

Pour aider son jeune à s'orienter Reconnaître et écouter



**LE RÔLE DES PARENTS DANS L'ORIENTATION DE
LEURS JEUNES!**



Une conférence offerte par:



Diane Fortin, conseillère d'orientation
Cégep de Chicoutimi

Mardi le 3 octobre 2017 à 19 h,
à la salle Tazavéro du Cégep de Chicoutimi

Objectif de la rencontre



L'objectif est davantage de vous aider à mieux comprendre ce que vit votre jeune et de vous donner des outils pour être en mesure de mieux l'accompagner dans son développement personnel, identitaire et scolaire.

Pour aider son jeune à s'orienter

Reconnaître et écouter

Le jeune: son évolution



L'adolescence

- Dès le début du secondaire, tout change.
- Les conversations en famille sont plus rares.
- Les amis prennent de plus en plus de place.
- Le « chat », les « blugs », YouTube, Facebook et compagnie, envahissent son univers.
- Le bal des finissants, la job d'été, la future voiture, les études postsecondaires...
- Votre jeune a changé, il est en train de devenir un adulte!

Le jeune: son évolution



Qu'est-ce que « devenir adulte? »

- Devenir adulte, c'est s'actualiser, c'est réaliser son potentiel, c'est aller au bout de soi-même. C'est se mettre en marche pour accomplir ce qui nous tient à cœur, à la mesure de nos capacités.
- C'est aussi se structurer un entourage, fréquenter un cercle d'amis, exercer un sport, relever de nouveaux défis, rire, s'amuser, s'actualiser dans son travail, faire des choix de vie selon ses valeurs, ses capacités, etc.

Le jeune et l'indécision



Selon le modèle d'Isabelle Falardeau
***Sortir de l'indécision*, Septembre éditeur, 2007**

Cinq peurs

- *Peur de l'erreur*
- *Peur de l'échec*
- *Peur de l'inconnu*
- *Peur de la désapprobation*
- *Peur de s'engager*

Cinq manques

- *Manque d'expérience*
- *Manque d'organisation*
- *Manque d'information (ou surcharge)*
- *Manque de vision*
- *Manque de persévérance*

Le parent



- Ses inquiétudes
- Quelques trucs d'exploration
- Quelques conseils utiles
- 5 clés efficaces
- Bien accompagner son jeune (accompagnement)

Le parent: ses inquiétudes



À plus de 60 %, les parents se montrent inquiets en lien avec:

- **L'indécision de leur jeune;**
- **Les nombreux choix;**
- **La motivation/démotivation;**
- **Le décrochage scolaire;**
- **La peur que leur jeune « se trompe ».**



Le parent: ses inquiétudes



- *« Où puis-je trouver de l'aide pour accompagner mon jeune dans son processus d'orientation? »*
- *« Mon jeune doit choisir pour la vie. »*
- *« Mon jeune doit absolument choisir les sciences au secondaire ou les sciences de la nature au cégep pour lui ouvrir toutes les portes. »*
- *« Je ne suis pas d'accord avec les choix de mon jeune. »*
- *« La formation professionnelle n'est pas une voie d'avenir. »*
- *« Comment aider mon jeune à faire des liens entre ses caractéristiques et les professions? »*
- *« Que faire si mon jeune ne semble avoir aucun projet de carrière? »*



Le parent: trucs d'exploration



Encourager votre jeune à...

- Faire des stages d'observation;
- Échanger avec des gens qui pratiquent les métiers qui l'intéressent;
- Avoir un emploi d'été ou travailler à temps partiel;
- Faire des lectures ou écouter des reportages sur différents sujets;
- Participer à un programme d'échange dans son milieu ou à l'étranger.

Le parent: trucs d'exploration



Encourager votre jeune à (suite)...

