaire est en place, s'assurer que tous les bouts de la corde sont tenus par un participant (y compris celui que tenait le volontaire). À trois, demander au groupe de soulever la toile (et le volontaire).</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter les participants à commenter l'expérience. Souligner la facilité avec laquelle on a soulevé le volontaire et la mesure dans laquelle la toile était solide malgré son apparence fragile. Indiquer qu'il en est de même pour les réseaux. Nous sous-estimons souvent la force de nos alliés et leur capacité de nous soutenir pendant des périodes difficiles. Demander aux participants de partager leurs commentaires et leurs réflexions. Renforcer le fait qu'avoir des alliés, qu'être un allié et que croire en la capacité d'aider des alliés sont tous des éléments essentiels du sac à dos. 	
3	15 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conclusion <ul style="list-style-type: none"> ○ Passer brièvement en revue les objectifs de l'atelier. Inviter les participants à discuter de ce qu'ils ont appris pendant cette séance. Profiter de cette occasion afin de renforcer les messages clés sous-jacents: <ul style="list-style-type: none"> - les renseignements que l'on obtient au sujet de la destination réduisent l'anxiété et améliorent les possibilités de réussite; - en prévoyant nos défis, on peut créer des stratégies et s'assurer d'avoir les éléments nécessaires dans son sac à dos; - un élément essentiel de tout sac à dos est un cercle d'alliés choisis de façon stratégique et prêts à offrir leur aide pendant le voyage. ○ Donner aux participants quelques minutes afin qu'ils puissent noter, à la page 55 de leur cahier, les éléments qu'ils voudraient ajouter à leur sac à dos grâce à cet atelier. Si désiré, utiliser certains objets (comme une lampe de poche, des lunettes d'approche, un miroir, une balle de caoutchouc ou un imperméable) pour représenter les éléments comme le plan 	<p><i>CE 55 : Mon sac à dos</i></p> <p><i>Pages de tableau papier :</i></p> <p><i>1. Je suis très</i></p>

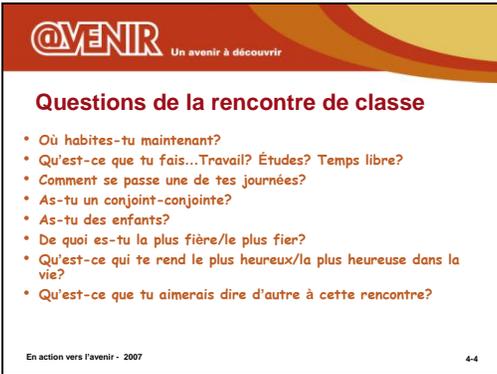
ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>d'action, le point de référence, la connaissance de soi, les compétences et les stratégies qu'on voudrait mettre dans son sac à dos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter les participants à se rappeler du triangle de décision utilisé aux ateliers un et deux. Demander aux participants où ils se situent maintenant en indiquant qu'ils pourraient être exactement à la même place qu'à la dernière session ou qu'ils pourraient avoir changé de place. Demander aux participants de se placer sous la feuille de tableau papier qui représente le mieux leur situation actuelle. ○ En petit groupe, sous chaque feuille de tableau papier, demander aux participants de retourner à leurs plans d'action. Les encourager à partager avec les autres les stratégies qu'ils ont utilisées et qui ont eu des résultats face aux défis qu'ils ont à relever. Les inciter à profiter de l'occasion pour mettre leur propre plan à jour, notant les actions complétées, les étapes à ajouter ou la recherche à faire. Circuler dans les groupes en offrant de l'aide si nécessaire. ○ Renforcer l'importance de ces plans. leur rappeler que le travail qu'ils font sur ces plans est un investissement en eux-mêmes. Discuter rapidement des actions qu'ils entreprennent maintenant pour se préparer à l'an prochain. ○ Remercier les élèves d'avoir participé activement. Les encourager à réaliser la section 3 de leur cahier d'exercices et à obtenir l'aide de leurs parents, tuteurs ou amis. ○ Rappeler aux participants la date et l'heure du quatrième atelier. Indiquer que les parents/adultes seront invités à prendre part à la dernière demi-heure de ce dernier atelier. 	<p><i>incertain/incertaine de mon choix</i></p> <p><i>2. Je suis confortable avec mon choix, mais il nécessite plus de précision</i></p> <p><i>3. Je suis 100% à l'aise avec mon choix pour le moment</i></p>

