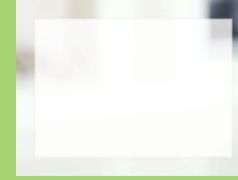


Pour aider son enfant à s'orienter

Reconnaître et écouter

Le rôle des parents dans
l'orientation de leurs enfants!

Document de préparation et
d'accompagnement pour les conseillers
et conseillères d'orientation



Chargée de projet

Mireille Moisan, c.o., Séminaire Sainte-Marie

Collaboratrices

- ▶ Nathalie Bussièrès, c.o. et son équipe
Cégep de Sainte-Foy
- ▶ Marguerite Fréchette, c.o.
Carrefour jeunesse-emploi de Shawinigan et pratique privée
- ▶ Isabelle Minville, c.o.
École secondaire Louis Jobin
- ▶ Micheline Trépanier, c.o.
Commission scolaire de l'Énergie et SARCA Mauricie
- ▶ Anik Béland, c.o. et Dominique Demers, c.o.
Commission scolaire des Portages-de-l'Outaouais

Une conférence conçue par :

Ordre des conseillers et conseillères d'orientation et des
psychoéducateurs et psychoéducatrices du Québec,
dans le cadre de la Semaine québécoise de l'orientation 2010

Objectif de la rencontre

- ▶ Le but de cette présentation n'est pas de faire des parents des spécialistes de l'orientation. Ils n'ont pas à porter ce poids sur leurs épaules.
- ▶ L'objectif est davantage de les aider à mieux comprendre ce que vivent leurs jeunes et de leur donner des outils pour être en mesure de mieux les accompagner dans leur développement personnel et identitaire.

Pour aider son enfant à s'orienter
Reconnaître et écouter

Mode d'emploi de la conférence

- ▶ La conférence peut être utilisée en entier ou par modules. Vous pouvez donc choisir les différentes parties qui vous intéressent davantage ou qui sont plus en lien avec le public que vous visez.
- ▶ Assurez-vous de n'utiliser que les diapositives pertinentes dans la présentation PowerPoint.
- ▶ Assurez-vous également de bien suivre les instructions sur les diapositives qui contiennent du texte en rouge. Ce texte ne doit pas demeurer sur la diapositive lors de la présentation.
- ▶ Sentez-vous très à l'aise d'adapter le contenu et la présentation.
- ▶ Si vous connaissez bien le logiciel PowerPoint, vous pouvez également modifier la présentation en ajoutant des effets d'animation.

Présentation des modules

- ▶ Le conseiller d'orientation : mythe et réalité
- ▶ Le jeune : son évolution, ses craintes
- ▶ Le parent : ses inquiétudes
- ▶ Mieux se connaître et mieux reconnaître
- ▶ L'information scolaire et professionnelle

MODULE 1

Le conseiller d'orientation



- Mythe ou réalité
- Le rôle du conseiller d'orientation
- L'orientation : un défi tout au long de la vie
- Les services offerts dans notre milieu

Le conseiller d'orientation

- ▶ L'orientAteur, l'orientAtrice, l'orienteur, l'orientrice, celui ou celle qui « passe des tests »...
 - ▶ L'orientation est souvent méconnue et mal perçue
 - ▶ Certains n'ont pas nécessairement de bons souvenirs de leur propre orientation professionnelle
 - ▶ Pour vous aider à mieux comprendre le rôle du conseiller d'orientation, défaisons quelques mythes concernant l'orientation et « l'orienteur » qui, parfois, en ont beaucoup sur les épaules

Le conseiller d'orientation

► **Mythe ou réalité?**

- « Le c.o. sait où mon jeune doit se diriger? »

Faux!

L'orientation est quelque chose de personnel.

- Un jeune doit apprendre à faire ses choix pour lui-même et par lui-même, c'est ce qui garantira sa motivation et donc la réussite de ses projets.
- Le conseiller d'orientation est un guide pour l'accompagner dans cette démarche.

Le conseiller d'orientation

► **Mythe ou réalité?**

- « Un jeune bien informé sur les métiers sait comment s'orienter? »

Faux!

L'orientation, ce n'est pas uniquement de l'information scolaire et professionnelle.

- L'orientation c'est avant tout, pour un adolescent, le fait de développer son identité, d'apprendre à connaître sa personnalité, ses goûts, ses centres d'intérêt et ses valeurs afin de pouvoir se situer dans le monde qui l'entoure.

Le conseiller d'orientation

► **Mythe ou réalité?**

- « L'orientation, ça regarde le c.o. uniquement, c'est un spécialiste qui est là pour ça? »

Faux!

L'orientation ça concerne tout le monde qui gravite autour du jeune.

- En tant que parent, vous le connaissez mieux que personne et, même s'il n'est pas toujours à l'écoute ou en accord avec vos idées, votre enfant appréciera votre intérêt envers son choix de carrière.

Le conseiller d'orientation

► **Mythe ou réalité?**

- « S'orienter au secondaire, c'est pour la vie? »

Faux!

En orientation, rien n'est jamais définitif.

- Se tromper d'orientation n'est pas aussi grave que cela le paraît. C'est un processus de maturation qui se construit dans le temps et qui est destiné à s'ajuster tout au long d'un parcours de vie.
- Les expériences personnelles et professionnelles enrichissent ce parcours.

