

DIRECTION
GÉNÉRALE DE
L'ÉDUCATION
DES ADULTES

**PROGRAMMES DES
VOLETS 1 – 2 – 3 – 4 – 5**

**DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL
ET SOCIAL**

**ÉDITION
PRÉLIMINAIRE**

040300
2887001

Québec 

**PROGRAMMES DES
VOLETS 1 – 2 – 3 – 4 – 5**

**DÉVELOPPEMENT
PERSONNEL
ET SOCIAL**

**ÉDITION
PRÉLIMINAIRE**

ISBN: 2-550-13803-1
© Gouvernement du Québec
Ministère de l'Éducation, 1987
Tous droits réservés

020350
2587001

Dépôt légal
Troisième trimestre – 1987

Direction générale de l'éducation des adultes

Conception et rédaction, volet 2:

Mme Catherine Gobeil
Commission scolaire Ste-Croix

Ressources de la commission scolaire,
volet 2:

Mme Nicole Crégheur-Mercier,
secrétariat
Mme Louise Gagnon-Lefebvre,
secrétariat
M. Wojtek Winnicki, encadrement
Commission scolaire Ste-Croix

Conception et rédaction, volet 3:

Mme Catherine Gobeil
Commission scolaire Ste-Croix

Ressources de la commission scolaire,
volet 3:

Mme Nicole Crégheur-Mercier,
secrétariat
Mme Louise Gagnon-Lefebvre,
secrétariat
M. Wojtek Winnicki, encadrement
Commission scolaire Ste-Croix

Conception et rédaction, volet 4:

M. Christian Asselin
M. Jacques Groleau
Commission scolaire régionale
Tardivel

Ressources de la commission scolaire,
volet 4:

Mme Line Leclerc, secrétariat
M. Michel Matte, encadrement
Commission scolaire régionale
Tardivel

Conception et rédaction, volet 5:

Mme Geneviève Bachand-Laperlier
Mme Marie-Paule Désaulniers-
Vaillancourt
Commission scolaire Ste-Croix

Ressources de la commission scolaire,
volet 5:

Mme Nicole Crégheur-Mercier,
secrétariat
Mme Louise Gagnon-Lefebvre,
secrétariat
M. Wojtek Winnicki, encadrement
Commission scolaire Ste-Croix

Conception et rédaction de la première
heure:

Commission scolaire régionale
Blainville-Deux-Montagnes
Commission des écoles catholiques
de Québec
Commission scolaire Lac Témiscamingue
Commission scolaire régionale
Lapointe/Lac St-Jean
Commission scolaire Ste-Croix
Commission scolaire régionale
Tardivel
Commission scolaire Victoriaville

Ainsi que les différentes commissions scolaires de la province qui ont siégé aux comités de consultation.



M. Marc Goulet
Coordonnateur des programmes
Direction générale de l'éducation
des adultes

INTRODUCTION ET REMERCIEMENTS

Le Ministère de l'éducation, et plus particulièrement la Direction générale de l'éducation des adultes, est heureux de vous présenter les nouveaux programmes de cours du programme Développement Personnel et Social, en édition préliminaire.

Cette réalisation s'est effectuée sur une période de deux ans, grâce au travail, à la collaboration et à l'intérêt pour l'éducation des adultes de différentes personnes et de diverses instances concernées par la question.

Ainsi, nous voulons remercier les personnes et commissions scolaires suivantes pour leur participation aux multiples étapes de l'élaboration de ce programme.

Personnel de la Direction
générale de l'éducation des adultes:

M. Jean-Guy Godbout
M. Jacques Blouin
M. Michel Doré
M. André Beaudet
M. Lino Mastroiani
M. Louis Côté

Gérance de production:

Mme Louise Giguère (1985-1986)
Mme Maryse Paré (1987)

Secrétariat:

Mme Nicole Dauphinais
Commission des écoles
catholiques de Québec
Mme Josée Fournier
Commission des écoles
catholiques de Montréal

Conseiller et conseillère technique:

Mme Monique Dugré
M. Marc Lemieux

Conception et rédaction, volet 1:

Mme Louise Du Sault-Terroux
Mme Lise Simard-Brunette
Commission des écoles
catholiques de Montréal

Ressources de la commission scolaire,
volet 1:

Mme Jeannine B.-Gauthier, secrétariat
M. André Séguin, Directeur, Bureau
formation personnelle et sociale
Mme Danièle Sperano-Soulière,
encadrement
Commission des écoles catholiques de
Montréal

TABLE DES MATIERES

	Page
Présentation du volet 1: RELATIONS INTERPERSONNELLES	1
Cours 1: Connaissance de soi I (1 unité)	5
Cours 2: Communication (1 unité)	10
 Présentation du volet 2: VIE EN SOCIETE	 15
Cours 1: Budget et consommation (2 unités)	19
Cours 2: Droits et responsabilités au travail (2 unités)	26
 Présentation du volet 3: SANTE ET SEXUALITE	 33
Cours 1: Vivre en santé et guérir (2 unités)	38
Cours 2: Vivre en forme (2 unités)	46
Cours 3: Bien-être et sexualité (3 unités)	53
 Présentation du volet 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHÉ DU TRAVAIL	 63
Cours 1: Bilan et choix professionnels (3 unités)	72
Cours 2: Planification de son projet de formation (2 unités)	77
Cours 3: Recherche d'emploi (3 unités)	82
 Présentation du volet 5: ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES	 88
Cours 1: Initiation au système d'apprentissage individualisé (1 unité)	92
Cours 2: Processus de recherche d'information (2 unités)	98
Cours 3: Stratégie d'étude et de passation d'examen (2 unités)	103

PRESENTATION DU VOLET 1:
RELATIONS INTERPERSONNELLES

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

BUT: Favoriser chez l'adulte sa pleine réalisation comme individu et comme membre d'une collectivité dans une société en changement.

VOLET 1: RELATIONS INTERPERSONNELLES

PROBLEMATIQUE

Les progrès technologiques et scientifiques récents ont considérablement bouleversé l'environnement et les habitudes de vie.

L'être humain, participant à ce courant impétueux de changement, doit donc constamment repenser, transformer, renouveler les moyens qu'il choisit pour trouver une réponse cohérente à ses besoins individuels et maintenir un équilibre souvent précaire dans ses relations avec son entourage (personnes et milieux physiques).