SÉRIE D'ATELIERS EN ACTION VERS L'AVENIR

Atelier 4 : Dernière vérification de son sac à dos

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
4	10 min	<p>Notes à l'animateur : Pendant que les participants arrivent, vérifier s'ils ont des questions et préoccupations en ce qui touche leur plan d'action.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Souhaiter la bienvenue aux élèves participant à l'atelier 4 ▪ Revoir les normes rapidement <div data-bbox="814 532 1283 889" data-label="Image"> <p>@VENIR Un avenir à découvrir</p> <p>Normes Pour tirer le maximum de ces ateliers, il faut...</p> <p>Participer Posez des questions, donnez votre opinion et faites part de vos préoccupations</p> <p>Collaborer Partagez vos idées, travaillez ensemble et offrez des suggestions</p> <p>Respecter les autres Écoutez-vous les uns les autres, écoutez les différentes opinions et faites preuve d'empathie</p> <p>S'engager Soyez ponctuel, participez activement et faites du travail entre les ateliers</p> <p>S'amuser Détendez-vous et tirez le maximum des ateliers</p> <p>En action vers l'avenir - 2007 4-1</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Passer en revue l'atelier 3. Prendre le temps de répondre à toutes questions que les participants pourraient avoir et de reconnaître les progrès accomplis dans la réalisation de leur plan d'action. Les féliciter de l'investissement en eux-mêmes qu'ils ont fait en travaillant leurs plans d'action. ▪ Donner un aperçu de l'atelier 4. Cette session portera principalement sur une dernière vérification du contenu de leur sac à dos. Mettre l'emphase sur le fait qu'au cours de cette dernière session, nous ne ferons pas de nouveaux apprentissages, mais nous consoliderons et célébrerons les apprentissages déjà réalisés. Rappeler aux participants que les parents/adultes se joindront à nous pour la dernière demi-heure de l'atelier pour célébrer leur travail. ▪ Présenter les objectifs de l'atelier 4 	<p>Acétate 4-1 : Normes</p> <p>Acétate 4-2 : Objectifs de</p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>est absolument essentielle pour tous les randonneurs. Montrer un sac à dos et une bouteille d'eau dans la poche de côté.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Demander aux élèves s'ils connaissent la formule chimique de l'eau. Écrire H₂O sur une feuille de tableau papier. Leur rappeler qu'ils voudront avoir de l'eau dans leur sac à dos en quittant le secondaire. Cependant, en ce qui nous concerne, nous avons donné une signification différente à la formule H₂O : les deux « H » signifient <i>Honorer ses rêves</i> et <i>Héros</i> et le « O » signifie <i>Occasion</i>. (Écrire la définition sur une feuille de tableau papier). ○ Noter que nous explorerons cette formule en commençant par l'importance d'honorer ses rêves. 	<p><i>Sac à dos, bouteille d'eau ou photo</i></p>
4	15 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Honorer ses rêves <ul style="list-style-type: none"> ○ Mentionner aux participants qu'ils ont consacré, au cours des trois dernières années, beaucoup de temps et d'énergie à réfléchir à leurs rêves pour l'avenir et à les clarifier (leur avenir souhaité). Leur point de référence et leurs professions préférées en 10^e année étaient la manifestation de leurs rêves. Il en est de même pour leur avenir souhaité en 11^e année. Maintenant en 12^e année, leurs plans d'avenir et de vouloir concrétiser certains de ces rêves. Nos rêves nous inspirent et nous donnent une vision, une direction et de la motivation. ○ Dans le but de donner une forme concrète à leurs rêves, demander aux participants d'imaginer que nous sommes maintenant en 2017. C'est la soirée de leur rencontre de classe 10 ans plus tard et le cocktail d'ouverture est sur le point d'être servi. ○ Demander aux participants ce que les gens veulent savoir les uns des autres dans ce genre de rencontre. Quelles questions posent-ils? Voici quelques exemples : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Alors...qu'est-ce que tu fais maintenant? ▪ Est-ce que tu es marié? ▪ As-tu des enfants? 	