Le conseiller d'orientation

► **Mythe ou réalité?**

- « Le c.o. n'a qu'à faire passer un test d'orientation à mon enfant? »

Faux!

Les tests d'orientation ne sont pas « magiques ».

- Ils servent à identifier les traits de personnalité, intérêts et valeurs du jeune qui, généralement, a de la difficulté à prendre conscience de qui il est et à parler de lui-même. Les résultats doivent être interprétés par des professionnels reconnus.
- Après cette prise de conscience s'ensuivent une exploration et une expérimentation du monde du travail.

Le conseiller d'orientation

- ▶ **Quel est le rôle du conseiller d'orientation?**
- ▶ « Les c.o., par leur expertise de la relation individu-travail-formation, visent le mieux-être personnel et professionnel en mobilisant le potentiel des personnes et en les aidant à prendre leur place dans la société tout au long de leur vie. »
- ▶ Dans le milieu scolaire, cela se traduit par l'accompagnement du jeune dans sa connaissance de soi, l'exploration concrète et active de l'information scolaire et professionnelle, la confirmation de son projet professionnel et sa réalisation.

Le conseiller d'orientation

- ▶ **L'orientation : un défi tout au long de la vie**
- ▶ L'orientation peut durer toute une vie. Enfant, elle commence lorsque nous prenons conscience de ce qui existe autour de nous.
- ▶ Adolescent, nos choix se basent sur nos expériences antérieures, sur nos réussites et nos échecs et sur le peu que nous connaissons du monde du travail.
- ▶ Adulte, les remises en question sont fréquentes. Ai-je fait le bon choix? Aurais-je été plus heureux dans autre chose? Ai-je suivi mon cœur ou ma raison?
- ▶ Retraité, que vais-je faire des 20-25 prochaines années?

Le conseiller d'orientation

► Les services offerts dans notre milieu

► Exemples

- Rencontres individuelles d'orientation dans le but de clarifier l'identité de l'élève afin de développer sa capacité à s'orienter et de réaliser ses projets de carrière
- Utilisation, au besoin, de tests psychométriques, pour évaluer les intérêts, les aptitudes et la personnalité
- Organisation d'activités d'orientation et d'information scolaire (colloque, journée carrière, élève d'un jour)
- Aide à l'admission aux études postsecondaires et information sur l'aide financière aux études, les échanges étudiants, la recherche d'emploi, etc.

MODULE 2

Le jeune



- ▶ Son évolution
- ▶ Ses craintes
- ▶ L'indécision
- ▶ Ses influences
- ▶ Ses motivations
- ▶ Quelques mythes

Le jeune : son évolution

► **L'enfance**

- Période plus « facile »
- Votre enfant vient vers vous à chaque nouvelle émotion
- Il vous dit tout : les conflits à l'école, les habitudes de ses professeurs, ses questions existentielles
- Il vous écoute religieusement lui dire comment les choses de la vie se déroulent
- Jamais votre parole n'est mise en doute!
 - www.servicevie.com

Le jeune : son évolution

► **L'adolescence**

- Une période caractérisée par :
 - des changements physiologiques et psychologiques importants;
 - un processus de maturation qui diffère d'un jeune à l'autre;
 - des modifications importantes en ce qui a trait à l'identité, l'image de soi et l'estime de soi;
 - des changements dans les relations interpersonnelles;
 - l'apprentissage de nouveaux rôles socioculturels, etc.
- Ce ne sont pas tous les jeunes qui traversent cette période avec la même intensité (crise d'adolescence).

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 de finissant, la job d'été, la future voiture, les études postsecondaires...
- Votre jeune a changé, il devient 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 fonder une famille, fréquenter un cercle d'amis, exceller dans un sport, relever de nouveaux défis, rire, s'amuser, s'actualiser dans son travail, faire des choix de vie selon ses valeurs, etc.
 - ▶ www.usherbrooke.ca/vie-etudiante/psychologie/chroniques-de-psychologie

Le jeune : son évolution

- ▶ Tout cela peut être très satisfaisant et donner l'impression fort agréable de l'accomplissement.
- ▶ **MAIS**
- ▶ Toutes ces belles choses peuvent également peser très lourd sur les épaules d'un jeune qui a l'impression de devoir faire des choix qui auront une incidence majeure sur le cours de sa vie.

Le jeune : son évolution

- ▶ « *Devenir adulte (...) C'est apprendre à vivre dans le doute et l'incertitude.* Hubert Reeves
- ▶ C'est un processus complexe où le jeune doit quitter le monde sécuritaire de l'enfance pour assumer les conséquences de décisions importantes du monde adulte.