Créer et entretenir des relations interpersonnelles satisfaisantes demeure un objectif exigeant. Chacun y aspire, et plusieurs sont consentants à y investir les efforts nécessaires. Ainsi les nombreuses thérapies et la prolifération des organismes de loisirs et de bénévolat reflètent les tentatives des adultes de créer des liens signifiants.

L'explosion de l'organisation sociale traditionnelle et l'émergence de nouvelles valeurs engendrent autant de facteurs de remises en question, de conflits et de croissance, également.

Cette situation exige donc une éducation globale de la personne. Cela implique une démarche éducative qui amène l'adulte à reconnaître sa valeur personnelle, à valoriser la différence et à fonctionner plus harmonieusement avec les autres dans cette société en évolution permanente.

CLIENTELE-CIBLE

Les adultes inscrits aux cours de ce volet manifestent un intérêt marqué pour tout ce qui touche les multiples facettes des relations interpersonnelles.

Ils désirent apprendre à mieux vivre ces relations. Confrontés aux difficultés que présente la vie relationnelle, ils s'interrogent sur leur réalité actuelle, aspirent à une meilleure qualité de vie personnelle et sociale, désirent créer de nouveaux liens ou améliorer et consolider ceux déjà établis avec leur entourage.

Dans ces cours, ils découvriront de nouvelles perspectives et des pistes de solutions stimulantes répondant à leurs besoins de créer des relations interpersonnelles signifiantes.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 1: RELATIONS INTERPERSONNELLES

PRINCIPES DIRECTEURS

- L'expérience de vie de l'adulte établira le point de départ de tout apprentissage.
- La connaissance de soi constitue la pierre angulaire des relations interpersonnelles.

Positive et éclairée, cette recherche préside au développement de la confiance et de l'estime de soi, éléments essentiels pour se percevoir comme être unique et autonome et reconnaître l'autre comme personne distincte, chacun ayant son identité propre.

- L'adulte doit procéder à l'exploration de ses rapports interpersonnels pour discriminer les valeurs prépondérantes à son choix.

Se connaissant mieux, l'adulte voudra considérer d'un oeil plus critique ce qui préside aux différents rapports établis entre les humains. Il conviendra alors d'examiner comment les stéréotypes et les préjugés ont coloré ces rapports et d'analyser leur évolution.

- Une démarche d'identification de ce qui favorise et limite la communication est essentielle à l'établissement de relations plus satisfaisantes.
- Dans notre société en constante évolution, l'être humain peut juger nécessaire de redéfinir ou consolider son identité.

Homme ou femme, jeune ou plus âgé, il se heurte aux fluctuations rapides de la société et aux conséquences de la révolution scientifique.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 1: RELATIONS INTERPERSONNELLES

OBJECTIF GENERAL

Prendre conscience de sa réalité et de celle des autres afin d'améliorer ses relations interpersonnelles.

TABLEAU DES COURS ET DES UNITES

NO	TITRE	NOMBRE D'OBJECTIFS TERMINAUX	NOMBRE D'UNITES	NOMBRE D'OBJECTIFS INTERMEDIAIRES
1	Connaissance de soi 1	1	1	7
2	Communication	1	1	5

VOLET 1: RELATIONS INTERPERSONNELLES

COURS 1: Connaissance de soi 1

VOLET 1: RELATIONS INTERPERSONNELLES

OBJECTIF GENERAL: Prendre conscience de sa réalité et de celle des autres afin d'améliorer la qualité de ses relations interpersonnelles.

COURS 1: Connaissance de soi 1

NOMBRE D'UNITE: 1

CONTEXTE

S'engager dans un processus de connaissance de soi demande temps et motivation à une époque où vitesse, consommation et performance sont davantage mises en valeur.

Il n'en demeure pas moins fondé que l'intégration des apprentissages est grandement liée à la perception qu'un individu a de son image, de ses besoins, de ses ressources et de ses limites. Elle est en outre facilitée par l'intuition de l'équilibre intellectuel, émotif et physique qui peut en découler.

Une approche de connaissance de soi ne règle pas tout; cependant, en favorisant une meilleure intégration des dimensions affectives et cognitives de la personnalité, cette approche peut avoir un impact sur une démarche de réflexion et de consolidation du projet éducatif et existentiel de l'adulte en formation.

CLIENTELE-CIBLE

L'adulte inscrit au cours Connaissance de soi 1 manifeste le besoin et le désir de mieux se connaître pour parvenir à se réaliser pleinement. Déjà, le retour aux études permet d'amorcer une prise de conscience de situations nouvelles, de sa propre réalité et de son projet personnel.

Cet adulte peut avoir des préoccupations concernant une dépendance financière, des relations affectives instables, des responsabilités familiales ou des difficultés scolaires.

Il demeure, cependant, que ce cours s'adresse à toute personne souhaitant mieux se connaître, apprécier et accepter son individualité, points de départ essentiels à l'établissement de meilleures relations interpersonnelles.

COURS 1: Connaissance de soi 1

NOMBRE D'UNITE: 1

INTENTIONS ANDRAGOGIQUES

Tout apprentissage pourra produire des modifications dans la façon de penser, de percevoir et d'agir. A fortiori, celui qu'on entreprend en vue d'une meilleure connaissance de soi. Or, c'est le domaine par excellence où l'adulte intuitionne de nombreuses compétences, est riche d'expériences multiples et possède déjà divers acquis qui doivent être valorisés. Les méthodes utilisées devront l'inciter à reconnaître ce potentiel et à le développer.

L'adulte demeure au coeur de ses apprentissages: il est, en effet, à la fois sujet et agent de son développement. Le formateur, la formatrice ne fait que l'accompagner dans la découverte de facteurs intrinsèques tels que acquis, besoins, expériences, valeurs, lesquels jouent un rôle prépondérant dans l'organisation de sa vie. Cet adulte sera ainsi amené à une meilleure conscience de sa propre responsabilité quant aux réponses à apporter à ses besoins.

Bien que dispensateurs de données théoriques, le formateur et la formatrice ont surtout des rôles d'agent facilitateur du cheminement personnel de l'adulte. Il leur appartient de créer des conditions, un climat de confiance et de sécurité favorisant l'ouverture à l'expérience, l'exercice de l'autonomie, de la créativité, du sens critique et de l'esprit décisionnel de la personne en démarche. Elle seule, en effet, peut décider de devenir "l'experte" dans la compréhension et la gestion de son agir.

