



Autonomie et participation sociale

Formation préparatoire au travail



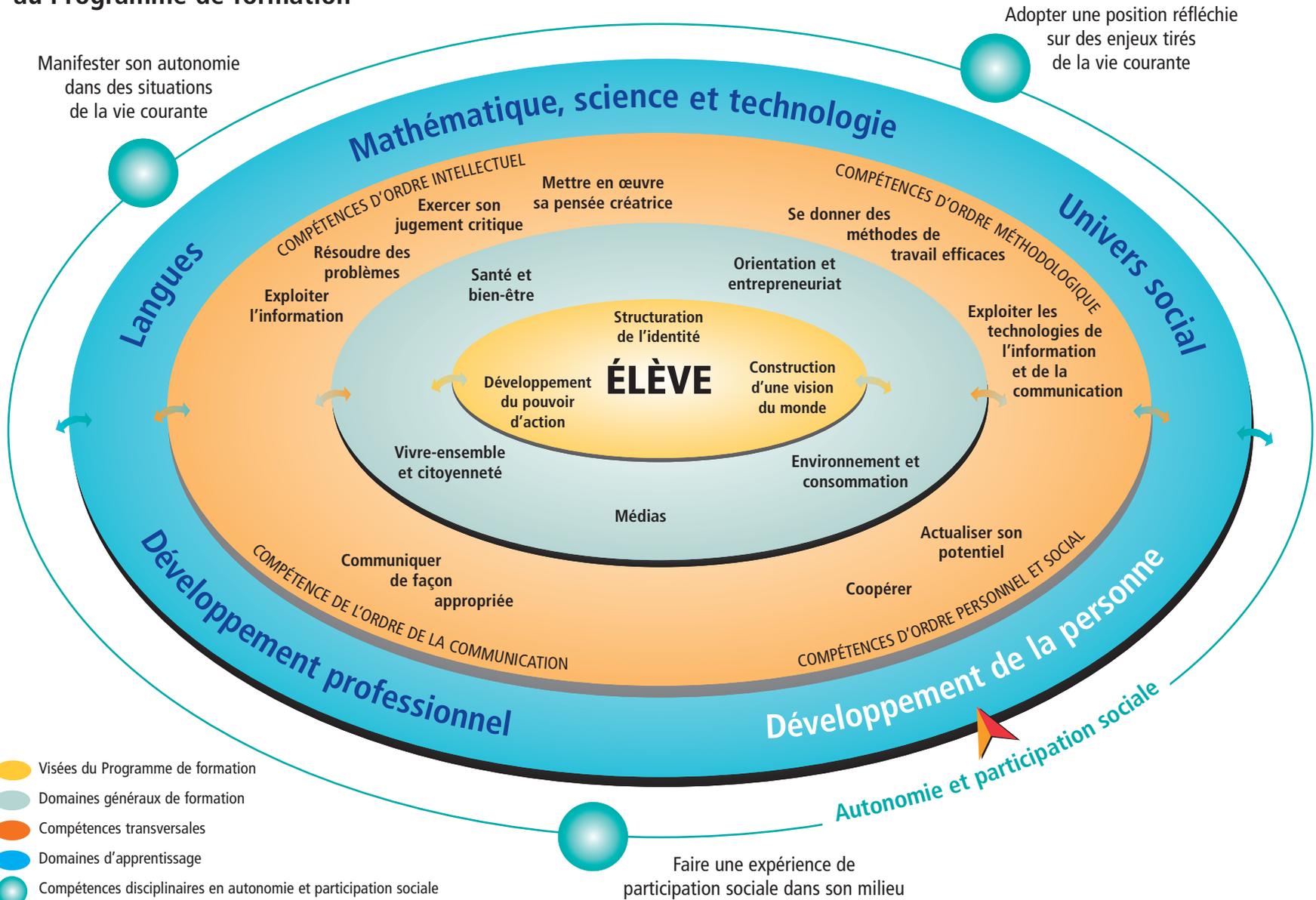
Table des matières

Présentation de la discipline	1
Relations entre le programme d'autonomie et participation sociale et les autres disciplines de la Formation préparatoire au travail	2
Contexte pédagogique	3
Compétence 1 Manifester son autonomie dans des situations de la vie courante	4
Sens de la compétence	4
Compétence 1 et ses composantes	6
Critères d'évaluation	6
Cibles de fin de formation	6
Compétence 2 Adopter une position réfléchie sur des enjeux tirés de la vie courante	7
Sens de la compétence	7
Compétence 2 et ses composantes	9
Critères d'évaluation	9
Cibles de fin de formation	9
Compétence 3 Faire une expérience de participation sociale dans son milieu	10
Sens de la compétence	10
Compétence 3 et ses composantes	12
Critères d'évaluation	12
Cibles de fin de formation	12

Autonomie et participation sociale

Contenu de formation	13
Santé	14
Société	17
Consommation	19
Autonomie financière	21
Logement	24
Transport	25
Stratégies	26
Bibliographie	27

Apport du programme d'autonomie et participation sociale au Programme de formation



Parcours de formation axée sur l'emploi

Formation préparatoire au travail

Présentation de la discipline

Être un homme, c'est sentir, en posant sa pierre, que l'on contribue à bâtir le monde.
Antoine de Saint-Exupéry

Le programme d'autonomie et participation sociale s'inscrit dans une perspective de développement global des élèves. Compte tenu du fait que les jeunes auxquels il s'adresse sont au seuil de la vie adulte, il vise à faire acquérir à chacun les outils nécessaires pour répondre de façon autonome à ses besoins, pour vivre en harmonie avec lui-même et les autres, et pour apporter sa contribution à la société.

Dans le cadre de ce programme, les élèves sont amenés à réfléchir sur des questions tirées de l'actualité ou de situations de la vie courante. Ils sont invités à développer un ensemble de valeurs et de comportements qui orienteront leurs choix et faciliteront la conduite de leur vie dans le respect de soi et en faisant preuve d'ouverture

Développer son autonomie, voilà une condition essentielle à une insertion socioprofessionnelle réussie.

aux autres. Ils apprennent à mieux connaître leurs talents, leurs qualités et leurs aspirations. Ils se familiarisent avec de nouveaux rôles sociaux et prennent conscience des exigences de la vie en société et des responsabilités qui en découlent. Ils apprennent à mettre à profit leur potentiel et à exploiter les ressources de leur environnement. Enfin, ils sont incités à expérimenter une démarche de participation sociale dans leur milieu.

C'est par une participation sociale active que l'élève développe sa capacité de vivre en harmonie avec lui-même et les autres.

Le programme d'autonomie et participation sociale vise le développement de trois compétences interdépendantes :

- Manifester son autonomie dans des situations de la vie courante : cette compétence se traduit par la capacité d'analyser ses besoins personnels, puis de planifier et de réaliser les démarches requises pour les satisfaire de façon autonome et responsable;
- Adopter une position réfléchie sur des enjeux tirés de la vie courante : cette compétence permet de cerner des enjeux liés à différentes situations vécues ou transposées et à se prononcer sur les conséquences de ses choix pour soi et pour les autres;
- Faire une expérience de participation sociale dans son milieu : cette compétence vise à fournir aux élèves la possibilité de faire l'apprentissage concret de rôles sociaux valorisés et de comprendre ainsi l'intérêt de leur contribution, pour eux comme pour leur milieu.

Le programme d'autonomie et participation sociale fournit aux enseignants une porte d'entrée pour exploiter tant la richesse des domaines généraux de formation et des compétences transversales que l'ensemble des savoirs disciplinaires. Aussi pourront-ils y trouver de nouvelles avenues pour stimuler l'intérêt et la motivation des élèves.

Relations entre le programme d'autonomie et participation sociale et les autres disciplines de la Formation préparatoire au travail

Toutes les disciplines du Programme de formation contribuent, chacune à leur manière, au développement de l'autonomie des élèves et ajoutent à leurs moyens de s'intégrer socialement. Grâce à celles-ci, les élèves devraient pouvoir prendre des décisions relatives au travail, à la santé, à la consommation et à leur mode de vie avec plus d'indépendance et d'assurance. En retour, une plus grande autonomie et une participation sociale active favorisent le développement continu de leurs compétences dans ces disciplines.

Les compétences langagières jouent un rôle de premier plan à cet égard. Ainsi, c'est dans la mesure où ils seront compétents en lecture que les élèves pourront tirer profit de l'information que l'on trouve notamment dans les brochures, les dépliants, les articles de journaux, etc. Pour mieux analyser leurs besoins personnels dans le domaine de l'alimentation, ils pourront par exemple recourir à des textes qui comparent les effets de divers aliments sur la santé et s'interroger sur leurs propres habitudes alimentaires. Une bonne maîtrise de la communication orale devrait par ailleurs les aider à obtenir de l'information auprès d'organismes comme le centre de santé et de services sociaux de leur région, le centre d'emploi ou encore leur municipalité. Ils pourront s'informer notamment sur la disponibilité des services de santé et les activités de loisir dans leur région ainsi que sur les possibilités de travail ou les démarches à entreprendre pour y avoir accès. Une connaissance, même minimale, de l'anglais leur permettra de satisfaire d'autres besoins de façon autonome lorsque l'information qu'ils possèdent n'est disponible qu'en anglais; pensons entre autres aux instructions d'assemblage d'un meuble, aux indications concernant l'utilisation de produits toxiques ou simplement à la consultation de sites Internet pour des fins personnelles, par exemple pour participer à un forum de discussion sur un thème précis ou pour procéder à un achat.