<p><i>Acétate 4-4 – Questions de la rencontre de classe</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Où est-ce que tu habites? ○ Noter que la première partie de cette activité se fera individuellement. Montrer l'acétate 4-4. <div data-bbox="800 306 1297 680" style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;">  <p>@VENIR Un avenir à découvrir</p> <p>Questions de la rencontre de classe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Où habites-tu maintenant? • Qu'est-ce que tu fais...Travail? Études? Temps libre? • Comment se passe une de tes journées? • As-tu un conjoint-conjointe? • As-tu des enfants? • De quoi es-tu la plus fière/le plus fier? • Qu'est-ce qui te rend le plus heureux/la plus heureuse dans la vie? • Qu'est-ce que tu aimerais dire d'autre à cette rencontre? <p style="font-size: small;">En action vers l'avenir - 2007 4-4</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ○ On demandera aux participants d'utiliser leur cahier à la page 60 pour inscrire leurs rêves pour l'avenir dans leur cahier d'exercices. Dans la deuxième partie de l'exercice, on demandera aux participants de travailler en groupe de trois pour explorer les questions qu'ils souhaitent le plus qu'on leur demande et/ou ce qui les stimule le plus quant à leurs réponses à ces questions. <i>{Notes à l'animateur: Donner aux participants le choix de décider ce qu'ils veulent partager. Si ce partage semble trop envahir l'intimité des participants, sauter cette étape de l'activité}</i>. Finalement, à l'étape trois, on invitera les participants à écrire leurs rêves sur un papier autocollant qu'ils mettront sur le mur. Ils choisiront les rêves qu'ils sont à l'aise de partager avec les autres. À leur arrivée, les parents/adultes verront un portrait des rêves de ce groupe. Noter que cette dernière étape peut être faite anonymement; les participants n'ont pas besoin de signer leurs papiers autocollants. Vérifier la compréhension de l'exercice avant de commencer. ○ Demander aux participants de commencer la première étape en répondant aux questions de la rencontre de classe à la page 60 de leur cahier. ○ Après trois ou quatre minutes, diviser les participants en groupe 	<p><i>CE 60 : Honorer ses rêves</i></p> <p><i>Autocollants genre « Post-it »</i></p> <p><i>Nuage blanc sur le mur</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>de trois. Donner aux groupes environ cinq minutes pour discuter des questions qu'ils souhaitent le plus qu'on leur demande et/ou ce qui les stimule le plus quant à leurs réponses à ces questions. Inviter les participants à faire des commentaires. Explorer l'importance des rêves. Pourquoi sont-ils si importants? Qu'est-ce qu'ils nous apportent? Quel rôle jouent-ils dans notre capacité de rebondir?</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Distribuer des papiers autocollants de couleur aux participants et leur demander d'inscrire les rêves qui se sont dégagés de leurs réponses aux questions de la rencontre de classe (un rêve par papier). Ils n'ont pas besoin de signer leurs papiers, mais ils devront les afficher sur le mur pour permettre à leurs compagnons et compagnes de classe et aux parents/adultes de les voir. Ce sera donc à eux de décider s'ils veulent inscrire tous les rêves qu'ils ont écrits dans leur cahier ou non. ○ Installer – au préalable – un gros nuage blanc (à partir des feuilles d'un tableau conférence) assez haut sur un mur. Inviter les participants à coller leurs rêves sur le nuage. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Retour sur l'activité <ul style="list-style-type: none"> ○ Noter l'importance d'honorer ses rêves au moment de terminer le secondaire et de passer à la prochaine étape de son cheminement de carrière. Se remémorer la discussion sur l'importance des rêves et le rôle qu'ils jouent dans notre capacité de rebondir. Certaines personnes pensent que « les rêves sont à la source de toutes les possibilités ». Inviter les participants à réagir à cet énoncé. ○ Insister sur le fait que nos rêves pour l'avenir peuvent nous inspirer et nous aider à rester sur la bonne voie lorsque nous faisons face à des obstacles et à des défis à court terme. Les rêves que les élèves ont inscrits dans leur cahier d'exercices et qu'ils ont collés sur le mur sont des éléments clés de leur sac à dos. ○ Souligner l'importance pour eux de faire connaître leurs rêves autour d'eux. Leur demander comment ils se sont sentis en affichant leurs rêves sur le mur. Explorer les avantages de cette 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>façon de faire. Plus les gens seront au courant de leurs rêves, plus il sera facile de trouver des alliés pour les réaliser.</p>	
4	20 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Le héros en soi <ul style="list-style-type: none"> ○ Présenter le symbole de l'inukshuk. Le dessiner sur une feuille de tableau papier. Mentionner qu'il s'agit d'une sculpture inuite traditionnelle qui symbolise « la communauté ». Toute la communauté devait participer à la construction de cette sculpture, car les roches la composant étaient trop lourdes pour qu'une seule personne puisse les soulever. L'inukshuk était érigé pour indiquer la direction de la prochaine cachette d'approvisionnement ou du prochain terrain de chasse et, aujourd'hui, il représente le Nunavut. ○ Demander aux participants de penser à une personne qu'ils respectent et admirent beaucoup. Il peut s'agir d'une personne qu'ils connaissent personnellement (comme un membre de leur famille) ou d'une personne qu'ils connaissent de loin (comme un militant politique, un auteur ou un dirigeant communautaire). Ils doivent choisir quelqu'un d'important à leurs yeux et qui les inspire. ○ Offrir un exemple personnel d'une personne que vous admirez. Souligner quelques qualités que vous admirez chez cette personne et les enregistrer sur les pierres de l'inukshuk dessiné sur la feuille de tableau papier. ○ Demander aux participants d'utiliser leur cahier à la page 62 pour 	<p><i>Inukshuk dessiné sur une feuille de tableau papier</i></p> <p><i>CE 62 : Inukshuk</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>inscrire les qualités qu'ils respectent chez la personne qu'ils admirent. Ils peuvent écrire un mot dans chacun des espaces de l'inukshuk, mais ils n'ont pas à se limiter à ce nombre; ils peuvent en ajouter d'autres. Encourager les élèves à prendre leur temps, à bien réfléchir aux qualités qu'ils admirent le plus chez cette personne. Si les participants ont besoin d'aide avec le vocabulaire, ils peuvent se référer à leur cahier aux pages 11 à 13.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Inviter les participants à se mettre en équipe de deux et à prendre quelques minutes pour décrire la personne qu'ils respectent ainsi que les qualités qu'ils admirent le plus chez celle-ci. <p>▪ Retour sur l'activité</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Expliquer le fait qu'une personne ne peut reconnaître une qualité à moins qu'elle ne la possède elle-même. Nous n'apprécions pas les idéaux, les valeurs ou les qualités qui ne nous tiennent pas à cœur. Il se peut que chez certains, ces qualités ne soient qu'à l'état de germe, mais la graine est déjà là, en eux. ○ Demander aux participants d'écrire « Je suis » dans la partie supérieure de l'inukshuk, s'appropriant ainsi les qualités qu'ils admirent chez les autres. ○ Encourager les participants à réfléchir sur la façon dont ils ont manifesté ces qualités à diverses occasions au cours de leur vie, en tenant compte du fait que, dans certains cas, ces qualités commencent à germer alors que dans d'autres cas, elles sont déjà bien enracinées. L'inukshuk constitue un aide-mémoire essentiel comprenant les qualités importantes et il devrait être ajouté au sac à