- S'impliquer dans des activités parascolaires ou suivre des cours particuliers;
- Faire du bénévolat;
- S'impliquer dans son milieu scolaire, dans divers groupes ou d'activités qui sont offertes par l'établissement, (sport, théâtre, improvisation...).
- Se rendre aux « portes ouvertes » ou aux « journées carrières » des établissements d'enseignement.

Le parent



Annexe A / Activité

- **Les oiseaux indécis, reconnaissez-vous votre jeune?**
- ▣ Référence: FALARDEAU, I. et R. Roy. *S'orienter malgré l'indécision – À l'usage des étudiants indécis et de leurs parents déboussolés*, Québec, Septembre éditeur, 1999
- **Et vous... à qui ressemblez-vous?**

Le parent: conseils utiles



Selon vous, quelle est la meilleure façon d'aider votre jeune à s'orienter?

- × **L'inciter à faire les choix que j'estime les meilleurs pour son avenir.** 1 %
- × **Éviter de l'influencer dans ses choix.** 5 %
- × **Lui fournir le maximum d'information sur les métiers et professions.** 35 %
- × **Reconnaître ses capacités et ses goûts et les lui exprimer.** 59 %

Le parent: conseils utiles



Il n'y a pas nécessairement de bonnes réponses à cette question, cependant, « reconnaître et exprimer à votre jeune ses capacités et ses goûts » est très facilitant dans un processus de connaissance de soi.

Pour ce faire, il est aidant de savoir:

- **Écouter;**
- **Révéler le jeune à lui-même;**
- **Explorer;**
- **Motiver par l'action;**
- **Dédramatiser;**
- **Tolérer l'incertitude.**

Le parent: conseils utiles



Écouter

Pour être de bon conseil, les parents se doivent simplement d'être attentifs aux aspirations ainsi qu'aux préoccupations de leur jeune.

- **Au dîner, devant la télé ou en voiture, votre jeune « parfois » vous parle. Il mentionne qu'il aime son cours de maths parce que c'est facile pour lui, qu'il adore jouer au foot parce qu'il aime bouger, qu'il aime « chater » parce que les relations humaines sont importantes dans sa vie, etc. Bref, il vous parle!**



Le parent: conseils utiles



Révéler le jeune à lui-même

Vous détenez, sans le savoir, de pertinentes informations pour aider votre jeune à découvrir et à clarifier ses intérêts, ses talents et ses valeurs.

- **Il vous suffit notamment de lui rappeler des projets scolaires ou parascolaires qu'il a aimés ou encore des activités qui l'intéressaient quand il était plus jeune.**
- **Vous pouvez faire ressortir ses points forts (plutôt que ses faiblesses) afin de l'encourager à développer une vision positive de lui-même.**

Le parent: conseils utiles



Explorer

L'exploration du marché du travail peut s'avérer une activité à la fois enrichissante et amusante, pour le jeune comme pour les parents.

L'exercice peut prendre différentes formes:

- **La visite de salons portant sur l'éducation ou le monde du travail;**
- **La navigation sur des sites internet spécialisés sur les carrières ou ceux des établissements d'enseignement;**
- **La lecture des perspectives d'emplois de différents métiers et professions;**
- **La conclusion d'ouvrages spécialisés, etc.**

Le parent: conseils utiles



Explorer (suite)

- Vous pouvez parler de votre vie professionnelle, incluant vos bons et moins bons coups.
- Comment avez-vous décroché votre premier emploi ou votre emploi actuel? Quel est votre parcours scolaire? Quels sont vos prochains défis?
- En partageant avec votre jeune ce qui vous anime dans votre travail et ce qui donne un sens à votre propre vie professionnelle, vous devenez ainsi une référence positive sur cette vie après les études.

Le parent: conseils utiles



Motiver par l'action

L'encouragement par l'action consiste à s'intéresser aux réussites de votre jeune, prendre le temps de discuter des moyens qu'il a utilisés pour concrétiser une activité x, par exemple.