CONTENU

Ce cours propose à l'adulte une démarche à la fois théorique et pratique, l'amenant à entrer en contact avec divers éléments de sa personnalité souvent mal connus ou encore inconnus, pour favoriser une meilleure connaissance de soi.

Ceci, au moyen du processus suivant:

- bilan de ses ressources, limites, habiletés;
- clarification de l'image de soi;
- connaissance de ses besoins;
- accessibilité à ses sentiments;
- compréhension de certains comportements;
- priorisation de ses valeurs.

Il est important de retenir que cette démarche est suffisante pour amorcer l'appropriation de ces éléments, sans impliquer un cheminement en profondeur.

COURS 1: Connaissance de soi 1

NOMBRE D'UNITÉ: 1

OBJECTIF TERMINAL

- 1.1 Énoncé de compétence: Décrire un des aspects signifiants de sa personnalité.
- Condition générale: A l'aide d'exemples tirés d'une situation personnelle ou sociale.
- Aspects observables:
- Clarté de la description de l'aspect choisi.
 - Présence d'éléments de réflexion sur l'importance de l'aspect choisi pour la connaissance de soi.
 - Pertinence des liens entre l'aspect choisi et les exemples apportés.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

ÉLÉMENTS DE CONTENU

- | | |
|---|---|
| 1.1.1 Décrire certains aspects de sa personnalité. | <ul style="list-style-type: none"> - Définition succincte de: <ul style="list-style-type: none"> . ressource, limite; . image de soi; . besoin, sentiment, comportement; . valeur; . lien avec la connaissance de soi. |
| 1.1.2 Faire un bilan de ses ressources et limites. | <ul style="list-style-type: none"> - Identification de ressources et limites. - Identification d'habiletés. - Choix d'une ressource à renforcer. - Choix d'une limite à améliorer ou repousser. |
| 1.1.3 Résumer et commenter sa perception de soi ainsi que celle des autres à son égard. | <ul style="list-style-type: none"> - Image corporelle: <ul style="list-style-type: none"> . ma perception; . celle des autres. - Image intérieure: <ul style="list-style-type: none"> . ma perception; . celle des autres. - Impact de ces découvertes et réactions. |
| 1.1.4 Identifier des moyens propres à satisfaire certains de ses besoins. | <ul style="list-style-type: none"> - Énumération de besoins courants. - Théorie de la motivation de Maslow. - Regroupement des besoins énumérés selon les niveaux appropriés. - Moyens de satisfaire un besoin. |

COURS 1: Connaissance de soi 1 (suite)

NOMBRE D'UNITE: 1

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
1.1.5 Evaluer sa capacité d'entrer en contact avec ses sentiments.	<ul style="list-style-type: none"> - Discrimination de sentiments acceptables, inacceptables, absents de son univers. - Sentiment: <ul style="list-style-type: none"> . indice de satisfaction d'un besoin; . indice de non-satisfaction d'un besoin.
1.1.6 S'expliquer certains de ses comportements.	<ul style="list-style-type: none"> - Analyse à partir d'un comportement: <ul style="list-style-type: none"> . lien entre comportement significatif, sentiment et besoin. - Analyse à partir d'un besoin - problème - manque: <ul style="list-style-type: none"> . lien entre besoin - problème - manque, sentiment et comportement significatif.
1.1.7 Prioriser ses valeurs.	<ul style="list-style-type: none"> - Notion de valeur. - Etapes de la valorisation. - Valeurs prioritaires.

VOLET 1: RELATIONS INTERPERSONNELLES

COURS 2: Communication

VOLET 1: RELATIONS INTERPERSONNELLES

OBJECTIF GENERAL: Prendre conscience de sa réalité et de celle des autres afin d'améliorer la qualité de ses relations interpersonnelles.

COURS 2: Communication

NOMBRE D'UNITE: 1

CONTEXTE

Même si les moyens techniques de communication se sont multipliés, celle-ci n'en a pas toujours été facilitée pour autant. Elle demeure trop fréquemment incomplète et insatisfaisante pour l'être humain.

L'anonymat de notre société de plus en plus urbanisée, la mutation de la cellule familiale, les changements de valeurs liés aux transformations économiques et sociales ont souvent favorisé l'émergence de lieux d'appartenance et de communication artificiels et ponctuels.

Un apprentissage de la communication permettra à l'adulte de briser l'isolement pouvant originer de ces bouleversements. Il ne manquera pas d'éveiller le désir d'analyser sa façon de communiquer, pour en découvrir les forces et remédier à ses faiblesses. Défi à la fois difficile, mais stimulant, si l'on songe à la qualité des rapports plus signifiants qui peut s'ensuivre.

CLIENTELE-CIBLE

Ce cours s'adresse à tout adulte désireux de s'interroger sur la qualité et l'impact de la communication dans ses relations avec les autres.

En général, cet adulte souhaite plus de contact avec autrui et désire élargir l'éventail de ses relations interpersonnelles.

Il veut apprendre à communiquer plus efficacement. Il voit dans cette démarche une occasion de se connaître, de s'exprimer, de partager, d'évoluer et d'améliorer sa communication interpersonnelle.

COURS 2: Communication

NOMBRE D'UNITE: 1

INTENTIONS ANDRAGOGIQUES

Dans ce cours, on devra favoriser chez l'adulte la découverte du sens et de la pertinence de la communication en relation avec ses expériences.

Le formateur et la formatrice devront reconnaître, valoriser et utiliser les expériences de l'adulte tout en privilégiant le développement de la confiance, de l'autonomie et de l'initiative, facteurs importants dans la communication interpersonnelle.

On devra enfin susciter le désir d'une plus grande ouverture aux autres et la motivation nécessaire à l'utilisation adéquate de ses habiletés personnelles en communication.

CONTENU

Ce cours propose aux adultes une démarche à la fois théorique et pratique axée sur:

- l'identification et la compréhension des éléments de base dans la communication interpersonnelle;
- l'analyse des attitudes et des comportements facilitant ou nuisant à la communication;
- la découverte de son style personnel et l'appropriation par chacun de ses habiletés et de ses difficultés à communiquer;
- la formulation d'objectifs personnels visant l'intégration des apprentissages et leur transfert dans la réalité quotidienne.