dos. ○ Mentionner que le marché du travail d'aujourd'hui est plus complexe et plus compétitif que jamais. Une foule de choix et de possibilités s'offriront à eux. Certains auteurs établissent un lien entre les transitions professionnelles au sein du marché du travail d'aujourd'hui et l'odyssée d'un héros. Demander aux participants d'expliquer, selon eux, la signification de cette analogie. Insister sur le fait que la vie exige que chacun d'entre nous soit le héros de 	<p><i>CE 11 à 13 : Valeurs, habiletés et traits de personnalité</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>sa propre histoire. Il est donc important que tous les participants ajoutent également ce symbole du héros en soi à leur sac à dos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Distribuer des papiers autocollants. Demander aux participants d'y inscrire leurs qualités de héros. Ces papiers seront ensuite afficher sous le nuage, sur le mur : ces qualités sont la fondation des rêves. ○ Mentionner que le fait d'honorer ses rêves et le héros en soi mène à de nouvelles possibilités et que celles-ci entraînent d'autres. Plus ils seront ouverts aux nouvelles possibilités, plus il y aura d'occasions qui se présenteront à eux. Il s'agit là de l'essence même de H₂O; honorer ses rêves et le héros en soi afin d'être ouvert aux occasions offertes. Ces éléments essentiels doivent se retrouver dans le sac à dos de tout randonneur. ○ Noter que c'est maintenant le temps de faire une dernière vérification de son sac à dos. 	<p><i>Papiers autocollants</i></p>
4	15 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Son propre sac à dos <ul style="list-style-type: none"> ○ Rappeler aux élèves que l'un des objectifs de cette séance était d'effectuer une « dernière vérification » de leur sac à dos. Noter que sans aucun doute, ils continueront de vérifier et d'ajouter des éléments à leur sac à dos longtemps après cette session; cette vérification est une dernière chance de la faire ensemble. ○ Noter qu'ils ont maintenant l'occasion de réfléchir à tout ce qu'ils ont accumulé et appris grâce à leur expérience avec le programme Un avenir à découvrir et qu'ils emportent avec eux pour leur voyage vers leur propre futur. ○ Souligner que nous aurons la chance de parler de leur expérience des trois dernières années et de penser aux apprentissages qu'ils ont faits. Nous allons faire cet exercice ensemble, il sera ainsi plus facile de se rappeler des activités réalisées. ○ Demander aux participants de se rappeler de l'activité de l'atelier 1 où on leur a demandé d'encercler leurs intérêts, leurs valeurs, leurs compétences et leurs traits de personnalité. Ils ont fait cet exercice très 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>spontanément, en écoutant leur voix intérieure.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Demander aux participants d'aller à la page 65 de leur cahier où se trouve un résumé de toutes les activités et de tous les messages-clés des ateliers En action vers l'avenir. Demander aux participants d'encercler, comme ils l'ont fait dans l'exercice de l'atelier 1, les activités de cette liste qui ont été les plus significatives pour eux. Les encourager à y aller spontanément. De quelle activité se rappellent-ils immédiatement? Qu'est-ce qu'ils ont le plus aimé? Quel a été leur apprentissage le plus important? Encourager les participants à poser des questions s'il y a une activité sur la liste dont ils ne se souviennent plus très bien. Cependant, dans la plupart des cas, s'ils ne se rappellent pas de l'activité, c'est sans doute que leur apprentissage ne fut pas significatif. ○ Demander aux participants de répéter le même processus pour Un avenir en héritage (page 67 de leur cahier), Explo-Carrière (page 68) et les Ambassadeurs du postsecondaire (page 69). {Noter que pour les Ambassadeurs du postsecondaire, les élèves sont encouragés à inscrire simplement l'apprentissage qui leur semble le plus important car