- *« Comment as-tu fait pour mener avec brio cet important projet, malgré les difficultés qu'il comprenait? »*
- *« Est-ce que tu travailles depuis longtemps à la réalisation de cette activité? »*
- *« Quelle est l'origine de cette idée prometteuse? »*

Le parent: conseils utiles



Motiver par l'action (suite)

L'objectif est de lui faire prendre conscience de l'efficacité de son comportement dans une situation donnée.

- « *Te rends-tu compte à quel point tu es bon dans telle activité ou tel cours? »*
- « *Qu'as-tu fait pour parvenir à un tel résultat? »*
- « *WOW ! Tu as bien réagi lorsque... »*

C'est ce qu'on appelle développer son sentiment d'efficacité personnelle, en somme, la confiance en sa capacité de réussir.

Le parent: conseils utiles



Dédramatiser

- Le jeune doit savoir qu'il n'existe pas de meilleur choix, mais bien que plusieurs options possibles s'offrent à lui parmi lesquelles il devra choisir.
- Il sera toujours temps au cours de son cheminement scolaire d'apporter des changements qui lui permettront de se réaliser.
- Vous devez vous montrer patient, réaliste et garder confiance.
- Il est important d'accompagner le jeune, de lui laisser le temps de réfléchir et surtout, de respecter le fait que le choix professionnel lui appartient.

Le parent: conseils utiles



Tolérer l'incertitude

- Il est normal et sain, lors d'un processus d'orientation, que le jeune change d'idées, explore des domaines totalement à l'opposé les uns des autres: il veut être médecin un jour et rock star l'autre jour.
- Ceci est bienfaiteur et cette exploration l'aide à mieux se connaître et lui fait découvrir un monde de possibilités.
- Votre rôle est simplement de l'accompagner dans cette exploration, démontrer de l'intérêt et tenter de comprendre les raisons qui motivent ses choix.

Le parent: 5 clés efficaces



1) Aidez-le à mieux se connaître

- *« Je trouve que tu fais preuve de... »*
- *« Tes principales qualités sont... »*
- *« Quelles sont tes réussites dont tu es le plus fier? Pourquoi? »*
- *« Quels services te demande-t-on le plus souvent? »*

2) Ne riez pas de ces idées, il est en exploration

- N'éteignez pas son enthousiasme, ne jugez pas.
- Questionnez, intéressez-vous à son point de vue afin qu'il approfondisse sa réflexion. Montrez-lui que vous vous souciez de son choix et cherchez ENSEMBLE des renseignements utiles.

Le parent: 5 clés efficaces



3) Aidez-le à repérer les obstacles

- *« Crois-tu que ta vie sera différente de la mienne? De celle de tes grands-parents? Pourquoi? »*
- *« Qu'est-ce qui t'aiderait à atteindre ton but? »*
- *« Qu'est-ce qui pourrait t'empêcher d'atteindre ton but? »*

4) Soyez un bon entraîneur, incitez-le à sortir de l'inertie ou de sa zone de confort

- *« Aimerais-tu rencontrer quelqu'un qui fait ce métier? »*
- *« Aimerais-tu que nous fassions ensemble une liste des choses à faire pour t'aider à prendre ta décision? »*

Le parent: 5 clés efficaces



5) Servez de modèle

- *« Aimerais-tu visiter mon milieu de travail? »*
- *« Veux-tu savoir comment je suis devenu... ? »*
- *« Sais-tu ce que j'aime le plus dans mon travail? Ce que j'aime le moins? »*

Essayer de lui présenter une image motivante et réaliste du monde du travail

Le parent



Annexe B / Activité

- **Votre degré d'implication en tant que parent**
 - ☐ Référence: *Mon enfant, son avenir*– Partenaires de la réussite éducative des jeunes dans les Laurentides (PREL)

Le parent: accompagnement



Où accompagner son jeune?