Le jeune : ses craintes

- ▶ Les jeunes ne verbalisent pas toujours leurs craintes, mais en général voici ce qu'ils arrivent à nous dire
 - ▶ « *Je choisis pour la vie... »*
 - ▶ « *J'ai peur de ne pouvoir réaliser mes rêves. »*
 - ▶ « *J'ai peur de faire un mauvais choix. »*
 - ▶ « *Il y a trop de choix et je ne me connais pas. »*
 - ▶ « *J'ai peur de parler à mes parents de ce que je vis, de mes choix, etc. Seront-ils en accord? Vont-ils m'encourager? »*
 - ▶ « *Je manque de temps pour découvrir ma vraie passion. »*

Le jeune : ses craintes

- ▶ « *J'ai peur de m'éloigner de mes amis, de mes proches, etc. »*
- ▶ « *J'ai peur de ne pas être admis dans le programme de mon choix. »*
- ▶ « *Vais-je obtenir les notes requises pour mon programme? »*
- ▶ Le stress du 1^{er} mars
- ▶ Beaucoup de décisions à prendre en peu de temps

Le jeune et l'indécision

- ▶ Ce qu'il explore : une multitude d'informations scolaire et professionnelle
 - ▶ Plus de 4000 formations scolaires et 1300 métiers
 - ▶ De la formation professionnelle, technique, universitaire, continue, spécialisée, semi-spécialisée
 - ▶ Des DEP, DEC, BACC, AEC, AFP, certificats, programmes courts, etc.
 - ▶ Le SRAM, SRACQ, SRASL, SRAFP, etc.
 - ▶ Difficile de s'y retrouver et ça mène parfois les jeunes à l'indécision

Le jeune et l'indécision*

- ▶ L'indécision vocationnelle est le lot d'une majorité d'étudiants
 - ▶ Une information indéchiffrable (d'innombrables niveaux d'études, système scolaire complexe)
 - ▶ La peur de se tromper (faire le choix « parfait », devoir renoncer à certaines possibilités)
 - ▶ La multitude de choix possibles
 - ▶ La mouvance des renseignements (taux de placement, professions d'avenir)
 - ▶ L'importance des enjeux (impact sur la vie du jeune)
 - ▶ L'influence de l'entourage

* Tiré de: Falardeau, I. et R. Roy, *S'orienter malgré l'indécision : à l'usage des étudiants indécis et de leurs parents déboussolés*, Septembre éditeur, 1999, 134 pages.

Le jeune et l'indécision*

► Quatre peurs

- Peur de l'erreur
- Peur de l'échec
- Peur de l'inconnu
- Peur de la désapprobation

► Quatre manques

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

* Tiré de: Isabelle Falardeau, *Sortir de l'indécision*, Septembre éditeur, 2007, 155 pages.

Le jeune : ses influences

- ▶ Beaucoup de personnes influencent le choix de carrière d'un jeune
 - ▶ Les parents : source importante d'influence, votre opinion compte beaucoup
 - ▶ La famille : tout le monde a son opinion et demande constamment « Qu'est ce que tu vas faire plus tard »
 - ▶ Les amis : ce qu'ils pensent a beaucoup d'importance
 - ▶ Les professeurs : ils connaissent leurs forces et faiblesses
 - ▶ Le professionnel de l'orientation et de l'information scolaire : un important accompagnateur

Le jeune : ses influences

- ▶ Le choc des cultures et des valeurs
 - ▶ Lorsque la culture et les valeurs de la famille ne correspondent pas à la culture québécoise actuelle, le jeune peut se retrouver dans une situation délicate et conflictuelle.

Le jeune : ses motivations

- ▶ Voici ce que le jeune nous dit sur ses principales motivations concernant l'avenir
 - ▶ « *Je veux faire ce que j'aime, m'accomplir professionnellement.* »
 - ▶ « *Je veux vivre aisément, ne pas trop m'endetter.* »
 - ▶ « *Je veux avoir des enfants.* »
 - ▶ « *Je veux concilier travail et famille.* »
 - ▶ « *Je veux avoir du temps pour vivre.* »
 - ▶ « *J'ai envie d'occuper une profession reconnue.* »

Le jeune : ses motivations

- ▶ Ceci peut paraître idéaliste et ne concorde pas toujours avec ce que les parents pensent ou aimeraient pour leurs enfants.
- ▶ Le parent désire ce qu'il y a de mieux pour son jeune et n'a pas conscience que ses propres peurs, ses expériences influencent beaucoup sa façon de l'accompagner (ou non) dans son processus d'orientation.
 - ▶ Voyons certains mythes à ce sujet.

Le jeune : quelques mythes*

- ▶ « *Mon ado doit choisir un domaine où il y a de l'emploi.* »
 - ▶ Les professions se modifient, les taux de placement varient, les professions d'avenir se succèdent, les technologies changent constamment.
 - ▶ L'état du monde professionnel est en perpétuel mouvement et aucun choix n'est garanti.
 - ▶ Un jeune sera difficilement enthousiasmé par une profession choisie de manière très rationnelle, sur la base de son taux de placement ou de son salaire.

* Tiré de: Falardeau, I. et M. Guénette. *Comment aider vos jeunes explorateurs à s'orienter dans leur vie*, Septembre éditeur, 2003, 31 pages.

Le jeune : quelques mythes

- ▶ « *Mon ado peut accomplir ce que je n'ai pas pu faire.* »
 - ▶ Bien des parents aimeraient que leur enfant réalise un rêve qui n'est pas nécessairement le leur. Il est bien d'en parler, mais ne lui demandez pas de calquer ses désirs sur les vôtres
 - ▶ Il arrive que les jeunes, par peur de déplaire, se sentent contraints de suivre la route indiquée par leur parent.
 - ▶ Il est humain de transposer sur son jeune des aspirations qui nous appartiennent, cependant, chaque être est unique et doit faire lui-même ses propres choix.