Les élèves devraient être amenés à établir des liens entre les compétences qu'ils développent dans les disciplines et leur capacité à faire des choix éclairés. Ainsi, en mathématique, on pourra les aider à découvrir comment la compétence à résoudre des problèmes leur sera utile dans toutes les situations de la vie courante qui nécessitent un traitement de l'information, l'élaboration et le choix de solutions ainsi que leur mise en application. Dans le domaine des finances personnelles et de la gestion budgétaire, ils apprendront à mettre à profit leurs habiletés en arithmétique pour élaborer des listes de priorités en rapport avec leurs besoins. Le cours de géographie, histoire et éducation à la citoyenneté devrait leur fournir les outils et la motivation dont ils ont besoin pour s'engager plus activement dans leur milieu, mais aussi pour choisir les moyens de transport appropriés pour se rendre à leur lieu de stage, repérer les organismes qui offrent des activités physiques et de loisir, etc.

Soulignons enfin que de fréquentes références aux savoirs et aux compétences des diverses disciplines devraient permettre aux élèves d'apprendre à y recourir spontanément et régulièrement.

Contexte pédagogique

L'un est menuisier, l'autre guitariste. Chacun portant son coffre d'instruments, ils adorent faire un bout de chemin ensemble en allant au travail.

Félix Leclerc

Les élèves qui s'apprêtent à entrer dans la vie active doivent être en mesure de se prendre en mains. Pour cela, il leur faut développer certaines habiletés grâce auxquelles ils pourront satisfaire de façon harmonieuse leurs besoins dans différents domaines. Plusieurs possibilités doivent leur être offertes pour leur permettre d'explorer directement les ressources de leur milieu, coopérer avec d'autres, prendre conscience de leur appartenance à ce milieu et exercer des rôles valorisants. Il importe également qu'ils fassent l'expérience d'activités à caractère social qui les prépareront à s'engager dans leur collectivité.

Les élèves sont invités à réfléchir sur certaines questions qui les interpellent au quotidien, par exemple : Est-ce que je suis apprécié de mon groupe d'amis? Est-ce que je suis à l'aise pour donner mon idée? Est-ce que j'arriverai à bien gagner ma vie? Ils doivent se demander : Que faut-il faire dans cette situation et pourquoi? Que faut-il choisir parmi les possibilités offertes? Pour quelle raison adopter tel ou tel comportement? Pour prendre position, ils devront s'interroger sur leurs valeurs et leurs comportements et se doter de repères stables qui les guideront et leur permettront d'orienter leurs actions en fonction de leur propre bien-être ainsi que de celui des autres. L'enseignant doit les accompagner dans ce questionnement et leur fournir de nombreuses occasions de développer leur habileté à examiner leurs réactions dans différentes situations de la vie courante. Il peut les questionner sur des sujets qui rejoignent les préoccupations de jeunes adultes de plus en plus capables de porter un jugement éclairé et d'assumer leurs choix. Il leur pose des questions telles que : Est-ce que manger souvent dans les restaurants rapides peut nuire à la santé? Pourquoi utiliser les bacs de recyclage à l'école et à la maison? Pourquoi doit-on respecter les règlements sur la conduite automobile?

Pour bien se préparer à leur insertion sociale et professionnelle, les élèves doivent apprendre, progressivement, à résoudre eux-mêmes des problèmes de la vie courante.

Il peut aussi les inviter à prendre la parole dans des groupes de discussion, à défendre leurs convictions, à préparer des affiches dans le cadre d'une campagne sur la qualité de l'environnement ou à prendre position sur l'impact d'une publicité. Il doit aussi être attentif à la perception que les élèves ont d'eux-mêmes et les amener à se voir comme des personnes qui évoluent en se servant de leurs expériences, même difficiles, pour aller plus loin dans leur affirmation personnelle. Par exemple, un élève qui déplore avoir acheté de façon impulsive un vêtement coûteux pourra être amené à réaliser l'importance de mieux cerner ses besoins et connaître ses ressources avant de faire des achats.

Compte tenu de la grande diversité des besoins des élèves, la démarche d'enseignement doit être suffisamment différenciée pour s'adapter aux caractéristiques de chacun. Il convient cependant de rappeler que ces jeunes en sont, pour la plupart, à la dernière étape de leur préparation à la vie active et qu'il leur faut apprendre à résoudre eux-mêmes des problèmes de la vie courante. Ainsi, il est souhaitable de les placer dans des contextes qui reproduisent les situations réelles auxquelles ils devront faire face dans leur vie personnelle, sociale ou professionnelle et qui devraient leur permettre d'exprimer leur point de vue, de comparer des valeurs, des stratégies et des moyens, de découvrir la place qu'ils pourront prendre dans la société et de développer leur sens de la solidarité.

COMPÉTENCE 1 Manifester son autonomie dans des situations de la vie courante

Devenir autonome, c'est apprendre à vivre par soi-même, c'est-à-dire acquérir les habiletés nécessaires pour vivre de façon indépendante et non plus à la charge ou sous la tutelle d'une autre personne.

Richard Cloutier

Sens de la compétence

Pour les élèves inscrits à la Formation préparatoire au travail, la quête d'autonomie revêt une importance particulière du fait que leur insertion sociale et professionnelle doit se faire à court terme. Ils seront très rapidement appelés à faire leurs propres choix en matière de santé, de vie en société, de consommation, de finances, de logement et de transport. Ils devront non seulement être capables de prendre par eux-mêmes les décisions qui s'imposent mais aussi d'y donner suite. C'est par la pratique qu'ils acquerront un degré d'autonomie suffisant pour y parvenir. En s'exerçant à agir de façon responsable et en réduisant progressivement leur besoin de supervision, ils prendront graduellement conscience de leur capacité d'agir pour maintenir ou améliorer leur bien-être en dépit des contraintes.

Au cours des cycles précédents, les élèves ont été amenés à se familiariser avec une démarche de résolution de problèmes et ils ont pu en constater l'utilité dans différentes situations. Dans le cadre de la Formation préparatoire au travail, ils auront l'occasion d'utiliser encore cette démarche en reconnaissant l'importance de se fixer des objectifs et en apprenant à persévérer pour mener leur action à terme. Ils seront invités à s'engager dans des réalisations plus exigeantes qui demandent de mobiliser de multiples ressources et à assumer des responsabilités de plus en plus grandes, par exemple en acceptant d'être bénévoles lors d'une journée de sensibilisation sur la protection de l'environnement. Ils devront aussi apprendre à réfléchir sur leur démarche et à en dégager les retombées, de manière notamment à reconnaître qu'ils ont le pouvoir d'agir de façon autonome et responsable, et ce, malgré les influences diverses qui peuvent s'exercer sur eux.

Cette compétence s'articule autour des trois composantes suivantes : situer l'objectif à atteindre dans une situation; s'engager dans l'action; et revenir sur sa démarche. Ces composantes font ressortir des dimensions essentielles à l'exercice de la compétence : être en mesure d'agir par soi-même de façon responsable; vouloir exploiter ses forces et se faire confiance; et savoir analyser sa démarche.

Les élèves reconnaissent qu'ils ont le pouvoir d'agir de façon autonome et responsable, et ce, malgré les influences diverses qui peuvent s'exercer sur eux.

Situer l'objectif à atteindre dans une situation

Placés dans des situations qui correspondent à différents champs de l'activité humaine, les élèves sont incités à prendre un temps d'arrêt pour réfléchir à leurs besoins, se représenter la situation souhaitée et départager leurs désirs et leurs besoins réels.

Les élèves doivent d'abord s'interroger sur la nature du besoin à combler. Ils examinent ensuite les avantages et les inconvénients de différentes solutions possibles et précisent le but à atteindre. Si, par exemple, ils doivent déboursier un montant d'argent pour se procurer un bien ou avoir accès à un service, ils détermineront d'abord le besoin qu'ils veulent réellement combler, puis les avantages qui y sont liés. Ils devront considérer les désavantages possibles de cette dépense. Dans l'éventualité où un déplacement serait nécessaire, ils examineront les coûts de différents moyens de transport afin de faire un choix judicieux.

Avec l'aide de l'enseignant, les élèves doivent chercher et organiser l'information nécessaire sur les façons de satisfaire leurs besoins et s'assurer que les moyens choisis contribueront au maintien ou à l'amélioration de leur santé et de leur bien-être de même qu'à la qualité de leur vie sociale.

Il leur faut aussi apprendre à tenir compte de certains risques ou facteurs de risque. Par exemple, dans leurs choix alimentaires, ils prendront en considération certains dangers liés à des maladies telles que les maladies cardiovasculaires.