- **Accompagner à la maison**
- **Accompagner dans la communauté**
- **Accompagner dans le milieu scolaire**

Le parent: accompagnement



Accompagner à la maison

- **Lui confier des tâches et des responsabilités familiales.**
- **L'encourager à acquérir des attitudes positives telles que la ponctualité et la persévérance.**
- **Lui parler de ses études, de son avenir.**
- **Lui permettre de verbaliser ses plans futurs.**
- **Lui refléter ses forces, ses habiletés et certaines de ses limites.**

Le parent: accompagnement



Accompagner dans la communauté

- **Organiser une visite dans votre milieu de travail ou celui de vos proches ou des personnes de votre entourage.**
- **Encourager votre enfant à avoir un emploi rémunéré quelques heures par semaine, cela favorise l'acquisition de compétences.**
- **L'inviter à s'impliquer dans du bénévolat, effectuer des stages dans votre entreprise, assister à des conférences, etc.**

Le parent: accompagnement



Accompagner dans le milieu scolaire

- **Consulter le site internet du cégep : à l'onglet «Grand public » vous trouverez « Ressources pour les parents ».**
- **Offrir votre temps pour parler de votre métier/profession lors d'une journée thématique.**
- **Participer aux activités de portes ouvertes ou les salons comme ZigZag.**
- **Oser communiquer avec le conseiller d'orientation du cégep (périodes de sans rendez-vous).**

Conclusion

Mieux se connaître et mieux reconnaître



Vous avez un rôle important à jouer, mais vous n'avez pas à:

- Tout connaître sur le marché du travail;
- Être un expert en orientation, seulement lui refléter ses bons coups, l'aider à prendre conscience de ce qu'il est;
- Prendre des décisions à la place de votre jeune, simplement l'accompagner dans ses expériences et son apprentissage;
- Donner de l'information non validée et en se fiant à son intuition ou à son expérience personnelle, il vaut mieux explorer et s'informer avec le jeune.

Mieux se connaître et mieux se reconnaître



Favoriser la connaissance de soi

Ce qui peut aider un jeune dans son processus de connaissance de soi:

- **Les expériences de travail;**
- **Le bénévolat;**
- **Ses passions (musique, sport, théâtre);**
- **Son bulletin ou relevé des apprentissages;**
- **Ses passe-temps;**
- **Ses matières préférées à l'école;**
- **Votre support et vos encouragements;**
- **Les réponses aux demandes de services.**

Mieux se connaître et mieux se reconnaître



Favoriser la connaissance et la confiance en soi

Comment favoriser la connaissance et confiance que votre jeune a de lui-même:

- **Vous l'avez compris, il faut profiter des situations de la vie quotidienne pour souligner ses habiletés. Faites-lui des commentaires positifs et constructifs en lien avec ses réussites et ses défis d'amélioration.**
- **La parole, l'écoute et l'observation méritent d'être mises à profit, cela favorisera une meilleure connaissance de lui-même: un pas de plus dans son orientation professionnelle!**

Références et sources d'inspiration



- FALARDEAU, I. et R. Roy, S'orienter malgré l'indécision – À l'usage des étudiants indécis et de leurs parents déboussolés, Québec, Septembre éditeur, 1999
- FALARDEAU, I. et M. Guénette, Comment aider vos jeunes explorateurs à s'orienter dans leur vie, Québec, Septembre éditeur, 2003, 31 pages.
- FALARDEAU, I. Sortir de l'indécision, Québec, Septembre éditeur, 2007, 155 pages.
- Mon enfant, son avenir. Partenaires de la réussite éducative des jeunes dans les Laurentides – PREL
- (www.prel.qc.ca/sensibiliser-et-agir/mon-enfant-son-avenir.html)
- Parents mélangés, Guide pour les parents qui s'interrogent sur l'avenir de leur jeune, Fédération des commissions scolaires du Québec.
- Les carrières d'avenir 2010, Les éditions Jobboom.

Merci de votre collaboration!



Accompagner c'est avant tout

Reconnaître et écouter