Le jeune : quelques mythes

- ▶ « *Mon ado ne doit pas se tromper.* »
 - ▶ Le choix parfait n'existe pas. Pour apprendre à se connaître, il arrive qu'un jeune doive explorer plusieurs parcours. La structure de notre système scolaire permet les cheminements variés.
 - ▶ Dans notre société actuelle, une personne change de professions ou d'environnement de travail plusieurs fois au cours d'une vie.
 - ▶ Ces expériences sont enrichissantes et bienfaitantes.

Le jeune : quelques mythes

- ▶ « *Les jeunes sont incapables de se décider.* »
 - ▶ Votre jeune est responsable de son choix de carrière et il doit s'investir dans la réflexion qui le mènera à une décision.
 - ▶ Les jeunes ont beaucoup de décisions à prendre et les assument, en général, assez bien.
 - ▶ En étant à l'écoute et en les supportant dans leur processus décisionnel, ils sauront vous surprendre par leur responsabilisation envers leurs choix.

Le jeune : quelques mythes

- ▶ « *Mon enfant ignore ce qui est bon pour lui.* »
 - ▶ Avec du support et un encadrement approprié, votre jeune apprendra à mieux connaître ses intérêts, valeurs et aptitudes, et à les transposer dans un métier ou une profession.
 - ▶ Il faut leur faire confiance.
 - ▶ Les professionnels de l'orientation sont des ressources importantes pour les accompagner - et vous accompagner - dans cette démarche.

Le jeune : quelques mythes

- ▶ « *Je le connais, ce n'est pas pour lui, il devrait...* »
 - ▶ Les parents connaissent bien leur jeune et ont souvent une bonne idée de ce qu'il aimerait faire. Cependant, dire à son jeune que son choix n'est pas le bon risque de nuire à votre relation et avoir l'effet contraire.
 - ▶ Vous pouvez faire des suggestions, mais ne porter pas de jugement négatif sur ses idées. Ces dernières risquent, de toute façon, de changer.
 - ▶ Le jeune doit faire ses propres expériences et apprendre de lui-même ce qui est bon pour lui.

Le jeune : quelques mythes

- ▶ « *Il serait capable de faire médecine s'il le voulait.* »
 - ▶ Beaucoup de parents ont des rêves pour leurs enfants, dont celui de réussir dans des domaines prestigieux ou avec des salaires qui assureraient leur avenir.
 - ▶ Ces rêves ne tiennent pas toujours compte des réelles aspirations du jeune.
 - ▶ Il est important également de prendre en considération leurs aptitudes dans leur choix de carrière. Un jeune peut éprouver des difficultés en sciences pures, mais exceller en sciences humaines.

MODULE 3

Le parent



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

Le parent : ses inquiétudes*

- ▶ L'orientation scolaire et professionnelle de votre enfant vous inquiète-t-elle?

- ▶ **35,78 % des parents ont répondu « oui »**

- ▶ **40,04 % ont répondu « un peu »**

} *Plus de 75 % se disent inquiets*

- ▶ **Seulement 20,7 % ont répondu « non »**

- ▶ **3,48 % ont répondu « pas du tout »**

} *Moins de 25 % ne se sentent pas préoccupés*

* Sondage réalisé en juin 2010 auprès des membres de la Fédération des comités de parents du Québec.

Le parent : ses inquiétudes*

- Si l'avenir de votre enfant vous inquiète, lequel de ces énoncés reflète le mieux votre situation?

Mon enfant n'a aucune idée de ce qu'il veut faire plus tard	25,53 %
Mon enfant a de la difficulté à faire des choix	22,24 %
Mon enfant n'est pas motivé et j'ai peur qu'il décroche	11,22 %
J'ai l'impression que mon enfant ne fait pas le bon choix	3,68 %
Ne s'applique pas	37,14 %

* Sondage réalisé en juin 2010 auprès des membres de la Fédération des comités de parents du Québec.

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 ».**
 - ▶ Tentons de répondre à ces inquiétudes.

* Sondage réalisé en juin 2010 auprès des membres de la Fédération des comités de parents du Québec.

Le parent : ses inquiétudes

- ▶ « *Où puis-je trouver de l'aide pour accompagner mon jeune dans son processus d'orientation?* »
 - ▶ Dans chaque institution se trouve un conseiller d'orientation qui peut répondre à vos questions et vous guider dans le processus de votre jeune.
 - ▶ L'Ordre des conseillers et conseillères d'orientation (www.orientation.qc.ca) peut vous aider à trouver un professionnel en pratique privée.
 - ▶ Les carrefours jeunesse-emploi peuvent accompagner les jeunes et leurs parents.

Le parent : ses inquiétudes

- ▶ « *Mon jeune doit choisir pour la vie.* »
 - ▶ Pour un jeune et ses parents, le fait de croire qu'il « choisit pour la vie » est une grande source d'anxiété et est totalement erroné.
 - ▶ Tant au cégep, à l'université qu'au travail, il faut choisir entre différentes spécialités ou perfectionnements. Il faut accepter ces expériences.
 - ▶ Il y aura toujours des choix à faire et rarement de réponses claires.