S'engager dans l'action

Les élèves doivent ensuite décider de l'action à mener et se mobiliser pour atteindre le but visé. En tenant compte du contexte et des exigences de la situation, ils font en sorte de franchir les différentes étapes nécessaires à sa réalisation. Dans l'action, il leur faut toujours conserver une vue d'ensemble de la situation, faire face à ses exigences et s'efforcer d'utiliser les meilleures stratégies pour surmonter les obstacles (disponibilité, coûts et efforts consentis, horaire, accessibilité des lieux, etc.).

Pour les encourager à maintenir leur motivation et leur intérêt dans la réalisation de leur action, l'enseignant les invite à s'appuyer sur leurs caractéristiques personnelles et leurs propres ressources, et il les aide à comprendre qu'ils sont les artisans de leur réussite et qu'ils ont un certain pouvoir sur leur vie. Ils apprennent à reconnaître les sources d'information disponibles et à en tirer profit, notamment les personnes et les organismes desquels ils peuvent obtenir information et soutien.

Revenir sur sa démarche

Avec l'aide de l'enseignant, les élèves examinent ce qui a favorisé leur autonomie ou ce qui a permis de l'accroître. Ils sont invités à réfléchir sur leur action, à considérer ce qu'ils ont réalisé et à mesurer l'efficacité des moyens utilisés. Ils sont amenés à apprécier les éléments de réussite et à reconnaître les obstacles qu'ils ont surmontés. Au besoin, ils reviennent sur certaines étapes de réalisation pour en tirer des enseignements et imaginer des moyens de réinvestir leurs apprentissages dans d'autres situations. Ils peuvent alors considérer d'autres défis qui élargiront leurs possibilités d'action.

Compétence 1 et ses composantes

Situer l'objectif à atteindre dans une situation

Reconnaître le besoin à combler en fonction de son bien-être

- Se positionner par rapport au défi à relever
- Envisager diverses actions possibles
- Examiner les exigences liées à ces actions
- Choisir les actions à mener

S'engager activement dans l'action

Décider de l'action à mener

- Maintenir sa motivation au regard du but visé
- S'appuyer sur ses propres ressources et stratégies
- Recourir aux ressources disponibles

Manifester son autonomie dans des situations de la vie courante

Réfléchir sur sa capacité d'agir de façon autonome

Porter un regard critique sur son action

- Repérer les éléments à améliorer
- Reconnaître ses progrès dans sa quête d'autonomie
- Se fixer de nouveaux défis

Critères d'évaluation

- Pertinence des solutions et des stratégies
- Maintien de sa motivation dans l'action
- Rétroaction sur son degré d'autonomie dans l'action

Cibles de fin de formation

Au terme de sa formation, l'élève est en mesure d'analyser ses besoins personnels, de planifier et de s'engager dans l'action pour les satisfaire de façon autonome et responsable. Il fait des choix éclairés en rapport avec des situations qui correspondent à différentes actions qu'il a à réaliser.

Il trouve des façons d'atteindre l'objectif qu'il s'est fixé dans une situation donnée. Pour mener à bien son action, il choisit une solution qui convient au contexte, aux exigences de la situation et aux obstacles à franchir. Il s'appuie sur ses caractéristiques personnelles, sur ses propres ressources et sur d'autres ressources disponibles. Tout au long de sa démarche, il recourt à des stratégies appropriées pour surmonter les difficultés. Il peut les réinvestir dans d'autres situations et en mobiliser de nouvelles au besoin. Il fait preuve de persévérance dans ses réalisations.

Il constate l'efficacité de ses actions dans sa recherche graduelle d'autonomie. Il reconnaît ses progrès et tire profit des ressources de son environnement pour pallier certaines de ses difficultés. Il gagne ainsi en confiance et peut considérer plus aisément de nouveaux défis qui orienteront ses actions futures.

Compétence 2 Adopter une position réfléchie sur des enjeux tirés de la vie courante

Ce sont rarement les réponses qui apportent la vérité, mais l'enchaînement des questions.
Daniel Pennac

Sens de la compétence

La consommation de biens, la gestion des ressources financières, l'accès à l'emploi, la qualité de l'environnement, la conservation des ressources, l'activité physique ou encore la saine alimentation sont autant de questions sur lesquelles, tôt ou tard, chacun est appelé à se pencher et à prendre position. Il importe que les élèves soient en mesure d'en saisir les enjeux et de faire des choix réfléchis, en interaction avec les autres. Chacun peut être amené à développer son propre système de valeurs en se référant à différentes ressources qui l'aideront à évaluer ce qui lui convient le mieux au regard de son bien-être, de sa santé et du bien-être de la collectivité. Cette démarche pourra éventuellement inciter les élèves à remettre en question leurs valeurs, leurs comportements et même leur façon de satisfaire certains besoins. Guidés par l'enseignant, ils pourront acquérir des stratégies pour s'adapter aux nombreux changements sociaux et économiques qui transforment la société et rendent complexe leur quête d'autonomie.

Au cours des cycles précédents, les élèves ont eu l'occasion de prendre conscience de certains de leurs besoins et ont pu faire valoir leurs goûts et leurs préférences. Ils ont été à même de constater l'existence de sources d'influence liées à leurs habitudes de consommation. Ils ont pu en saisir l'importance en échangeant avec d'autres personnes de leur entourage et en mesurer l'impact sur leur propre mode de vie. Dans le cadre de la Formation préparatoire au travail, ils seront amenés à pousser plus loin leur prise de conscience et à porter un regard critique sur eux-mêmes, sur les événements et sur la société. Ils apprendront à saisir les divers éléments d'une situation et à situer les valeurs en cause par rapport à leurs propres valeurs, pour en arriver à se faire une opinion et à l'énoncer clairement. Ils acquerront l'habitude de s'interroger sur leurs choix et sur leur façon de les affirmer.

Cette compétence s'articule autour des quatre composantes suivantes : se faire une première opinion; comparer sa position avec celle d'autres personnes; affirmer sa position; et revenir sur sa démarche. Ces composantes font ressortir des dimensions essentielles à l'exercice de la compétence : savoir envisager différentes façons de se comporter ou de répondre à ses besoins; savoir interagir efficacement avec les autres; et savoir analyser sa démarche et en tirer profit.

Se faire une première opinion

Invités à réfléchir sur une situation de la vie courante, les élèves doivent chercher à en déterminer les éléments clés et à établir des liens entre eux. Il leur faut par ailleurs considérer le contexte et dégager les intérêts et les valeurs en cause pour élaborer une position personnelle. Au moment d'envisager l'achat d'un bien, ils pourront se poser des questions telles que : Ai-je réellement besoin de ce bien ou est-ce une fantaisie passagère? Qu'est-ce qui influence mon choix? Est-ce que mon budget me le permet? Est-ce que ce bien contribue ou nuit à mon bien-être? La consommation ou l'utilisation de ce bien nuit-elle à l'environnement? Avec l'aide de l'enseignant, ils seront amenés à mieux préciser leurs besoins, les intérêts en cause et les valeurs qui s'y rattachent. Ils peuvent ainsi commencer à construire leur point de vue et se situer par rapport à la consommation de biens.

Les élèves développeront l'habitude de s'interroger sur leurs choix et sur leur façon de les affirmer.

Comparer sa position avec celle d'autres personnes

Soutenus par leur enseignant, les élèves doivent déterminer divers scénarios qui leur permettent d'explorer les différentes facettes de la situation à l'étude. Reprenons l'exemple dans lequel les élèves sont invités à comparer les diverses façons d'envisager l'achat d'un bien. L'enseignant leur propose différentes ressources pour appuyer leur réflexion : médias (journaux, revues, vidéos, émissions de télévision, Internet), présentations ou discussions sur le sujet retenu. En collaboration avec d'autres, ils doivent cerner des enjeux liés à la situation afin d'en reconnaître les principales caractéristiques. L'enseignant les invite à examiner les options qui leur sont offertes sous différents angles – conséquences, gains ou pertes pour eux et les autres –, à comparer leur position avec celle des autres et à adopter ou rejeter certaines positions en justifiant leur choix en fonction de leurs valeurs. Ils apprennent ainsi à reconnaître les divergences d'opinion et à en tirer profit, et ils découvrent l'importance que leur propre point de vue peut avoir pour eux-mêmes et pour les autres.

Affirmer sa position

En partageant leur expérience avec leurs pairs, les élèves se sensibilisent aux différents points de vue et à l'argumentaire qui les sous-tend et ils deviennent aptes à prendre position, à appuyer cette position et à la défendre. Pour l'achat d'un bien, par exemple, ils expliqueront la concordance entre leur besoin et leur choix. L'examen des points de convergence et de divergence entre leur position et celle d'autres personnes leur permet de clarifier les raisons qui motivent leur choix. Ils peuvent reconnaître les ressemblances et les différences dans des situations similaires et prendre des moyens appropriés pour faire connaître leur position et l'appuyer correctement. Ils doivent par ailleurs s'assurer que leurs façons d'agir reflètent leur décision et les valeurs qui la sous-tendent.