COURS 2: Communication

NOMBRE D'UNITE: 1

OBJECTIF TERMINAL

- 2.1 Énoncé de compétence: Expliquer comment certains facteurs peuvent faciliter ou nuire à la communication.
- Conditions générales: - A l'aide d'un modèle de communication.
- A partir d'exemples de sa vie personnelle.
- Aspects observables: - Clarté de la présentation du modèle de communication.
- Justesse de la définition des termes utilisés.
- Clarté des explications.
- Énumération des principaux facteurs facilitant la communication.
- Énumération des principaux facteurs nuisant à la communication.
- Pertinence des exemples.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

ELEMENTS DE CONTENU

- 2.1.1 Définir la communication et ses éléments.
- Notions de perception:
 - . subjectivité;
 - . objectivité.
 - Communication:
 - . message;
 - . émetteur;
 - . code;
 - . récepteur;
 - . feedback;
 - . bruits.
- 2.1.2 Décrire le processus de la communication et ses différentes formes.
- Mécanismes d'interaction:
 - . schéma de la communication;
 - . interinfluences;
 - . filtres.
 - Formes de communication:
 - . verbale;
 - . non-verbale;
 - . écrite;
 - . symbolique.

COURS 2: Communication (suite)

NOMBRE D'UNITE: 1

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

ELEMENTS DE CONTENU

2.1.3 Décrire comment certaines attitudes et certains comportements peuvent favoriser la communication.

- Emetteur:
 - . caractéristiques;
 - . expression directe;
 - . congruence;
 - . authenticité.
- Récepteur:
 - . caractéristiques;
 - . écoute active;
 - . congruence;
 - . communication au-delà des techniques.

2.1.4 Décrire comment certaines attitudes et certains comportements peuvent nuire à la communication.

- Attitudes:
 - . préjugés;
 - . jugements de valeur;
 - . refus du changement;
 - . façades ;
 - . etc.
- Comportements:
 - . message double;
 - . langage non-adapté;
 - . manque d'attention;
 - . etc.
- Incommunicabilité au-delà des techniques.

2.1.5 Définir des objectifs personnels visant à faciliter sa communication avec les autres.

- Résumé de certains apprentissages.
- Formulation d'objectifs personnels:
 - . en tant qu'émetteur;
 - . en tant que récepteur.

PRESENTATION DU VOLET 2:

VIE EN SOCIETE

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

BUT: Favoriser chez l'adulte sa pleine réalisation comme individu et comme membre d'une collectivité dans une société en changement.

VOLET 2: VIE EN SOCIETE

PROBLEMATIQUE

On vit dans une société en changement perpétuel. Tout va si vite qu'on a parfois d'impression d'assister passivement à un spectacle. Si simple que cela puisse paraître, vivre en société, c'est vivre avec les autres. C'est donc de ne pas être exclu, c'est participer activement au changement.

Ce volet doit permettre à l'adulte de construire une image éclairée de la société dans laquelle il vit et ce, indépendamment du fait qu'il puisse s'identifier parfois en marge de celle-ci. Le budget, la consommation, le crédit, les lois et les droits sont des réalités de tous les jours et demeurent des avenues complexes, particulièrement quand les sources de revenus sont fragiles.

En situant l'adulte au coeur de son quotidien, le volet Vie En Société pourra mieux cerner ses attitudes et ses habitudes de vie et lui permettre d'acquérir des connaissances et développer des habiletés et des attitudes nécessaires pour favoriser un équilibre entre ses attentes et celles de la société. C'est un sentier ouvert à la prise de responsabilité comme citoyen, citoyenne, c'est un grand pas vers l'autonomie.

CLIENTELE-CIBLE

L'adulte en processus de formation est riche d'expériences de vie. Il a possiblement vécu l'abandon scolaire, le travail par intermittence, le chômage, l'aide sociale, l'isolement. Après un certain temps occupé à prendre une distance face au monde scolaire, il revient avec une certaine force, enclin à envisager et à redéfinir son avenir. Les cours du volet Vie En Société doivent le supporter dans cette démarche. L'adulte doit être valorisé dans son rôle social et être considéré comme un élément essentiel au progrès.

Les cours de ce volet s'adressent aux adultes désireux de réfléchir sur la situation d'exclu, de découvrir des moyens de support collectif et de prendre leur place dans la société.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 2: VIE EN SOCIETE

PRINCIPES DIRECTEURS

- L'acquisition et le développement de comportements et attitudes facilitant la vie en société.

L'adulte doit pouvoir expérimenter de façon concrète des moyens lui permettant de mieux vivre en lien avec la collectivité. Il doit pouvoir les transférer facilement dans son quotidien et apprendre à s'en servir de façon spontanée.

- La perception de la réciprocité des droits et des responsabilités.

L'individu vivant en société a des droits. Il doit bien sûr pouvoir identifier ces derniers et les faire valoir si ceux-ci sont bafoués mais il doit aussi reconnaître les droits d'autrui et les respecter.

- La participation active à la vie de sa communauté.

C'est essentiel. L'adulte doit pouvoir développer des liens avec ses divers milieux de vie, par exemple dans son centre de formation, dans son quartier, etc. En se rattachant de façon concrète à ses divers milieux de vie, l'adulte favorise entre autre l'émergence et la mise en valeur de son potentiel.

- Le développement de l'esprit critique, d'analyse et de synthèse.

La société, telle qu'elle est présentée, demeure malgré tout complexe. L'adulte doit éviter des comportements magiques et pratiquer l'analyse des règles qui régissent la société pour bien cerner sa situation et faire les bons choix.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 2: VIE EN SOCIETE

OBJECTIF GENERAL

Se préparer à la gestion de ses affaires, à l'exercice de ses droits et responsabilités au travail et comme citoyen, citoyenne, ainsi qu'à sa participation à la vie communautaire.

TABLEAU DES COURS ET DES UNITES

NO	TITRE	NOMBRE D'OBJECTIFS TERMINAUX	NOMBRE D'UNITES	NOMBRE D'OBJECTIFS INTERMEDIAIRES
1	Budget et consommation	1	2	6
2	Droits et responsabilités au travail	1	2	7

VOLET 2: VIE EN SOCIETE

COURS 1: Budget et consommation

VOLET 2: VIE EN SOCIETE

OBJECTIF GENERAL: Se préparer à la gestion de ses affaires, à l'exercice de ses droits et responsabilités au travail et comme citoyen, citoyenne ainsi qu'à sa participation à la vie communautaire.