Le parent : ses inquiétudes

- ▶ « *Mon enfant doit absolument choisir les sciences au secondaire ou les sciences de la nature au cégep pour lui ouvrir toutes les portes. »*
 - ▶ Il est vrai que les sciences ouvrent plusieurs « portes », mais ouvrent-elles les bonnes portes pour votre jeune?
 - ▶ Il existe beaucoup de secteurs qui n'exigent pas les sciences : la formation professionnelle, les sciences et techniques humaines, les sciences et techniques administratives, etc.
 - ▶ Choisir les sciences de la nature exige un intérêt prononcé pour la chimie, la physique et la biologie, sinon les résultats scolaires en souffrent et les notes baissent drastiquement, sans parler de la motivation.

Le parent : ses inquiétudes

- ▶ « *Je ne suis pas d'accord avec les choix de mon jeune.* »
 - ▶ Vous avez le droit de ne pas être en accord avec les choix de votre jeune qui peuvent être parfois farfelus ou irréalistes à vos yeux.
 - ▶ Sans le décourager, vous pouvez chercher à savoir ce qui l'attire dans ce choix et l'encourager à explorer dans des secteurs connexes ou totalement opposés, ceci sans délaissier son idée de départ.
 - ▶ Juste « pour voir »...

Le parent : ses inquiétudes

- ▶ « *La formation professionnelle n'est pas une voie d'avenir.* »
 - ▶ Auparavant, la formation professionnelle avait une connotation négative pour plusieurs.
 - ▶ Aujourd'hui, les diplômés de la FP réussissent à décrocher des emplois valorisants, gratifiants et payants. Certains se retrouvent même à la tête d'entreprises ou dans des postes cadres.
 - ▶ La formation professionnelle est une formation de qualité, variée et riche en expérience pratique.

Le parent : ses inquiétudes

- ▶ « *Comment aider mon enfant à faire des liens entre ses caractéristiques et les professions?* »
 - ▶ Voilà une étape importante et exigeante.
 - ▶ Vous pouvez débiter par l'exploration des divers secteurs d'activité, comme la santé, l'administration ou les communications.
 - ▶ Ensuite, vous pouvez approfondir vos connaissances au sujet des secteurs qui l'intéressent le plus. S'il est attiré par le domaine de la santé, par exemple, lisez sur l'inhalothérapie, les soins infirmiers ou l'ergothérapie.

Le parent : ses inquiétudes

- ▶ « *Que faire si mon enfant ne semble avoir aucun projet de carrière?* »
 - ▶ Il n'y a pas de recette miracle. Votre enfant a besoin de vivre des expériences à partir desquelles il pourra découvrir ses centres d'intérêt, ses aptitudes et ses traits de personnalité distinctifs.
 - ▶ Il doit aussi découvrir ses talents particuliers, le type de tâches qui l'inspirent et les gens avec lesquels il a des affinités.

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 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, que ce soit à la radio étudiante, au journal de l'école;
 - ▶ se rendre aux « portes ouvertes » ou « journées carrières » des établissements d'enseignement;
 - ▶ Rencontrer son conseiller d'orientation.

Le parent

► Annexe A / Activité

► Les oiseaux indécis, reconnaissez-vous votre jeune?

► Activité à faire en sous-groupe

► 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 enfant à s'orienter?

L'inciter à faire les choix que j'estime les meilleurs pour son avenir	1,16 %
Éviter de l'influencer dans ses choix	4,45 %
Lui fournir le maximum d'information sur les métiers et professions	35,2 %
Reconnaître ses capacités et ses goûts et les lui exprimer	59,19 %

*Sondage réalisé en juin 2010 auprès des membres de la Fédération des comités de parents du Québec.

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.
 - ▶ Voyons concrètement ce que tout ça veut dire.

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 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;
 - 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 consultation 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 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 brillante idée? »* »

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?* »
 - « *WOW! Tu as bien réagi lorsque...* »
- C'est que l'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.
- Il sera toujours temps au cours de son cheminement scolaire d'apporter des changements.
- Vous devez vous montrer patient 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 les réussites dont tu es le plus fier? Pourquoi? »* »
- 2) Ne riez pas de ses 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.

* Tiré de: Falardeau, I. et M. Guénette. *Comment aider vos jeunes explorateurs à s'orienter dans leur vie*, Septembre éditeur, 2003, 31 pages.

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

- ▶ « *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? »*

* Tiré de: Falardeau, I. et M. Guénette. *Comment aider vos jeunes explorateurs à s'orienter dans leur vie*, Septembre éditeur, 2003, 31 pages.

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? »*
- ▶ Essayez de lui présenter une image motivante et réaliste du monde du travail.

* Tiré de: Falardeau, I. et M. Guénette. *Comment aider vos jeunes explorateurs à s'orienter dans leur vie*, Septembre éditeur, 2003, 31 pages.