Revenir sur sa démarche

Guidés par l'enseignant, les élèves effectuent un retour sur les étapes qui les ont menés à une prise de position. Ils en viennent à constater comment elle s'est formée tout au long de leur démarche, à reconnaître des éléments de réussite et des difficultés, et à identifier les stratégies les plus efficaces. Ils sont invités à anticiper des situations dans lesquelles ils pourraient utiliser ces stratégies à nouveau et sont encouragés à en développer de nouvelles au besoin. En leur faisant constater le chemin parcouru, l'enseignant leur fait également prendre conscience qu'il est important d'adopter une démarche pour affirmer leur identité et développer leur autonomie. Il les aide ainsi à réaliser qu'ils sont de plus en plus capables d'agir par eux-mêmes et les encourage à se fixer de nouveaux objectifs.

Compétence 2 et ses composantes

Se faire une première opinion

Reconnaître les éléments clés de la situation • Prendre conscience des besoins, des intérêts et des valeurs en cause • Élaborer une position personnelle

Comparer sa position avec celle d'autres personnes

Prendre connaissance de la position des autres
• Exprimer sa propre position • Considérer les similitudes et les écarts • Revoir sa position personnelle

Adopter une position réfléchie sur des enjeux tirés de la vie courante

Revenir sur sa démarche

Porter un regard critique sur sa démarche • Juger de la pertinence des stratégies utilisées • Déterminer les possibilités d'utilisation des stratégies dans d'autres contextes • Reconnaître ses progrès en ce qui concerne son habileté à s'affirmer • Se fixer de nouveaux défis

Affirmer sa position

Expliciter les raisons qui sous-tendent sa position • Justifier sa position • Utiliser des moyens appropriés pour la mettre en valeur
• Identifier des comportements conformes à sa position

Critères d'évaluation

- Compréhension des éléments significatifs de la situation
- Expression de sa position
- Justification pertinente de sa position
- Rétroaction sur sa démarche

Cibles de fin de formation

Au terme de sa formation, l'élève est en mesure de prendre position sur des enjeux liés à des situations inspirées de la vie courante et de se prononcer sur les conséquences de ses choix pour lui-même et pour autrui.

Pour se faire une première opinion, l'élève précise ses besoins, les intérêts en jeu et les valeurs qui s'y rattachent. Il compare sa position avec celle des autres. Il reconnaît les divergences d'opinion par rapport à la situation, en tire profit et reconsidère sa position, s'il y a lieu.

Pour affirmer sa position, il recourt à des arguments valables au regard de ses choix, de ses valeurs et des enjeux liés à la situation (ex. l'utilisation d'un bien versus la protection de l'environnement). Il cerne des comportements qui reflètent sa position.

Il porte un regard critique sur sa démarche personnelle et peut dire en quoi et pourquoi son point de vue a évolué. Il reconnaît ses progrès, ses difficultés et identifie les stratégies les plus efficaces pour faciliter sa prise de position. Il se fixe de nouveaux défis de nature à influencer ses comportements.

COMPÉTENCE 3 Faire une expérience de participation sociale dans son milieu

Brisez vos limites, faites sauter les barrières de vos contraintes, mobilisez votre volonté, exigez la liberté comme un droit, soyez ce que vous voulez être. Découvrez ce que vous aimeriez faire et faites tout votre possible pour y parvenir.
Richard Bach

Sens de la compétence

Ce sont des expériences positives d'entraide, dans leur milieu scolaire notamment, qui permettent aux élèves de mesurer l'importance de la solidarité et de ses retombées possibles sur eux et sur les autres. En s'engageant activement dans leur milieu, ils peuvent développer leurs habiletés à se prendre en charge tout en découvrant le rôle que l'action sociale peut jouer dans leur vie et dans celle de la collectivité.

Dans le cadre de ce programme, les élèves sont amenés à vivre une expérience d'engagement dans leur milieu. À l'intérieur d'une démarche planifiée, ils sont appelés à collaborer à un projet ayant une portée sociale ou communautaire, réalisé de façon individuelle ou collective à l'école ou dans leur environnement immédiat. Par exemple, ils peuvent participer à la coopérative de l'école, à l'organisation de la soirée reconnaissance, à un projet de recyclage mené par une maison des jeunes, à une activité de parrainage d'une personne âgée, à une corvée de nettoyage des berges d'une rivière ou à tout autre projet à leur portée. Une telle participation les amène à se responsabiliser comme membres actifs d'une collectivité et à se sentir utiles et valorisés. Tout en prenant conscience de la diversité des valeurs, des opinions et des comportements, ils pourront développer un sentiment d'appartenance à leur milieu et en mesurer l'incidence sur leur insertion sociale et professionnelle. Le fait de poser des gestes qui vont dans le sens du bien commun, dans un esprit de collaboration et de solidarité, les aidera à percevoir l'importance d'une véritable participation à la vie de la communauté. Outre le fait de construire leur identité et d'apprendre à s'intégrer dans la société, cette expérience leur permettra de se bâtir un réseau de personnes auxquelles recourir en cas de besoin. Enfin, ils seront invités à s'interroger sur la possibilité de réinvestir leur démarche de participation

sociale dans d'autres contextes, par exemple auprès d'organismes communautaires, de groupes d'entraide ou d'associations sportives.

Au cours des cycles précédents, les élèves se sont engagés dans des activités de groupe et ont pu développer leur capacité à collaborer. Ils ont appris à travailler en équipe, à échanger des points de vue avec d'autres et à s'intéresser à une tâche commune. Dans le cadre de la Formation préparatoire au travail, ils seront invités à s'engager de façon tangible dans des activités de groupe comme participants ou encore à apporter leur contribution à un organisme à vocation communautaire. Ils auront l'occasion de s'initier au processus de la vie démocratique d'un groupe et de découvrir l'importance de respecter les règles établies pour assurer une vie de groupe harmonieuse. Ils seront amenés à développer des attitudes et des comportements qui leur permettront de contribuer au bien-être collectif. Ils pourront apprécier les retombées de leur action et se percevoir ainsi comme des membres efficaces de la société.

Cette compétence s'articule autour des trois composantes suivantes : planifier une démarche de participation sociale dans son milieu; mettre en œuvre sa démarche; et évaluer les retombées de son engagement. Ces composantes font ressortir des dimensions essentielles à l'exercice de la compétence : savoir choisir avec pertinence ses actions et être en mesure de les mettre à l'essai; savoir s'engager avec d'autres dans des activités; savoir se visualiser dans différents rôles sociaux; et savoir reconnaître les bénéfices de ses actions.

Les élèves auront l'occasion de s'initier au processus de la vie démocratique d'un groupe et de découvrir l'importance d'en respecter les règles.

Planifier une démarche de participation sociale dans son milieu

Les élèves sont invités à s'interroger sur leurs centres d'intérêt et sur les situations sociales susceptibles de susciter leur engagement. L'élève veut-il d'abord s'engager dans des activités de l'école? Veut-il contribuer à des organismes qui soutiennent des personnes en perte d'autonomie ou des personnes handicapées? Désire-t-il collaborer à l'intégration de personnes nouvellement arrivées au pays? Veut-il s'engager dans des organismes qui viennent en aide aux personnes à faible revenu, comme une banque alimentaire ou un comptoir de vêtements? Veut-il s'associer à des groupes de protection de l'environnement ou de promotion du commerce équitable? Aimait-il collaborer aux activités d'un centre de loisirs, d'une maison des jeunes ou de la bibliothèque municipale? Avec l'aide de l'enseignant, les élèves ciblent ensuite des organismes qui seraient intéressés à leur participation. Ils se donnent les moyens pour bien choisir les milieux où ils pourraient s'investir. Ils peuvent aussi valider leurs choix avec leur enseignant ou leurs pairs en prenant notamment en considération les exigences liées à la tâche et les actions possibles de même que les raisons qui les motivent.

Mettre en œuvre sa démarche

Les élèves doivent prendre les moyens nécessaires pour réaliser leur projet. Il leur faut donc procéder selon les étapes planifiées, collaborer avec les personnes concernées et mobiliser les stratégies appropriées. Ils doivent également apprendre à être attentifs aux personnes avec qui ils collaborent, agir dans les limites de leur rôle et de leurs responsabilités, et adopter les attitudes appropriées. Il leur faudra aussi anticiper les difficultés à surmonter ainsi que les ressources à leur disposition et utiliser leurs expériences personnelles, de même que celles des autres, pour améliorer leur action. Ils devront s'efforcer de maintenir leur motivation tout au long de leur démarche et procéder aux ajustements qui s'imposent en cours de réalisation.