COURS 1: Budget et consommation

NOMBRE D'UNITES: 2

CONTEXTE

Dans une société de consommation comme la nôtre, on n'a plus à élaborer pour expliquer l'importance de comprendre les règles de base d'un bon budget et les modes d'emploi de l'épargne et du crédit.

Ce cours ne prétend pas toucher les dédales de la Bourse. C'est par l'expérimentation à partir de situations concrètes que l'adulte pourra intégrer des notions théoriques, apprendre à les transférer dans sa vie quotidienne et ce, dans un but aussi terre-à-terre que: Vivre et non subir "ses fins de mois".

CLIENTELE-CIBLE

Ce cours s'adresse aux adultes qui ont des besoins en terme de planification budgétaire.

COURS 1: Budget et consommation

NOMBRE D'UNITES: 2

INTENTIONS ANDRAGOGIQUES

- Favoriser chez l'adulte l'évaluation des facteurs qui influencent sa situation financière.
- Favoriser chez l'adulte l'évaluation de son pouvoir réel sur sa situation financière.
- Favoriser chez l'adulte l'expérimentation et la pratique de nouvelles habiletés qui permettent d'induire un changement sur sa façon de gérer son budget.
- Favoriser chez l'adulte l'utilisation de son vécu tout au long de la démarche.

Le fait de favoriser la mobilisation de l'adulte pourra lui permettre de transférer avec plus de facilité de nouvelles compétences dans sa vie quotidienne. Ainsi, l'adulte pourra-t-il porter une évaluation concrète sur les avantages qu'il peut récolter en modifiant certains éléments de sa façon de gérer son budget.

- Favoriser chez l'adulte l'apprentissage dans le plaisir.

Se questionner de façon amusante sur des questions parfois stressantes permet d'enlever la charge émotive qui aurait pu normalement entraver la démarche de réflexion et d'intégration des connaissances.

COURS 1: Budget et consommation

NOMBRE D'UNITES: 2

CONTENU

Le but principal poursuivi par ce cours est de préparer l'adulte à mieux planifier sa situation financière tout en circonscrivant de façon réaliste le contexte dans lequel il peut le faire et les limites qui entravent sa pleine réalisation sur le plan financier.

Par le biais de ce cours, l'adulte pourra expérimenter des moyens concrets pour améliorer sa situation financière et rédigera, de la façon la plus facilitante possible, un journal mettant en évidence l'utilisation qu'il fait de ses ressources financières. Ceci dans le but de dresser un portrait de ses attitudes et comportements et de développer sa motivation à rationaliser son budget.

COURS 1: Budget et consommation

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIF TERMINAL	
1.1 <u>Énoncé de compétence:</u>	Décrire les dimensions à considérer ainsi que les étapes à franchir lors de l'évaluation de sa situation financière.
<u>Condition générale:</u>	En se référant au bilan de sa propre situation financière.
<u>Aspects observables:</u>	<ul style="list-style-type: none">- La présence des principales dimensions personnelles.- La présence des principales dimensions sociales.- La logique de la séquence des étapes décrites.- La présence d'éléments de réflexion sur la nature de ses responsabilités.

COURS 1: Budget et consommation

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

ELEMENTS DE CONTENU

- | | | |
|-------|---|---|
| 1.1.1 | Se familiariser avec certaines notions de base nécessaires à la gestion de ses affaires. | <ul style="list-style-type: none"> - Notions de base: <ul style="list-style-type: none"> . besoins et sources financières; . modes de crédit. - Notions d'argent: <ul style="list-style-type: none"> . valeurs rattachées; . où va mon argent. |
| 1.1.2 | Décrire l'influence de certains facteurs pouvant influencer sa situation financière. | <ul style="list-style-type: none"> - Economie et consommation: <ul style="list-style-type: none"> . contexte économique; . facettes de la consommation; . situations spécifiques. - Choix de vie: <ul style="list-style-type: none"> . valeurs et incidences; . modes de vie; . attitudes de vie. - Gestion de ses affaires: <ul style="list-style-type: none"> . styles de gestion; . rôles. |
| 1.1.3 | Etablir quelques constats sur le pouvoir qui peut être exercé en regard de sa situation financière. | <ul style="list-style-type: none"> - Les limites, les contraintes. - Les éléments favorables: <ul style="list-style-type: none"> . la confiance d'autrui comme élément du pouvoir. - Contextes situationnels et individuels. - Compétences: <ul style="list-style-type: none"> . capacités et limites; . savoir. |

COURS 1: Budget et consommation (suite)

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJETIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
1.1.4 Décrire le mode d'utilisation de certains outils nécessaires à l'évaluation de sa situation financière.	<ul style="list-style-type: none"> - Indépendance économique et autonomie financière: <ul style="list-style-type: none"> . relation entre revenus et autonomie; . facteurs incitant à l'indépendance; . l'autonomie financière; . l'interdépendance. - Responsabilités individuelles et sociales: <ul style="list-style-type: none"> . en tant que consommateur; . ses besoins, ses valeurs et ses dépendants. - Répartition de ses revenus. - Obligations financières. - Son style de planification.
1.1.5 Tracer un bilan de sa situation financière dans la perspective d'une amélioration souhaitée dans la gestion de ses affaires.	<ul style="list-style-type: none"> - Rôles de la consommation et du crédit: <ul style="list-style-type: none"> . comment magasiner ses achats; . les droits du consommateur; . crédit et endettement. - Les régimes: <ul style="list-style-type: none"> . impôts; . R.E.A; . R.E.E.R. - Besoins d'amélioration: <ul style="list-style-type: none"> . outils; . attitudes.
1.1.6 Faire son budget en tenant compte du bilan de sa situation financière.	<ul style="list-style-type: none"> - Les principales étapes. - Les attitudes. - Les ressources.

VOLET 2: VIE EN SOCIETE

COURS 2: Droits et responsabilités au travail

VOLET 2: VIE EN SOCIETE

OBJECTIF GENERAL: Se préparer à la gestion de ses affaires, à l'exercice de ses droits et responsabilités au travail et comme citoyen, citoyenne ainsi qu'à sa participation à la vie communautaire.