Le parent : pistes de réflexion

► Annexe B / Activité

► Votre degré d'implication en tant que parent

- Exercice vous permettant de voir si votre implication actuelle favorise la connaissance de soi chez votre enfant et de vous réajuster au besoin
- Référence : *Mon enfant, son avenir*. Partenaires de la réussite éducative des jeunes dans les Laurentides (PREL)

Le parent : accompagnement

- ▶ Comment accompagner son enfant?
- ▶ Vous pouvez jouer un rôle de bien des façons pour accompagner votre jeune dans son orientation.
 - ▶ Accompagner à la maison
 - ▶ Accompagner dans le milieu scolaire
 - ▶ Accompagner dans la communauté
 - ▶ Voyons comment ceci se traduit.

Le parent : accompagnement

► **Accompagner à la maison**

► Quelques trucs...

- 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

Le parent : accompagnement

► **Accompagner dans le milieu scolaire**

► Quelques trucs...

- Contacter l'enseignant du Projet personnel d'orientation (PPO) ou le conseiller d'orientation
- Consulter le site Internet de votre école ou commission scolaire
- Offrir votre temps pour parler de votre métier/profession lors d'une journée thématique
- Devenir accompagnateur lors d'une sortie orientante

Le parent : accompagnement

► **Accompagner dans la communauté**

► Quelques trucs...

- Organiser une visite dans votre milieu de travail ou celui de vos proches
- 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, tenir des conférences, etc.

MODULE 4

Mieux se connaître et mieux reconnaître



- ▶ Favoriser la connaissance de soi
- ▶ Les composantes de la connaissance de soi

Mieux se connaître et mieux reconnaître

- ▶ Comment favoriser la connaissance 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!

Mieux se connaître et mieux 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 passes temps;
 - ses matières préférées à l'école;
 - votre support et vos encouragements.

Mieux se connaître et mieux reconnaître

► **Les composantes de la connaissance de soi**

- Pour vous aider, voyons ce que sont les composantes de la connaissance de soi.
 - La connaissance de soi est à la base de la démarche du choix professionnel.
 - Bien se connaître permet de considérer tous les aspects de sa personne lorsque vient le temps de faire les meilleurs choix possibles.
 - Les composantes de la connaissance de soi sont les traits de personnalité, les intérêts, les aptitudes et les valeurs.

Mieux se connaître et mieux reconnaître

- ▶ **Pistes de réflexion**

- ▶ Annexe C / Activité

- ▶ Portrait de votre jeune

- ▶ Activité vous permettant de découvrir « un peu plus » qui est votre jeune.
 - ▶ Complétez les feuilles à l'aide de la théorie présentée dans les quatre prochaines diapositives.
 - ▶ Référence : *Mon enfant, son avenir*. Partenaires de la réussite éducative des jeunes dans les Laurentides (PREL)

Mieux se connaître et mieux reconnaître

- ▶ Portrait de votre jeune, partie I
 - ▶ Voici quelques questions qui vous aideront à mieux cerner votre jeune et ses aspirations.
 - ▶ Vous n'aurez peut-être pas réponse à tout, mais celles que vous donnerez vous guideront dans cette belle aventure qu'est la connaissance de soi de votre jeune.
 - ▶ Vous avez quelques minutes...

Mieux se connaître et mieux reconnaître

► Qu'est-ce qu'un trait de personnalité?

- C'est ce qui décrit la façon d'être d'une personne. Ce sont ses qualités, ses attitudes, son caractère.

► Quelques exemples

✓ Dévoué

✓ Optimiste

✓ Objectif

✓ Minutieux

✓ Audacieux

✓ Expressif

✓ Concret

✓ Ordonné

✓ Logique

✓ Intuitif

✓ Franc

✓ Critique

✓ Sociable

✓ Original

✓ Leader

Mieux se connaître et mieux reconnaître

► Qu'est-ce qu'un intérêt?

- C'est l'attraction ressentie pour quelque chose, le plaisir éprouvé à faire certaines activités.

► Quelques exemples

- | | | |
|------------------|--------------------------|------------------|
| ✓ Travail manuel | ✓ Mathématiques | ✓ Animaux |
| ✓ Sports | ✓ Arts et musique | ✓ Contact humain |
| ✓ Sciences | ✓ Affaires | ✓ Histoire |
| ✓ Plein air | ✓ Résolution de problème | ✓ Littérature |
| ✓ Informatique | ✓ Géographie | ✓ Langues |

Mieux se connaître et mieux reconnaître

► Qu'est-ce qu'une aptitude?

- C'est ce qui fait qu'une personne est habile à faire quelque chose, qu'elle est capable de réaliser une tâche.

► Quelques exemples

- ✓ Exprimer ses idées
- ✓ Lire des plans
- ✓ Influencer, convaincre
- ✓ Décorer
- ✓ Diriger, organiser
- ✓ Travailler avec méthode
- ✓ Aider les autres
- ✓ Manipuler et réparer des objets divers
- ✓ Utiliser des logiciels informatiques
- ✓ Travailler avec les chiffres
- ✓ Résoudre des conflits
- ✓ Jouer d'un instrument de musique
- ✓ Écrire des textes variés
- ✓ Habile dans les sports

Mieux se connaître et mieux reconnaître

► Qu'est-ce qu'une valeur?

- C'est ce qu'une personne croit important et essentiel dans sa vie quotidienne. Ce sont les règles, les principes de vie qui influencent ses décisions.