Évaluer les retombées de son engagement

Avec l'aide de leur enseignant, les élèves doivent réfléchir à ce qui a contribué à la réussite de leur démarche, aux moyens auxquels ils ont eu recours pour surmonter les obstacles et aux efforts qu'ils ont déployés pour atteindre leurs objectifs. Cet exercice devrait leur permettre de prendre conscience du chemin parcouru; de percevoir les liens entre les actions accomplies, la satisfaction qu'ils en retirent et l'appréciation des personnes avec qui ils ont collaboré; et d'entrevoir, dès lors, les prochaines étapes à franchir. Ce devrait être aussi l'occasion pour eux de découvrir que certaines de leurs caractéristiques personnelles s'améliorent, telles que l'affirmation de soi, le degré d'autonomie et la capacité d'engagement, et de constater qu'ils sont en mesure d'exercer avec confiance de nouveaux rôles souvent plus complexes que ceux qu'ils connaissaient déjà. Incités à démontrer de l'ouverture aux témoignages d'appréciation qu'ils reçoivent, ils pourront réaliser que l'engagement social est une source importante de valorisation personnelle et réfléchir à des façons de renouveler leur engagement dans des actions futures.

Planifier une démarche de participation sociale dans son milieu

Envisager diverses pistes de participation • Choisir une situation
• Élaborer sa démarche en fonction de ce choix • Conclure les ententes nécessaires

Mettre en œuvre sa démarche

S'engager dans la situation • Adopter des attitudes favorables à la réalisation de son engagement
• S'appuyer sur ses expériences antérieures et tirer profit de celles des autres • Persévérer dans son action
• Ajuster sa démarche au fur et à mesure de son déroulement

Faire une expérience de participation sociale dans son milieu

Évaluer les retombées de son engagement

Reconnaître les éléments de réussite et les défis relevés • Considérer les appréciations formulées par le milieu • Apprécier les bénéfices de son engagement pour soi et pour les autres • Envisager de nouveaux engagements

Critères d'évaluation

- Justesse de la planification
- Efficacité dans la mise en œuvre de sa démarche
- Mise en évidence des retombées de sa participation

Au terme de sa formation, l'élève a fait une ou plusieurs expériences de participation sociale dans son milieu. Il a appris à collaborer avec d'autres personnes et à assumer ses responsabilités en tant que membre actif d'une collectivité. Il a pu découvrir l'importance de sa contribution de même que celle du rôle que l'action sociale peut jouer dans sa vie et dans celle de son milieu.

Avant de s'engager dans une démarche de participation sociale, il considère diverses pistes d'action possibles et il effectue des choix à sa portée en tenant compte de ses centres d'intérêt et des caractéristiques des milieux dans lesquels il pourrait s'engager (ex. maison des jeunes, bibliothèque de l'école). Il planifie ensuite adéquatement les étapes de sa démarche en fonction de ses choix. Il tient compte des principales exigences liées à la tâche envisagée, des actions possibles ainsi que des motivations intrinsèques qui justifient son engagement.

Une fois engagé dans l'action, il prend les moyens nécessaires à la réalisation de son projet. Il s'appuie sur ses expériences passées, tire profit de celles d'autrui et adopte des attitudes qui favorisent sa participation. Il fait preuve de persévérance et, au besoin, apporte des ajustements à sa démarche.

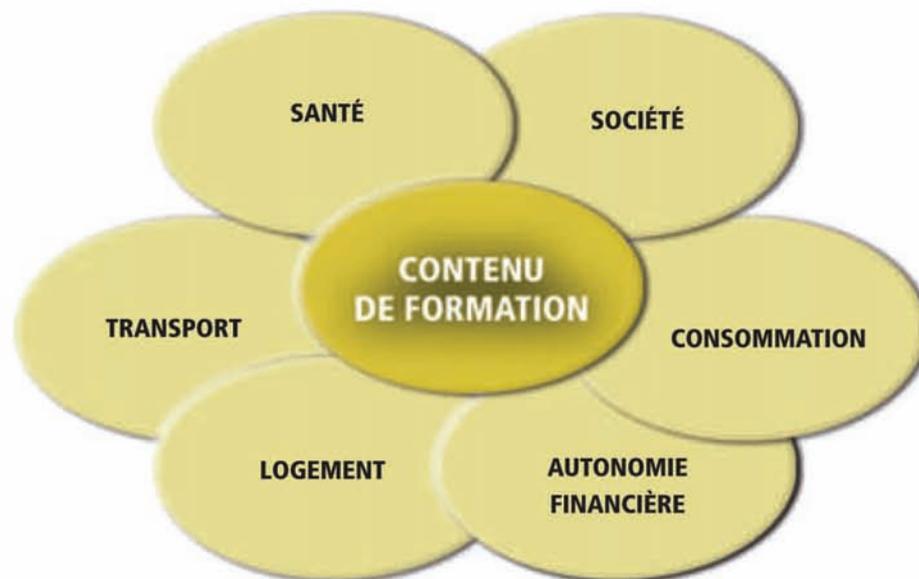
Pour évaluer les retombées de son action, tant sur le plan personnel que sur le plan de la collectivité, il dégage certains liens entre ses actions, les bienfaits qui en résultent et les témoignages d'appréciation des personnes avec qui il s'est impliqué. Il reconnaît les défis relevés et considère différentes façons de renouveler sa participation dans son milieu.

Contenu de formation

Le développement des compétences du programme d'autonomie et participation sociale s'appuie sur l'exploitation d'un ensemble de concepts regroupés autour de six grands thèmes : santé; société; consommation; autonomie financière; logement; et transport. Ces thèmes, qui peuvent être abordés sous plusieurs angles, offrent aux élèves l'occasion de se familiariser avec les principaux défis qu'ils auront à relever pour s'intégrer à la société et s'engager de façon autonome et responsable dans des projets de vie. Dans le contexte d'une formation axée sur l'emploi, l'enseignant se préoccupera de choisir, parmi les éléments de contenu proposés – qui, rappelons-le, ne sont pas prescrits –, ceux qui doivent être exploités avec ses élèves, compte tenu de leurs capacités, de leurs besoins et de leur degré d'autonomie. L'enseignant doit aborder les concepts dans des contextes diversifiés, en s'appuyant sur les acquis des élèves, notamment en ce qui a trait aux domaines généraux de formation et aux compétences transversales.

Il existe une interdépendance entre les différents éléments de contenu de ce programme et les autres disciplines de la Formation préparatoire au travail. Aussi, pour éviter le cloisonnement et la fragmentation des apprentissages, il importe d'amener les élèves à découvrir les relations qui existent entre tous ces éléments.

Les éléments du contenu de formation sont présentés sous forme de tableaux regroupant, pour chaque thème, les concepts, les angles sous lesquels ils doivent être abordés et des exemples d'application. À cela s'ajoutent, également présentées sous forme de tableaux, des stratégies cognitives, métacognitives, affectives et de gestion des ressources.



Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
État de santé	– Exploration des différentes dimensions de la santé	– Échanger avec les pairs sur ce que signifie « être en santé »
	– Exploration des facteurs qui ont une incidence sur la santé	– Discuter des facteurs qui peuvent nuire à sa santé – Participer à un jeu de rôles dans lequel la santé est menacée (ex. « Ma blonde m'a quitté et je ne mange plus. », « Personne ne comprend ce que je vis! »)
Besoins	– Distinction entre les désirs et les besoins <ul style="list-style-type: none"> • physiologiques • sociaux • de sécurité • d'estime de soi • de réalisation de soi 	– Faire un inventaire de ses besoins et distinguer ceux qui sont essentiels de ceux qui ne le sont pas – Partager avec d'autres ses perceptions au regard des différences entre un besoin essentiel et un caprice
	– Exploration des rapports entre les besoins individuels et les besoins collectifs	– Déterminer les besoins collectifs d'un groupe-classe et comparer ces besoins à ceux de quelques élèves
Activité physique et alimentation	– Établissement de liens entre le degré d'activité physique et l'état de santé	– Expérimenter une activité physique et en décrire les effets – Prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur – Favoriser les activités de plein air
	– Identification des comportements sains et sécuritaires dans des loisirs et des sports	– Discuter des principales mesures de sécurité à adopter lors d'activités de loisir (ski, planche à roulettes, vélo, etc.)
	– Identification des effets d'une saine alimentation sur le poids et la croissance (poids santé)	– Trouver de l'information sur l'importance de l'activité physique et de l'alimentation pour le maintien d'un poids santé
	– Utilisation de méthodes d'évaluation de l'indice de masse corporelle	– Calculer son indice de masse corporelle – Comparer la validité de différents conseils pour adopter des habitudes de vie favorisant le contrôle du poids
	– Identification des éléments qui constituent un régime alimentaire équilibré (teneur en calories et en fibres alimentaires, groupes alimentaires, etc.)	– Faire une liste d'aliments sains et constater s'ils font partie ou non de son alimentation habituelle – Déterminer cinq conseils à donner à un ami pour l'inciter à adopter une saine alimentation

Santé (Suite)