COURS 2: Droits et responsabilités au travail

NOMBRE D'UNITES: 2

CONTEXTE

Le monde du travail est vaste et complexe. Le cours Droits et responsabilités au travail s'inscrit dans un contexte précis: amener l'adulte à bien circonscrire ses droits sur le marché du travail et à juxtaposer ses responsabilités comme travailleur, travailleuse ou futur travailleur, future travailleuse. Ainsi il devrait être plus en mesure de faire valoir ses droits, si nécessaire, et être enclin à respecter les balises qui régissent le monde du travail.

CLIENTELE-CIBLE

Ce cours s'adresse à tous les adultes ayant possiblement vécu ou pouvant vivre une situation d'exclu du monde du travail; ils pourront être encouragés et mieux outillés pour faire valoir leurs droits, si nécessaire, et assumer leurs responsabilités au travail.

COURS 2: Droits et responsabilités au travail

NOMBRE D'UNITES: 2

INTENTIONS ANDRAGOGIQUES

- Favoriser chez l'adulte la conception de son droit à une place sur le marché du travail.
- Favoriser chez l'adulte une prise de conscience de ses responsabilités comme travailleur et travailleuse.
- Situer l'adulte face à la réalité des droits et des responsabilités au travail.

CONTENU

Dans un premier temps, ce cours aborde les notions de droits et de responsabilités comme travailleur, travailleuse. Dans un deuxième temps, il rallie les droits et les responsabilités à divers champs d'application: le Code du travail, la Loi sur les normes du travail, la Loi sur la santé et la sécurité au travail, la Charte des droits et libertés et les organisations syndicales.

Dans un travail commun et partagé, l'adulte devra participer à la rédaction d'un bottin de ressources susceptible d'informer les travailleurs et les travailleuses sur leurs droits et leurs responsabilités.

COURS 2: Droits et responsabilités au travail

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIF TERMINAL	
2.1 <u>Enoncé de compétence:</u>	Associer des ressources "sociétales" à l'exercice de ses droits et de ses responsabilités sur le marché du travail.
<u>Conditions générales:</u>	<ul style="list-style-type: none"> - L'adulte pourra se référer à l'ensemble des règles qui régissent le monde du travail. - Ce travail pourrait être réalisé en petite équipe.
<u>Aspects observables:</u>	<ul style="list-style-type: none"> - La présence des principaux droits et responsabilités. - La justesse de la définition des droits et responsabilités identifiés. - La pertinence de la définition des droits et responsabilités identifiés.

COURS 2: Droits et responsabilités au travail

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
2.1.1 Comparer ses droits et responsabilités comme travailleur et travailleuse avec ceux de l'employeur et de l'employé.	<ul style="list-style-type: none"> - Notions de droits et responsabilités: <ul style="list-style-type: none"> . perceptions personnelles; . définition. - Droits et responsabilités de l'employé: <ul style="list-style-type: none"> . le rendement au travail; . disponibilité au travail; . respect des autres; . etc. - Droits et responsabilités de l'employeur: <ul style="list-style-type: none"> . à partir de la loi. - Comparaison: <ul style="list-style-type: none"> . les limites de chacun; . les interrelations.
2.1.2 Distinguer divers aspects du monde du travail.	<ul style="list-style-type: none"> - Code du travail. - Loi sur les normes. - Syndicats. - Patronat. - Etc.
2.1.3 Décrire les principaux aspects de la loi sur les normes du travail.	<ul style="list-style-type: none"> - La loi: introduction: <ul style="list-style-type: none"> . globalement; . qui est couvert; . qui ne l'est pas. - Secteurs d'application: <ul style="list-style-type: none"> . travail non-syndiqué; . travail à domicile; . travail au noir. - Domaines d'application: <ul style="list-style-type: none"> . salaire minimum; . mode de paiement; . temps supplémentaire.

COURS 2: Droits et responsabilités au travail (suite)

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
2.1.4 Décrire certains aspects de la loi sur la santé et sécurité au travail et certains aspects de son application.	<ul style="list-style-type: none"> - Présentation de la loi. - Rôles de la C.S.S.T. - Principaux droits: <ul style="list-style-type: none"> . arrêt préventif; . droits plus spécifiques aux femmes. - Responsabilités personnelles: <ul style="list-style-type: none"> . envers soi; . envers autrui. - Responsabilités de l'employeur: <ul style="list-style-type: none"> . milieu de travail sécuritaire; . organisation du travail; . lieux.
2.1.5 Décrire les recours possibles en cas de discrimination au travail.	<ul style="list-style-type: none"> - La discrimination au travail: <ul style="list-style-type: none"> . Charte des droits et libertés; . les jeunes; . les femmes; . l'orientation sexuelle. - Des recours possibles: <ul style="list-style-type: none"> . comment faire une plainte et à qui s'adresser. - Des exemples vécus: <ul style="list-style-type: none"> . les exemples; . les recours possibles.
2.1.6 Décrire le mouvement syndical en référence aux droits et responsabilités des travailleurs et des travailleuses.	<ul style="list-style-type: none"> - Fonctions d'un syndicat: <ul style="list-style-type: none"> . ce qu'est un syndicat; . rôles et fonction; . Code du travail. - Préjugés à l'égard des syndicats: <ul style="list-style-type: none"> . bref historique; . syndicalisme de lutte; . influence des médias.

COURS 2: Droits et responsabilités au travail (suite)

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
2.1.7 Inventorier des organismes susceptibles d'informer les travailleurs et les travailleuses sur leurs droits et responsabilités.	<ul style="list-style-type: none"> - La syndicalisation: <ul style="list-style-type: none"> . un droit; . la reconnaissance des syndicats . points de vue personnel. - Les grandes centrales syndicales au Québec: <ul style="list-style-type: none"> . les secteurs d'emploi couverts; . leurs principales revendications. - Les organismes: <ul style="list-style-type: none"> . gouvernementaux; . privés; . populaires.

**PRESENTATION DU VOLET 3:
SANTÉ ET SEXUALITÉ**

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

BUT: Favoriser chez l'adulte sa pleine réalisation comme individu et comme membre d'une collectivité dans une société en changement.