► Quelques exemples

- | | |
|--|-----------------------------------|
| ✓ Reconnaissance (être admiré, respecté) | ✓ Honnêteté (être franc, sincère) |
| ✓ Réalisation (atteindre ses buts) | ✓ Argent, pouvoir (revenu élevé) |
| ✓ Justice (égalité pour tous) | ✓ Activité physique (bouger) |
| ✓ Santé physique (s'en préoccuper) | ✓ Connaissance (culture élargie) |
| ✓ Respect (de soi, des autres) | ✓ Famille (importance des liens) |
| ✓ Ambition (travailler pour réussir) | ✓ Amour, amitié (réseau social) |

Mieux se connaître et mieux reconnaître*

- Quelle est la valeur la plus importante pour vous parmi celles-ci?

Poursuite de la tradition familiale (agriculteur, commerce familial, etc.)	0,39 %
Richesse	0,19 %
Sécurité d'emploi	6,58 %
Réussite sociale	10,25 %
Accomplissement	82,59 %

*Sondage réalisé en juin 2010 auprès des membres de la Fédération des comités de parents du Québec.

Mieux se connaître et mieux reconnaître

- ▶ Une majorité de parents considère l'accomplissement comme étant une valeur très importante dans le choix de carrière.
- ▶ Mais qu'est-ce que l'accomplissement?
 - ▶ Le Petit Larousse définit le verbe *s'accomplir* comme étant l'action de « trouver sa réalisation (...); trouver son plein épanouissement dans quelque chose, se réaliser (...) »
- ▶ Pour que votre jeune s'accomplisse, il doit lui-même trouver ses propres aspirations et buts professionnels. Le plus difficile est sans doute de le laisser aller dans cette démarche très personnelle, de simplement le guider sans imposer vos idées.

Mieux se connaître et mieux reconnaître

- ▶ Vous l'avez compris, vous avez un rôle important à jouer, et ce n'est pas compliqué. Vous n'avez pas à :
 - ▶ tout connaître sur le marché du travail, seulement favoriser les expériences de son enfant;
 - ▶ être un expert en orientation, seulement lui refléter ses bons coups, l'aider à prendre conscience de qui 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 expérience personnelle, il vaut mieux explorer et s'informer avec le jeune.

MODULE 5

Information scolaire et professionnelle



- ▶ Diplôme d'études secondaires
- ▶ Formation professionnelle
- ▶ Formation technique et pré-universitaire
- ▶ Formation universitaire
- ▶ Les passerelles

Information scolaire et professionnelle

► **Le diplôme d'études secondaires**

- Depuis le 1^{er} mai 2010, l'élève doit avoir accumulé au moins 54 unités de la 4^e ou 5^e secondaire, dont au moins 20 unités de la 5^e sec. et les unités suivantes :
 - 6 unités de langue d'enseignement de la 5^e secondaire
 - 4 unités de langue seconde
 - 4 unités de mathématique de la 4^e secondaire
 - 4 unités de science et technologie ou 6 d'applications technologiques et scientifiques de la 4^e secondaire
 - 4 unités d'histoire et éducation à la citoyenneté de la 4^e secondaire
 - 2 unités d'arts de la 4^e secondaire
 - 2 unités d'éthique et culture religieuse ou d'éducation physique et de la santé de la 5^e secondaire

Information scolaire et professionnelle

- ▶ Le jeune du secondaire est confronté rapidement à plusieurs choix :
 - ▶ choix de parcours;
 - ▶ choix de séquence en mathématiques;
 - ▶ choix de séquence en sciences;
 - ▶ choix de la formation générale ou de la formation professionnelle.

Information scolaire et professionnelle

► **La formation professionnelle (DEP-ASP)**

- forme les jeunes en fonction des exigences du marché du travail;
- favorise l'acquisition de compétences par des stages en milieu de travail;
- mène à des salaires compétitifs et à des conditions de travail intéressantes;
- est une porte d'entrée pour poursuivre des études supérieures, si l'élève le désire;
- sa durée varie de 600 à 1 800 heures (6 mois à 2 ans);
- l'élève reçoit des cours de formation professionnelle seulement (pas d'anglais, français, éducation physique);

Information scolaire et professionnelle

► **La formation professionnelle (suite)**

- la formation professionnelle regroupe des programmes d'études dont l'exercice fait appel au raisonnement, à des connaissances théoriques et à des habiletés manuelles;
- toutefois, en dehors de l'horaire régulier de son programme, l'élève qui le désire peut suivre des cours de formation générale en vue de l'obtention d'un diplôme d'études secondaires (DES).
- La formation professionnelle présente beaucoup d'avantages.
 - Pourtant, nombreux sont les parents qui entretiennent encore des préjugés négatifs à l'égard de ces formations.

Information scolaire et professionnelle

► **La formation technique et pré-universitaire**

- Au collégial deux catégories de programmes conduisent au diplôme d'études collégiales.
 - La formation technique comprend de la formation générale et spécifique au programme (par exemple, technologie du génie civil) et prépare les élèves au marché du travail (en général, en 3 ans).
 - La formation pré-universitaire comprend surtout de la formation générale (par exemple, sciences humaines) et prépare les élèves à l'université (en général, en 2 ans).
- La formation collégiale comprend 115 programmes de formation technique.