il n'y a rien de spécifique à encercler}. Reconnaître que plus ils reculent dans le temps, plus ils sont susceptibles de poser des questions pour rafraîchir leur mémoire. Cependant, les encourager à encercler ce qui leur revient spontanément à la mémoire comme apprentissage. ○ Souligner que si ces activités ont eu un impact sur eux, leur défi est de nommer cet impact. Qu'est-ce qu'ils vont mettre de façon concrète dans leur sac à dos grâce à chacune des activités qu'ils ont encerclées. ○ Demander aux participants d'aller à la page 70 de leur cahier. Les encourager à être le plus spécifique possible en pensant aux compétences, aux stratégies d'adaptation, aux rêves, aux alliés, aux attitudes/messages, à l'information et aux autres éléments qu'ils ont dans leur sac à dos grâce aux expériences qu'ils ont vécues au cours des trois dernières années. ○ Fournir quelques exemples pour stimuler la réflexion des participants : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ils pourraient avoir encerclé les « plans d'action » dans En action vers l'avenir parce que ces plans les ont aidé à consolider leurs 	<p><i>CE 65 : En action vers l'avenir</i></p> <p><i>Papiers autocollants</i> <i>CE 67-69</i></p>

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>compétences de recherche;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ils pourraient avoir encerclé SPSAC comme stratégie à suivre. ○ En plénière, demander d'autres exemples dans les autres catégories : attitudes, messages, information, alliés, rêves, etc. ○ Demander aux participants d'identifier les impacts des activités encerclées aux pages 65 à 69 de leur cahier et de les inscrire à la page 70 de leur cahier. Ces impacts sont ce qu'ils vont emporter avec eux grâce à ces activités. Reconnaître que ce ne sera pas nécessairement facile à faire. Circuler pour offrir de l'aide au besoin. ○ Après avoir laissé le temps aux participants de travailler individuellement, souligner que cette page 70 de leur cahier représente tout ce qu'ils apportent avec eux; ce sont leurs archives personnelles. Les encourager à continuer d'y ajouter des éléments et à célébrer et honorer leur bagage. ○ La dernière activité avant l'arrivée des parents/adultes consiste à compléter la murale sur le mur. Distribuer des papiers autocollants de couleur (« Post-it ») à chacun d'entre eux, puis leur demander de noter le contenu de leur sac à dos (un par papier autocollant). Comme à l'activité précédente, ils n'ont pas besoin de les signer, mais ils devront les coller sur le mur pour que leurs compagnons de classe, leurs parents/adultes puissent les voir. Ils ne sont pas obligés de tous les noter. ○ Inviter les participants à coller le contenu de leur sac à dos sous le nuage des rêves. Célébrer la diversité et la richesse des ressources internes et externes. Mentionner que ce sont ces éléments qui les aideront à transformer leurs rêves en réalités. 	<p><i>Papiers autocollants</i></p>
4	10 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Conclusion <ul style="list-style-type: none"> ○ Se rappeler de l'importance de H₂O. Souligner qu'ils ont tous des 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>rêves qui les inspirent, des qualités de héros qui leur donnent des racines solides, des habiletés et des stratégies d'adaptation, des alliés ainsi que des ressources au sein de leur collectivité qui les aideront durant leur transition du secondaire et continueront de les soutenir durant toute leur vie professionnelle. Féliciter les élèves d'avoir participé à <i>Un avenir à découvrir</i> et pour toutes les qualités, les ressources et les alliés qu'ils ont maintenant grâce à leur engagement envers ce programme.