VOLET 3: SANTE ET SEXUALITE

PROBLEMATIQUE

On n'a plus à prouver que la qualité de la vie commence par la santé. D'ailleurs personne n'est à l'abri d'un déséquilibre, qu'il soit d'ordre physique ou psychologique, même les personnes les plus attentives et les mieux informées. La santé n'est pas que l'absence de maladie. C'est avant tout "être bien dans sa peau".

La société dans laquelle on vit nous a imposé un héritage chargé de contraintes, de dépendances, de gêne concernant la santé et la sexualité. Contrairement à ce que peut laisser suggérer l'avènement, depuis quelques années, d'un battage publicitaire autour de ces thèmes, ces derniers demeurent encore du domaine personnel, du privé. Adulte, il n'en est pas moins difficile de se libérer de notions erronées qui ont malgré tout donné naissance à des attitudes parfois aveugles et résignées.

Ce volet doit permettre à l'adulte de questionner ses attitudes et ses habitudes de vie et d'être axé sur la connaissance des différents aspects de la santé et de la sexualité dans les dimensions physiques, psychologiques et sociales, ces dernières étant étroitement liées et interdépendantes. Il doit permettre à l'adulte d'envisager la modification de ses attitudes et habitudes de vie et de découvrir que l'information et la prévention sont souvent les remèdes les moins dispendieux et les plus efficaces.

Dans une société comme la nôtre, l'éducation à la santé et à la sexualité requiert autant de sollicitude que l'apprentissage du langage.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 3: SANTE ET SEXUALITE

CLIENTELE-CIBLE

L'adulte en processus de formation est confronté quotidiennement à une foule d'éléments qui se conjuguent et qui peuvent contribuer à l'existence d'un certain mal-être. Le chômage, l'aide sociale, l'histoire et le milieu de vie, être femme, monoparental, monoparentale, immigrant, immigrante, sous-entend souvent que la santé ne dépend pas que de soi.

Etre adulte n'est pas synonyme d'une responsabilisation de sa santé et d'une sexualité épanouissante.

Les cours du volet Santé Et Sexualité s'adressent aux adultes désireux de remettre en question des attitudes, des dépendances et des habitudes de vie, d'initier des changements et non principalement à la recherche d'assistance et de recettes toutes faites.

PRINCIPES DIRECTEURS

- L'importance de la santé, de la sexualité, l'ampleur de leurs répercussions sur l'individu, sur l'épanouissement de la personnalité, sur la société.

Il ne s'agit pas de juger ou d'empêcher certaines attitudes, certaines visions du monde et de l'individu mais de présenter un éventail de démarches possibles pour que l'adulte puisse se remettre en question et s'exercer à prendre des décisions en ce qui concerne son bien-être et celui de la collectivité.

- La responsabilisation de l'adulte face au maintien ou au retour au bien-être.

Il ne s'agit pas ici d'individualiser, de trouver des coupables. Il s'agit plutôt d'amener l'adulte à se prendre en main, à déployer une image suffisamment positive de lui qui puisse le pousser à prendre soin de lui et de son environnement.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 3: SANTE ET SEXUALITE

PRINCIPES DIRECTEURS

(suite)

- Une référence constante aux expériences de vie, aux acquis de l'adulte.

Les divers aspects de la santé et de la sexualité touchés par le biais de ce volet doivent avoir une prise sur le vécu de l'adulte. De cette façon, ce dernier pourra mieux cerner les problématiques de la santé et de la sexualité en constatant qu'elles reposent sur des choses simples de la vie quotidienne.

- Le développement de l'esprit critique, d'analyse et de synthèse.

L'adulte, en ce qui concerne sa santé et sa sexualité, doit éviter les comportements magiques et pratiquer l'analyse de sa situation de vie avant de faire des choix et de poser des gestes: par exemple, l'utilisation des médecines douces n'est pas toujours appropriée. Il peut survenir des conséquences malheureuses si ces dernières sont utilisées à toutes les sauces.

- Une relation égalitaire entre adultes, formateur, formatrice.

C'est un principe fondamental de l'andragogie qu'il importe de respecter afin de ne pas nuire à la motivation de l'adulte, à son désir de cheminer et de transférer dans ses situations de vie personnelle et collective ses connaissances et ses apprentissages dans les domaines de la santé et de la sexualité.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 3: SANTE ET SEXUALITE

OBJECTIF GENERAL

Se préparer à la prise en charge de son bien-être physique, psychologique et social ainsi qu'à l'intégration harmonieuse des diverses dimensions de la sexualité à sa personnalité.

TABLEAU DES COURS ET DES UNITES

NO	TITRE	NOMBRE D'OBJECTIFS TERMINAUX	NOMBRE D'UNITES	NOMBRE D'OBJECTIFS INTERMEDIAIRES
1	Vivre en santé et guérir	1	2	7
2	Vivre en forme	1	2	6
3	Bien-être et sexualité	1	3	13

VOLET 3: SANTE ET SEXUALITE

COURS 1: Vivre en santé et guérir

VOLET 3: SANTE ET SEXUALITE

OBJECTIF GENERAL: Se préparer à la prise en charge de son bien-être physique, psychologique et social ainsi qu'à l'intégration harmonieuse des diverses dimensions de la sexualité à sa personnalité.

COURS 1: Vivre en santé et guérir

NOMERE D'UNITES: 2

CONTEXTE

"Quand on ne s'occupe plus de son corps, ce dernier s'organise pour qu'on s'occupe de lui".

Vivre en santé fait autant référence à la maladie qu'à la santé elle-même. Le rythme de la vie quotidienne, les soucis, les responsabilités multiples font souvent en sorte de reléguer en arrière-plan l'importance d'entretenir sa santé. On parle alors beaucoup plus souvent de malaises, de difficultés à vivre, de l'absence de loisirs, de la rareté des moments de détente et bien sûr des visites aller-retour chez des professionnels de la santé.

Le cours Vivre en santé et guérir soulève toute la responsabilité de l'adulte face à sa santé en ce sens qu'il favorise une bonne connaissance des diverses ressources disponibles et des façons de les utiliser de façon critique. Il tend donc vers une plus grande prise en charge de sa santé.