Information scolaire et professionnelle

► Les secteurs de la formation professionnelle et technique

Administration, commerce et informatique	Cuir, textile et habillement	Métallurgie
Agriculture et pêche	Électrotechnique	Mines et travaux de chantier
Alimentation et tourisme	Entretien d'équipement motorisé	Santé
Arts	Environnement et aménagement du territoire	Services sociaux, éducatifs et juridiques
Bâtiment et travaux publics	Fabrication mécanique	Soins esthétiques
Bois et matériaux connexes	Foresterie et papier	Transport
Communication et documentation	Mécanique d'entretien	

Information scolaire et professionnelle

- ▶ La mystérieuse « cote R »
- ▶ La cote R est en fait la cote CRC, c'est-à-dire la cote de rendement au collégial
 - ▶ Pour chaque cours suivi, elle combine deux informations :
 - ▶ un indicateur de la position de l'élève en fonction de la note obtenue dans son groupe (cote Z);
 - ▶ un indicateur de la force relative de ce groupe (IFG).
 - ▶ Les études collégiales doivent être prises au sérieux dès la première session, car le dossier scolaire sera évalué selon cette cote R. Cette méthode d'évaluation est utilisée par la majorité des universités québécoises afin de gérer l'admission dans certains programmes (ex. médecine).

Information scolaire et professionnelle

- ▶ **La formation universitaire (1^{er}, 2^e et 3^e cycles)**
- ▶ L'enseignement universitaire est divisé en 3 cycles d'études, 30 crédits équivalant à une année d'études :
 - ▶ le 1^{er} cycle conduit à une attestation d'études, un certificat (de 30 crédits), un diplôme (de 30 à 60 crédits) ou un baccalauréat (de 90 à 120 crédits);
 - ▶ le 2^e cycle conduit à un certificat (de 30 crédits), une maîtrise (de 45 à 60 crédits) ou un diplôme (de 30 à 60 crédits);
 - ▶ le 3^e cycle conduit au doctorat dont le nombre de crédits (de 90 à 120) est réparti sur plusieurs trimestres d'études.

Information scolaire et professionnelle

- ▶ Les grands secteurs de la formation universitaire
 - ▶ Les sciences de l'administration (sciences comptables, administration des affaires, ressources humaines, finance)
 - ▶ Les sciences pures (génie civile, chimie, physique, biologie)
 - ▶ Les arts, lettres et langues (traduction, arts plastiques, langue seconde)
 - ▶ Les sciences humaines (enseignement, orthopédagogie, psychoéducation, psychologie)
 - ▶ Les sciences de la santé (médecine, orthophonie, audiologie, physiothérapie)

Information scolaire et professionnelle

► **Les passerelles DEP-DEC**

- Le DEP-DEC est une passerelle qui permet de reconnaître au collégial des compétences acquises dans le cadre de la formation professionnelle.
- Une trentaine de diplômes d'études professionnelles (DEP) donnent accès à environ 25 diplômes d'études collégiales (DEC) sous la formule DEP-DEC
- Par exemple, les titulaires du DEP Secrétariat peuvent s'inscrire au DEC Techniques de bureautique tandis que les diplômés du DEP Techniques d'usinage ont accès au DEC Techniques de génie mécanique

Information scolaire et professionnelle

- ▶ La formule DEC/BAC
 - ▶ La formule DEC/BAC résulte d'une entente entre une université et un cégep (visitez leur site Internet)
 - ▶ L'université reconnaît des acquis du programme du collégial pour l'équivalent d'une année d'étude universitaire et dans certains cas d'une année d'études collégiales
 - ▶ Cela permet d'obtenir, généralement en quatre ou cinq années d'études, une double diplomation (par exemple, le DEC/BAC en comptabilité résulte de la combinaison entre la technique de comptabilité et gestion et le BAC en comptabilité)

Information scolaire et professionnelle

- ▶ Les secteurs d'activités et les types de formation
 - ▶ Il est essentiel d'explorer afin de trouver les programmes susceptibles de convenir à votre enfant.
 - ▶ Il est aussi important de considérer ses résultats scolaires, son niveau de motivation, de même que les exigences liées aux programmes.
 - ▶ Certains programmes sont contingentés, ce qui signifie que les places sont limitées et accordées aux élèves ayant le meilleur dossier scolaire.

Information scolaire et professionnelle

- ▶ Quelques sites Internet pour vous aider
 - ▶ monemploi.com
 - ▶ imt.emploi Quebec.net
 - ▶ toutpoureussir.com
 - ▶ SRAM, SRACQ, SRASL, SRAFP
 - ▶ inforoutefpt.org
 - ▶ avenirensante.com
 - ▶ reperes.qc.ca (abonnement requis)

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

Références et sources d'inspiration

- ▶ *Info-orientation pour les parents*, Présentation de Dominique Demers, c.o., CSPO
- ▶ Jobboom.com
- ▶ Monemploi.com
- ▶ Optioncarriere.qc.ca
- ▶ Servicevie.com
- ▶ www.usherbrooke.ca/vie-etudiante/psychologie/chroniques-de-psychologie