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Se rappeler de l'expérience de fierté d'un Avenir en héritage. On y demandait aux participants de décrire une expérience qu'ils ont faite, qu'ils ont aimée et dont ils sont fiers. Demander aux participants de regarder le mur et leur propre sac à dos à la page 70 de leur cahier. Leur demander quelle est la chose dont ils sont le plus fier/la plus fière. Faire un tour de table en demandant aux participants de partager ce dont ils sont le plus fiers en un mot ou une courte phrase. ○ Remettre une bouteille d'eau à chaque participant comme souvenir du programme <i>Un avenir à découvrir</i>. Encourager les élèves à ajouter cette bouteille d'eau à leur sac à dos pour leur rappeler le sens de la formule H₂O (honorer ses rêves et le héros en soi et les occasions offertes) et tout le bagage qu'ils transportent avec eux dans leur sac à dos en route vers leur futur. 	<p>Une bouteille d'eau <i>Un avenir à découvrir</i> pour chaque participant</p>
4	15 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Préparer la présentation aux parents/adultes <ul style="list-style-type: none"> ○ Mentionner aux élèves que leurs parents/adultes (et d'autres alliés qui auront été invités) se joindront au groupe d'ici 15 minutes. Inviter les participants à travailler en groupe en vue de présenter aux adultes certains des éléments clés qu'ils apporteront avec eux à la suite de ce programme. ○ Diviser les participants en trois groupes. Le premier groupe est responsable de la présentation aux parents et adultes – pendant 2 à 3 minutes – du contenu du nuage et de l'importance d'honorer ses rêves. Cette présentation peut inclure une brève description de ce qui se trouve sur le mur et pourquoi c'est important, de même 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>que la lecture de quelques exemples. Le deuxième groupe devra prendre 2 ou 3 minutes pour présenter la métaphore du sac à dos ainsi que le mur des compétences/stratégies, de l'information, des alliés, des attitudes/messages sont tous des éléments que les membres du groupe apporteront avec eux dans leur sac à dos. Ici aussi, le groupe pourrait lire quelques exemples. Les membres du dernier groupe présenteront la métaphore de la balle de caoutchouc et de l' H₂O, et diront comment le programme <i>Un avenir à découvrir</i> leur a fourni des outils pour être en mesure de retomber sur leurs pieds, connaître leurs rêves et leurs qualités de héros et être capables de voir les possibilités qui s'offrent. Ils peuvent, s'ils le veulent, lire quelques unes des qualités de héros sur le mur.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ <i>Notes à l'animateur : il serait utile de préparer une feuille de tableau papier décrivant les tâches de chacun des trois groupes.</i> ○ Les 15 prochaines minutes sont consacrées à la préparation des présentations. En groupe, les élèves devront discuter des points importants à souligner, des thèmes clés sur lesquels ils voudront mettre l'accent et de la façon dont ils feront leur présentation. Les animateurs serviront de ressources aux participants en cas de besoin. ○ Noter qu'une fois les parents arrivés et les présentations faites, les participants auront l'occasion de partager leurs accomplissements avec leurs parents. Ils peuvent faire ce partage de différentes façons : <ul style="list-style-type: none"> ▪ Les amener au mur où les rêves et les qualités sont affichés et leur présenter leur propre contribution à ce mur; ▪ Leur montrer leur plan d'action en révisant ce qu'ils ont accompli et comment ce qu'ils ont fait les rapproche de ce qu'ils souhaitent réaliser; ▪ Leur montrer certaines parties de leur cahier de travail, ce qu'ils trouvent important et confortable de partager; 	

ATELIER	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Discuter comment ils peuvent les aider maintenant; ▪ Discuter comment ils les ont déjà aidés; ▪ Leur présenter simplement ce qui les a le plus aidés dans le programme <i>Un avenir à découvrir</i>. <ul style="list-style-type: none"> ○ Souligner que les participants sont responsables de cette période de temps et qu'ils peuvent choisir les options qui semblent les plus significatives et confortables pour eux. 	