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Activité physique et alimentation (Suite)	– Évaluation de ses habitudes alimentaires	– Prendre note de toute la nourriture et des boissons consommées pendant deux jours consécutifs – Comparer les résultats aux recommandations du <i>Guide alimentaire canadien</i> – Identifier des points à améliorer
	– Élaboration d'un plan visant à améliorer certaines habitudes alimentaires	– Composer un menu quotidien à partir des recommandations du <i>Guide alimentaire canadien</i>
Sexualité	– Exploration de comportements sexuels sains et sécuritaires	– Trouver de l'information sur la contraception et la prévention des infections transmises sexuellement et par le sang (ITSS) – Discuter de la place des sentiments dans les rapports amoureux
Tabagisme, alcool et drogues	– Prise de conscience des effets du tabac, de l'alcool et des drogues sur la santé	– Trouver de l'information sur : • les substances nocives présentes dans le tabac • l'espérance de vie des fumeurs et celle des non-fumeurs – Trouver des exemples de cas où la consommation d'alcool ou de drogues entraîne des conséquences nuisibles ou graves (ex. conduite automobile, grossesse, etc.) – Identifier des signes de dépendance (ex. consommation fréquente, perte d'attention, désintérêt pour l'école, etc.)
	– Adoption de comportements responsables à l'égard de la consommation	– Trouver des moyens pour éviter de développer des habitudes nocives – Anticiper une situation à risque et planifier son agir
Sommeil	– Prise de conscience de l'importance de la qualité et de la durée du sommeil	– Noter son nombre d'heures de sommeil par nuit, faire la moyenne hebdomadaire et comparer les résultats avec les recommandations de l'infirmière de l'école
	– Identification des facteurs qui ont une incidence sur la qualité du sommeil	– Se questionner sur ce qui peut nuire à son sommeil (ex. bruit, stress, conflit non résolu)
	– Mobilisation de moyens pour faire face aux problèmes de sommeil	– Discuter des moyens de vaincre l'insomnie
Loisirs	– Prise de conscience des effets des loisirs sur la santé	– Faire le lien entre un état de détente et l'exercice physique – Réaliser le plaisir éprouvé lors d'une rencontre agréable avec des amis
	– Planification d'activités de loisir dans son organisation de vie	– Dresser un portrait de l'utilisation de ses temps libres et comparer avec ses pairs – Établir un horaire type hebdomadaire comportant des activités de loisir – Choisir des activités qui contribuent au maintien d'un bon équilibre de vie

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Facteurs d'influence	– Détermination des différents facteurs influant sur les besoins	– Se questionner sur le degré d'influence de l'environnement social et physique, de la famille, des amis, du milieu de travail, des médias, des valeurs, des émotions, du style de vie, etc.
	– Exploration des facteurs qui ont une incidence sur les choix alimentaires	– Discuter des conséquences de différents modes d'alimentation (diètes, végétarisme, restauration rapide, etc.)
	– Prise de conscience de l'importance du milieu familial, du réseau d'amis et des lieux fréquentés sur ses habitudes de sommeil et de loisir	– Comparer ses habitudes de sommeil avec celles de ses parents et de ses amis – Nommer ses activités de loisir depuis l'enfance
	– Exploration des facteurs qui influent sur les comportements liés à la sexualité	– Se questionner sur le degré d'influence de l'environnement social et physique, de la famille, des amis, du milieu de travail, des médias, des valeurs, des émotions, du style de vie, etc.
	– Exploration des facteurs qui influencent le choix de consommer tabac, alcool et drogues	– Interroger un fumeur sur les raisons qui l'ont amené à commencer à fumer – Repérer les situations à risque dans son environnement familial, scolaire et social – Réfléchir sur sa capacité à dire non à la consommation nuisible
Prévention	– Utilisation des ressources appropriées pour répondre à ses besoins en matière de santé	– Faire partie d'un groupe d'entraide ou d'une équipe sportive – S'engager dans une troupe de théâtre amateur
	– Établissement de liens entre les habitudes alimentaires et le développement de certaines maladies	– Rechercher des moyens concrets de prévenir des maladies graves (ex. diabète, obésité, anorexie, cancer, problèmes cardiaques) et discuter de leur efficacité
	– Exploration des moyens pris par la société pour lutter contre la consommation de tabac, d'alcool et de drogues	– Interroger l'infirmière de l'école – Repérer les messages dissuasifs dans les médias – Organiser une table ronde sur la consommation de drogues et ses risques
	– Développement d'un plan pour faire face au stress	– Chercher des données sur les conséquences du stress sur la santé – Identifier les situations stressantes de sa vie – Inventorier des moyens efficaces de faire face au stress
Services et ressources	– Services complémentaires de l'école – CLSC – Cliniques médicales	– Carrefours jeunesse-emploi – Maisons des jeunes – Centres de loisirs, etc.

Société

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Lois et règlements concernant la compétence sociale	– Réflexion sur les exigences en matière d'encadrements sociaux	– Échanger en table ronde avec des personnes-ressources sur la question des droits civiques
	– Reconnaissance de la nécessité de respecter les lois et règlements pour vivre en société	– Discuter de l'importance d'adopter et de respecter un code de vie à l'école
	– Exploration des principaux droits sociaux et économiques	– S'informer sur le droit de vote, l'affiliation syndicale, la protection de la vie privée, l'accès aux soins médicaux et la liberté de religion
	– Compréhension de l'importance de la Charte des droits et libertés de la personne	– Comprendre, à l'aide d'exemples pratiques, l'influence de la Charte sur notre vie en société
Habilités sociales	– Développement d'habiletés de communication sociale	– Nommer des attitudes qui permettent à une personne d'être appréciée dans un groupe – Corriger une attitude qui nuit aux bonnes relations dans un groupe – Rechercher des moyens d'aider un jeune qui est rejeté par ses pairs
	– Engagement dans des tâches nécessitant de la coopération	– Monter un spectacle en équipe pour une activité de fin d'année <ul style="list-style-type: none"> • Réaliser que la contribution de plusieurs personnes est nécessaire • Identifier des comportements qui favorisent ou qui nuisent au travail d'équipe • Établir trois règles qui aident l'équipe à mieux fonctionner • Contribuer à l'évaluation des membres d'un groupe de travail
	– Utilisation d'une démarche de prise de décision	– Reconnaître autant l'importance de sa contribution que celle des autres dans la prise de décision
	– Engagement dans des actions pour aider ses pairs	– Réaliser des tâches qui exigent que chaque élève puisse, à un moment donné, en aider un autre – Nommer des avantages à recevoir de l'aide d'une autre personne – Témoigner de son appréciation à un coéquipier qui l'a aidé
	– Acceptation et reconnaissance des différences individuelles	– Décrire des personnes en relevant les différences (taille, couleur de cheveux, habillement, valeurs, langue, choix musicaux, religion, etc.)
	– Compréhension des notions de préjugé et de discrimination	– Choisir un personnage d'un livre ou d'un film et discuter des conséquences de la discrimination sur la vie d'une personne – Préparer une affiche dénonçant la discrimination

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Habiletés sociales (Suite)	<ul style="list-style-type: none"> – Appropriation d'une démarche de résolution de problèmes 	<ul style="list-style-type: none"> – Identifier les éléments d'une situation de conflit, cibler les solutions possibles, en choisir une, l'utiliser et en évaluer les résultats – Faire un jeu de rôles qui vise à aider des amis à résoudre un conflit – Raconter un conflit vécu, exprimer ce que la personne a ressenti, comparer ses réactions avec celles d'autres personnes et envisager des solutions – Déterminer les conséquences concrètes d'un conflit sur sa vie et sur celle des autres
Engagement dans son milieu	<ul style="list-style-type: none"> – Exploration des diverses occasions d'engagement dans son milieu – Choix d'un milieu d'engagement selon ses aptitudes et ses centres d'intérêt – Planification des étapes à réaliser et des ressources à mobiliser – Réalisation de son projet 	<ul style="list-style-type: none"> – Faire une liste des services de l'école, de la commission scolaire ou d'organismes qui pourraient être intéressés à collaborer à un projet scolaire – Rencontrer des responsables des différents services ou organismes et discuter d'une contribution éventuelle – Identifier ses valeurs et ses perceptions au regard de la mission de l'organisme pressenti – Anticiper les effets de son engagement sur soi et sur les autres – Envisager les retombées de ce projet pour soi et pour l'organisme – Préparer un plan d'action dans le but de mettre en œuvre son projet d'engagement – Prévoir les ressources nécessaires – Respecter son plan d'action et l'ajuster au besoin – Maintenir sa motivation tout au long de son projet – Constaté son apport à l'organisme – Prendre conscience des sentiments liés à la réalisation de son projet : fierté, appartenance, accomplissement
Facteurs d'influence	<ul style="list-style-type: none"> – Identification des valeurs qui ont une incidence sur sa vie en société – Connaissance de personnes engagées socialement – Recherche de reconnaissance sociale 	<ul style="list-style-type: none"> – Discuter avec les pairs des valeurs qui suscitent l'engagement social – Donner des exemples de modèles que l'on voudrait imiter – Être bénévole dans un organisme
Prévention	<ul style="list-style-type: none"> – Développement de moyens pour éviter l'isolement social – Utilisation des ressources appropriées pour répondre à ses besoins 	<ul style="list-style-type: none"> – Choisir des loisirs qui favorisent les contacts sociaux – Réagir rapidement devant une possibilité de conflit
Services et ressources	<ul style="list-style-type: none"> – Services éducatifs complémentaires de l'école – Organismes de protection des droits de la personne – Groupes d'entraide, etc. 	

Consommation

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Consommation responsable	– Exploration de certains aspects sociaux, économiques et éthiques de la consommation	– Se soucier de la provenance d'un bien, des conditions dans lesquelles il a été produit, etc.
	– Établissement de liens entre la consommation de biens et une réponse à un besoin véritable	– Discuter du sujet suivant : « La possession de biens matériels représente une valeur importante. »
	– Prise de conscience des conséquences environnementales et sociales de la surconsommation	– Réfléchir sur l'augmentation du nombre de véhicules automobiles et son impact environnemental
	– Évaluation de ses attitudes à l'égard de la consommation	– Établir ses priorités et remettre en question sa façon de consommer des biens (ex. consommation réfléchie ou impulsive)
	– Adoption de comportements responsables en matière de consommation	– Donner des exemples d'achats responsables – Repérer des actions quotidiennes qui démontrent son respect de l'environnement – Faire une liste d'objets usuels pouvant être réparés à la maison – Contribuer à des activités de recyclage de différents objets
	– Exploration des émotions en cause dans un environnement dominé par la consommation	– Être conscient de ses réactions dans un magasin : musique, odeur, couleurs, pression des vendeurs, etc. – Discuter des moyens utilisés par les commerçants pour susciter la consommation
	– Identification de ses motivations à consommer ou non un bien – Identification de critères de prise de décision relativement à la consommation de biens et de services	– Utiliser son jugement critique à l'égard de ses motivations – Établir des critères de prise de décision pour l'achat d'un vêtement – Comparer les garanties de divers produits – Réaliser les conséquences d'un achat impulsif
	– Exploration des avantages et des inconvénients de l'achat en ligne (Internet) – Identification des caractéristiques d'un site sécurisé pour faire des achats en ligne	– Dresser une liste de règles de sécurité à adopter avant d'acheter des produits en ligne

Consommation (Suite)

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Facteurs d'influence	– Identification de différentes sources d'influence liées à la consommation (famille, amis, collègues de travail, médias)	– Faire un diagramme comparatif pour illustrer le degré d'influence de son groupe d'amis, de sa famille et des médias sur son comportement de consommateur
	– Exploration de la place des médias dans son comportement de consommateur	– Discuter avec les pairs de l'impact de la publicité sur le choix d'un bien – Donner des exemples d'annonces publicitaires qui ont mené à l'achat d'un bien
Prévention	– Développement de moyens pour résister à la pression menant à la surconsommation	– Éviter de choisir le centre commercial comme lieu de promenade – Discuter de l'affirmation suivante : « La marque de vêtements X attire l'estime des autres et le prestige. »
Services et ressources	<ul style="list-style-type: none"> – Office de protection du consommateur – Associations de consommateurs – Revues spécialisées, etc. 	

Autonomie financière

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Budget	– Exploration des avantages d'établir un budget	– Donner des exemples de situations financières dans lesquelles il est utile de faire un budget
	– Inventaire de différentes façons d'établir un budget	– Comparer divers modèles de budgets équilibrés
Revenus	– Exploration des différentes formes de rémunération	– Distinguer des formes de rémunération : taux horaire, salaire fixe, salaire à la pièce, pourboire, etc.
	– Comparaison entre revenu net et revenu brut – Identification et justification des différentes retenues à la source	– Reconnaître la nature des retenues à la source sur un relevé de paie : impôt provincial, impôt fédéral, Régime de rentes du Québec, assurance-emploi, régime de retraite, cotisation syndicale, assurance maladie, assurance parentale
	– Prise en compte du revenu net disponible pour élaborer un budget	– Examiner le revenu net disponible à l'aide de plusieurs exemples de relevés de paie – Calculer son salaire hebdomadaire à raison de X \$ de l'heure pour X heures de travail
Dépenses	– Planification des dépenses en fonction des besoins personnels – Élaboration d'une liste de dépenses en commençant par celles qui sont fixes, puis celles qui sont variables	– Identifier cinq principales catégories de dépenses pour un individu de 18 ans – Estimer un montant hebdomadaire pour chacune des catégories – Calculer la proportion de dépenses pour chacune des catégories
Équilibre budgétaire	– Établissement d'un lien direct entre ses revenus et ses dépenses – Préparation d'un budget équilibré en faisant les choix nécessaires	– Bâtir quelques exemples de budgets dont les dépenses n'excèdent pas les revenus – Équilibrer un budget dont les dépenses excèdent de 5% les revenus – Trouver des moyens d'augmenter la part des dépenses consacrées à l'alimentation, tout en conservant un budget équilibré

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Institutions et transactions	– Repérage des institutions financières dans le quartier	– Consulter un bottin des services locaux pour repérer les institutions financières à proximité – Comparer le coût des services offerts dans quelques institutions financières
	– Distinction entre les divers types de comptes bancaires – Distinction entre les diverses transactions possibles	– Comparer les avantages et les inconvénients des divers types de comptes bancaires – Comprendre la signification des sigles dans un compte bancaire pour les dépôts et retraits, les frais de service, etc.
	– Identification des démarches pour ouvrir un compte	– S'informer des modalités d'ouverture d'un compte
	– Connaissance des règles de sécurité lors de l'utilisation des services automatisés	– Discuter en groupe des règles de sécurité à observer
	– Comparaison des différents modes de paiement	– Comparer les avantages et les inconvénients de payer en argent, par carte de crédit, par carte de débit ou par chèque – Discuter des règles de sécurité à observer pour chacun des modes de paiement – Comparer le coût total d'un bien payé comptant avec celui payé par versements mensuels
Épargne	– Exploration des buts et des avantages de l'épargne	– Discuter des avantages de l'épargne pour planifier des projets, faire face à des imprévus, etc.
	– Exploration de moyens pour épargner	– Adopter des moyens pour maintenir sa motivation à épargner et résister à la consommation impulsive – Calculer l'argent à économiser et le temps requis pour réaliser un projet donné
Endettement	– Réflexion sur les conséquences financières de l'endettement – Vérification de la pertinence d'effectuer un emprunt	– Discuter des raisons qui motivent un emprunt – Formuler des mises en garde à un ami qui voudrait emprunter
	– Évaluation des coûts découlant du crédit à la consommation	– Calculer le coût réel d'un achat avant les taxes, si le magasin demande un remboursement mensuel étalé sur un an
	– Exploration des diverses formes de prêts	– Comparer les avantages et les inconvénients des diverses formes de prêts (hypothèque, prêt personnel, carte de crédit, marge de crédit)

Autonomie financière (Suite)

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Facteurs d'influence	<ul style="list-style-type: none"> – Identification des valeurs qui ont une incidence sur sa gestion budgétaire 	<ul style="list-style-type: none"> – Réfléchir sur ses motifs de consommation – Comparer des situations financières saines à des situations problématiques – Reconnaître les éléments positifs et ceux à améliorer
	<ul style="list-style-type: none"> – Recherche de modèles positifs et de conseils judicieux 	<ul style="list-style-type: none"> – Cibler, dans son entourage, des personnes avisées
Prévention	<ul style="list-style-type: none"> – Consultation de diverses sources d'information sur la consommation, les finances et l'endettement – Identification des organismes pouvant aider les particuliers à établir un budget et à en faire le suivi 	<ul style="list-style-type: none"> – S'informer à partir d'émissions d'intérêt public – Rencontrer des personnes-ressources – Chercher de la documentation sur les droits du consommateur et ses recours – Savoir comment obtenir un remboursement ou une réparation après l'achat d'un produit défectueux – Dresser un inventaire des organismes de la région qui aident les particuliers à établir un budget et à en faire le suivi
Services et ressources	<ul style="list-style-type: none"> – Institutions bancaires – Réseau de protection des consommateurs – Professionnels qualifiés, etc. 	

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Hébergement	– Connaissance de ses besoins et détermination de critères pour choisir un logement	– Cerner ses besoins prioritaires – Faire une liste des caractéristiques du logement souhaité – Explorer des facteurs qui influent sur la qualité de vie dans un logement
	– Démarches pour trouver un logement	– Explorer l'environnement selon les différentes zones de résidence – Chercher de l'information relativement à la disponibilité des logements (journaux, petites annonces à l'épicerie, etc.)
	– Connaissance des différents types de logements	– Comparer les caractéristiques des différents types de logements disponibles dans le quartier (habitation à logements multiples, duplex, maison unifamiliale, immeuble en copropriété, maison mobile)
	– Anticipation des coûts liés au logement	– Faire une simulation pour calculer le montant à prévoir pour le logement, sur une base de 35 % du salaire
	– Identification des services et des équipements inclus dans le coût du logement	– Faire l'inventaire des services inclus : électricité, chauffage, entretien, etc.
Droits et responsabilités	– Familiarisation avec les droits et obligations du locataire et du propriétaire – Identification des modalités de règlement d'un litige	– Apprendre à lire un bail et à remplir les documents nécessaires – Élaborer une liste de problèmes possibles pour un locataire et comparer les solutions envisagées – Discuter des principales obligations du locataire, après avoir consulté le site Web de la Régie du logement
	– Maîtrise des règles relatives à la sécurité	– Savoir où se situe l'entrée d'eau et la boîte électrique pour intervenir au besoin – Discuter des situations dangereuses liées à l'utilisation d'appareils électroménagers
	– Entretien et aménagement du logement	– Expliquer la méthode à suivre pour réparer une poignée de porte, installer un store, etc. – Explorer des moyens qui permettent d'agrémenter son logement
	– Détermination de règles de vie contribuant à assurer de bonnes relations avec le voisinage	– Préparer une liste de comportements individuels favorisant le vivre-ensemble et la comparer avec celle de ses pairs
Services et ressources	– Régie du logement – Associations de locataires	– Associations de propriétaires – Municipalités, etc.