Les parents/adultes se joignent au groupe

SÉANCE	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
4	30 min	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Souhaiter la bienvenue aux parents/adultes présents à la célébration <ul style="list-style-type: none"> ○ Accueillir les parents/adultes. Indiquer que les élèves présenteront les thèmes clés de cette série d'activités et qu'ils parleront de ce qu'ils apporteront avec eux à la suite du programme <i>Un avenir à découvrir</i>. ○ Mentionner la mosaïque de couleurs sur le mur. Montrer aux parents et aux adultes le nuage rendant hommage aux rêves des élèves; leur dire qu'un groupe d'étudiants parlera de ces rêves et de leur importance. Un deuxième groupe leur parlera de l'ensemble des forces, attitudes, stratégies et sources de soutien dont disposent maintenant les élèves afin de réaliser leurs rêves. Leur présenter brièvement l'image de la balle de caoutchouc et présenter la formule H₂O, en renforçant les qualités de héros qui sont la fondation de la murale de papiers autocollants sur le mur. Les aviser qu'un troisième groupe d'étudiants leur parlera de ces thèmes plus en détails. ○ Inviter les groupes à faire leur présentation devant les parents/adultes. Inviter les parents/adultes à poser des questions. ○ Indiquer qu'il s'agit de la dernière série d'ateliers <i>Un avenir à découvrir</i>, qui est fondée sur des recherches portant sur la résilience, soit la capacité de retomber sur ses pieds, « d'avoir du ressort » lorsqu'on traverse des épreuves. Tous les élèves, peu importe ce qu'ils ont l'intention de faire l'an prochain, sont sur le point de vivre un événement marquant de leur vie. Qu'ils restent dans leur communauté ou qu'ils déménagent, qu'ils s'inscrivent à un programme de formation postsecondaire ou qu'ils interrompent leurs études pendant un an, qu'ils entrent directement sur le marché du travail ou qu'ils partent en voyage, il est fort probable que ce qu'ils vivront ne correspondra pas exactement à ce qu'ils s'étaient imaginé au départ. Dans certains cas, leurs attentes 	

SÉANCE	DURÉE	DÉROULEMENT	MATÉRIEL
		<p>seront comblées, et même davantage; leur avenir peut leur réserver de belles surprises et des possibilités inattendues. Nombreux sont ceux qui auront à faire face à des défis et à vivre des déceptions qu'ils n'avaient pas prévus ou ne pouvaient pas prévoir.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Indiquer le rôle vital qu'ils peuvent jouer, en tant que parents et adultes importants, pour aider les participants à retomber sur leurs pieds et à surmonter l'adversité. Selon les recherches effectuées dans ce domaine, le fait d'avoir quelqu'un qui croit en nous et qui s'attend à ce que nous réussissions est l'un des facteurs clés de la résilience et du succès. ○ Indiquer que cette soirée est une occasion de célébrer tout ce que les élèves ont réalisé et tout ce qu'ils transportent avec eux dans leur sac à dos au moment de terminer le secondaire et de passer à la prochaine étape de leur cheminement de carrière. Présenter un certificat à chaque élève et prendre le temps de reconnaître leur accomplissement. ○ Il s'agit également d'une occasion pour eux, en tant que parents/adultes importants, de profiter de cette occasion pour discuter de cet accomplissement. Inviter les jeunes à passer du temps avec leurs parents/adultes et à leur partager les points saillants de leur expérience au sein des programme <i>Un avenir à découvrir</i> et <i>En action vers l'avenir</i>. Organiser le temps et l'espace afin que les jeunes puissent réaliser cette activité comme ils le veulent. ○ Conclure la soirée en reconnaissant les accomplissements des étudiants, affirmant votre foi en leur avenir, renforçant l'importance du rôle des parents/alliés dans le cheminement de leurs jeunes, remerciant et félicitant tous les élèves et les parents/adultes de leur participation. 	