Transport

Concepts	Angles d'étude	Exemples d'application
Déplacement	– Analyse de ses besoins en matière de transport	– Faire une liste des activités qui nécessitent l'utilisation d'un moyen de transport
	– Identification des moyens de transport disponibles et des modalités d'utilisation	– Consulter un horaire d'autobus – Situer les arrêts – S'informer des coûts – Explorer les avantages à se déplacer à pied ou à bicyclette pour contribuer au maintien de sa santé
	– Détermination de ses ressources financières pouvant être affectées au transport	– Choisir le transport approprié en tenant compte notamment des coûts
	– Utilisation d'une carte routière	– Se servir d'une carte routière pour s'orienter lors de ses déplacements
Impacts sur l'environnement	– Réflexion sur ses responsabilités individuelles et collectives au regard de l'environnement	– Recueillir de l'information sur l'état de la couche d'ozone depuis les quinze dernières années – S'informer sur la quantité de gaz à effet de serre produite annuellement par différents types de véhicules – Discuter de l'utilisation grandissante de l'automobile comme moyen de transport
Sécurité	– Réflexion sur la sécurité dans l'utilisation de divers moyens de transport	– S'informer sur les règles de sécurité à appliquer dans la conduite d'une motoneige, d'un véhicule tout-terrain, d'une bicyclette, etc. – Discuter de comportements à risque, telle l'utilisation du cellulaire au volant ou du casque d'écoute
Services et ressources	<ul style="list-style-type: none"> – Transports en commun (trajets, coûts, etc.) – Organismes de covoiturage – Code de la sécurité routière, etc. 	

<p>Stratégies cognitives</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Se représenter mentalement ou par écrit une tâche à faire – Faire appel à ses connaissances antérieures avant d’entreprendre une nouvelle tâche – Trouver les éléments déterminants dans une situation – Vérifier sa compréhension de la tâche <ul style="list-style-type: none"> • Poser des questions • Reformuler les directives • Prendre des notes lorsque des directives sont données – Prévoir les ressources nécessaires à la réalisation d’une tâche selon les exigences et le contexte – Anticiper les éléments problématiques
<p>Stratégies métacognitives</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Évaluer son fonctionnement en cours de travail et l’adéquation avec la demande – Réfléchir à ce qui a été appris – Se regarder travailler : la méthode, les techniques, l’équipement utilisé ainsi que les stratégies employées – Revenir sur ses façons d’agir – Se corriger en cours de travail, si nécessaire – Considérer différents moyens de s’améliorer – Se pencher sur ses attitudes et ses comportements, en évaluer les conséquences et apporter les ajustements nécessaires – Faire des liens entre les exigences de la tâche et ses ressources personnelles, ses centres d’intérêt et ses aptitudes
<p>Stratégies affectives</p>	<ul style="list-style-type: none"> – S’encourager – Prendre des risques – Se donner le temps d’apprendre et accepter que l’on puisse faire des erreurs – Se récompenser lorsqu’une partie de la tâche est terminée – Se donner des moyens de maîtriser son anxiété – Combattre les pensées trop négatives en les remplaçant par des pensées plus réalistes
<p>Stratégies de gestion des ressources</p>	<ul style="list-style-type: none"> – Consulter des organismes communautaires – Utiliser un modèle pour établir un plan ou un horaire de travail (gestion de temps) – Se donner des conditions de vie favorables à la participation sociale – Identifier les ressources disponibles (personnes, documents, sites Internet, etc.) – Demander de l’aide (enseignants, pairs, etc.) quand cela est nécessaire et déterminer les moments les plus appropriés pour le faire – Solliciter l’opinion des pairs, des parents, de l’enseignant ou d’une personne de confiance – Tirer profit de l’expérience des autres élèves

Bibliographie

- ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE SAINTE-THÉRÈSE. *Cahier-comptable pour budget familial*, Montréal, Étendard, [sans date], 68 p.
- BAROUGH, Nina. *Marcher pour être en forme*, Saint-Constant, Broquet, 2005, 160 p.
- BEAUREGARD, François J. *Votre argent, votre liberté*, Montréal, Transcontinental, 2002, 2^e éd., 341 p. (Collection Affaires).
- BÉDARD, André. *Guide québécois des finances personnelles*, Saint-Laurent, Trécaré, 1999, 248 p.
- BÉLIVEAU, Richard et Denis GINGRAS. *Les aliments contre le cancer : La prévention et le traitement du cancer par l'alimentation*, Outremont, Trécaré, 2005, 213 p.
- BUISE, Yolande. *Se nourrir pour être en forme : 500 conseils et 100 tableaux pour manger équilibré*, Outremont, Logiques, 2001, 282 p.
- CONSEIL SUPÉRIEUR DE L'ÉDUCATION. *Éduquer à la citoyenneté : Rapport annuel sur l'état et les besoins de l'éducation 1997-1998*, Sainte-Foy, Conseil supérieur de l'éducation, 1998, 110 p.
- DEMERS, Alain. *Plaisirs d'hiver pas chers*, Outremont, Trécaré, 1999, 163 p.
- EWLES, Linda et Ina SIMNETT. *Promoting Health: A Practical Guide*, London, Baillière Tindall, 5^e éd., 2003, 348 p.
- GAGNIER, Jean-Pierre et Richard LACHAPPELLE (dir.). *Pratiques émergentes en déficience intellectuelle*, Sainte-Foy, Presses de l'Université du Québec, 2003, 284 p. (Collection Pratiques et politiques sociales).
- GIRARD, Michel et Nathalie DION. *Vos finances personnelles : Guide 2001*, Montréal, La Presse, 2001, 8 fascicules.
- HAMEL, Marthe, Luc BLANCHET et Catherine MARTIN (dir.). *6 – 12 – 17 Nous serons bien mieux! Les déterminants de la santé et du bien-être des enfants d'âge scolaire*, Québec, Publications du Québec, 2001, 302 p.
- JODOIN, Jean-Pierre. « Règles de vie et coopération : Vers l'apprentissage de la citoyenneté scolaire », *Vie pédagogique*, n° 119, avril-mai 2001, p. 28-29.
- MARTIN, Catherine. « École en santé : Une approche prometteuse pour la réussite des jeunes », *Vie pédagogique*, n° 138, février-mars 2006, p. 31-32.
- MOORS, Bernard. *Les clés de la publicité aujourd'hui*, Paris, Maxima-Laurent du Mesnil, 2004, 206 p.
- OFFICE DE LA PROTECTION DU CONSOMMATEUR. GOUVERNEMENT DU QUÉBEC. www.opc.gouv.qc.ca
- OFFICE DES PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC. *La transition de l'école à la vie active*, Québec, Office des personnes handicapées, 2003, 43 p.
- PLAMONDON, Rolland et Pierre SAUVÉ. *La planification financière personnelle, une approche globale et intégrée*, Boucherville, Gaëtan Morin, 2002, 492 p.
- PROTÉGEZ-VOUS. *Finances personnelles 2007 : Bouclez vos finances en 5 étapes faciles*, Montréal, Éditions Protégez-vous, 64 p.
- QUÉBEC, MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION. *L'éducation à la sexualité dans le contexte de la réforme de l'éducation*, Québec, ministère de l'Éducation, 2003, 56 p.
- QUÉBEC, MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION, DU LOISIR ET DU SPORT, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX, INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE. *Guide à l'intention du milieu scolaire et de ses partenaires : Pour la réussite éducative, la santé et le bien-être des jeunes*, Québec, ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, 2005, 64 p.
- SANTÉ CANADA. *Bien manger avec le guide alimentaire canadien*, Ottawa, Santé Canada, 2007, 6 p.
http://www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index_f.html
- SOUMAILLE, Suzy. *J'ai envie de comprendre : La dépendance au tabac*, Genève, Médecine et Hygiène, 2003, 150 p. (Collection J'ai envie de comprendre).
- WOLFENBERGER, Wolf. *La valorisation des rôles sociaux : Introduction à un concept de référence pour l'organisation des services*, Genève, Deux continents, 1991, 107 p. (trad. A. Dupont, V. Keller-Revaz, J.-P. Nicoletti, L. Vaney).