COURS 1: Vivre en santé et guérir

NOMBRE D'UNITES: 2

CLIENTELE-CIBLE

Ce cours s'adresse aux adultes désireux d'enclencher une démarche personnelle de prise en charge de leur santé. Ce cours ne doit donc pas être perçu comme l'occasion d'une longue consultation médicale.

Les adultes s'inscrivant à ce cours doivent être tentés par la recherche sur le terrain, par l'apprentissage dynamique et par l'utilisation constante des connaissances intuitives et des ressources personnelles.

INTENTIONS ANDRAGOGIQUES

- Favoriser chez l'adulte la découverte de soi, la conscience de son corps.
- Favoriser chez l'adulte la compréhension de la notion de responsabilité face au maintien ou au retour à la santé.
- Favoriser chez l'adulte le développement de l'esprit critique, d'analyse et de synthèse.

En ce qui concerne sa santé, l'adulte doit éviter les comportements magiques et pratiquer l'analyse de sa situation avant de faire des choix.

- Favoriser chez l'adulte l'acquisition d'une plus grande autonomie.

Le fait de faire une expérience de prise en charge devrait permettre par la suite de renouveler avec plus de facilité d'autres expériences du même type.

COURS 1: Vivre en santé et guérir

NOMBRE D'UNITES: 2

CONTENU

Ce cours vise à sensibiliser l'adulte à la nécessité de devenir actif par rapport à sa santé. Il vise en second lieu à l'habiliter de façon concrète pour qu'il saisisse les différentes dimensions sous-jacentes à une prise en charge de sa santé par une exploration des moyens la favorisant mais également par une expérimentation de certains de ces moyens. L'adulte pourra, dans cette mesure, faire le point sur son processus personnel de prise en charge et identifier les changements qu'il pourrait initier.

De façon plus spécifique, dans un premier temps l'adulte pourra réfléchir sur ce que sont la santé et la maladie sous différents angles. Dans un deuxième temps, il sera amené à situer, à cerner l'ensemble des responsabilités découlant du fait qu'il s'avère être le premier dépositaire de sa santé et des avantages à assumer ses responsabilités. En troisième lieu, l'adulte se familiarisera avec les différents savoirs reliés à la prévention et à des rapports efficaces et éclairés avec les ressources en santé. C'est à cette phase que l'adulte pourra pratiquer les différents savoirs en choisissant un malaise ou un problème de santé sur lequel il désire intervenir.

COURS 1: Vivre en santé et guérir

NOMERE D'UNITES: 2

OBJECTIF TERMINAL	
1.1 <u>Enoncé de compétence:</u>	Dresser le bilan de son état de santé actuel et inventorier les moyens de prévention nécessaires au maintien de sa santé.
<u>Condition générale:</u>	Un soutien individuel devrait être fourni au besoin.
<u>Aspects observables:</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Bilan <ul style="list-style-type: none"> . la présence d'éléments de réflexion sur les dimensions suivantes: attitudes, habitudes de vie, conditions physiques, psychologiques, sociales et environnementales . le bien-fondé des liens établis entre ces dimensions. - Inventaire . la pertinence des liens entre les moyens de prévention inventoriés et les diverses dimensions considérées.

COURS 1: Vivre en santé et guérir

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

1.1.1 Contraster le concept
expérientiel de santé et
le concept officiel de
santé.

1.1.2 Expliquer le rôle des
différents éléments pouvant
affecter l'état de santé et
leurs inter-influences.

1.1.3 Décrire les rôles et les
responsabilités à
différents niveaux où peut
s'exercer une prise en
charge de sa santé.

ELEMENTS DE CONTENU

- Définitions expérientielles:
 - . l'importance de l'image de son corps;
 - . choix personnels et de société;
 - . les moyens qu'on se donne.
- Définitions officielles:
 - . CMS, Croix-Rouge, Unesco, Charte des droits et libertés;
 - . sources parallèles;
 - . les différences entre ces approches.
- La consultation médicale:
 - . les divers rôles joués par les professionnels de la santé;
 - . le protectionnisme;
 - . etc.
- L'environnement.
- L'environnement psychologique.
- Les responsabilités face à l'environnement.
- L'alimentation.
- Le stress.
- L'utilisation de produits toxiques.
- Pouvoir personnel sur sa santé:
 - . contraintes et avantages;
 - . les façons d'assumer ce pouvoir.
- La consommation des services de santé:
 - . les abus, la modération.

COURS 1: Vivre en santé et guérir (suite)

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
1.1.4 Décrire les étapes inhérentes au processus de prise en charge de sa santé et les conditions préalables de cette prise en charge.	<ul style="list-style-type: none"> - Processus de prise en charge: <ul style="list-style-type: none"> . la décision d'intervenir; . l'auto-diagnostic; . les solutions possibles; . les ressources; . le traitement du malaise; . l'évaluation du processus. - Conditions de prise en charge: <ul style="list-style-type: none"> . situer son problème; . les attitudes favorables à une intervention; . identification de la situation problématique.
1.1.5 Décrire les attitudes de base nécessaires à la prévention des malaises et maladies.	<ul style="list-style-type: none"> - Connaissances générales: <ul style="list-style-type: none"> . le corps; . facteurs psychologiques; . attitudes aidantes et non-aidantes; . les questions à poser.
1.1.6 Décrire les habiletés nécessaires à la prise en charge du traitement de ses malaises et maladies.	<ul style="list-style-type: none"> - La problématique. - L'analyse des facteurs. - Les moyens pour traiter. - Les ressources. - Les comportements. - Les difficultés à la prise en charge.

COURS 1: Vivre en santé et guérir (suite)

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
1.1.7 Planifier la prise en charge de sa santé.	<ul style="list-style-type: none">- Plan:<ul style="list-style-type: none">. élaboration du plan à partir de ses apprentissages.- Identification des ressources:<ul style="list-style-type: none">. liste des ressources;. rapport de consultation.- Préparation des échanges:<ul style="list-style-type: none">. les ressources et les services offerts;. les questions préalables;. les comportements facilitants et non-facilitants.

VOLET 3: SANTE ET SEXUALITE

COURS 2: Vivre en forme

Volet 3: SANTE ET SEXUALITE

OBJECTIF GENERAL: Se préparer à la prise en charge de son bien-être physique, psychologique et social ainsi qu'à l'intégration harmonieuse des diverses dimensions de la sexualité à sa personnalité.

COURS 2: Vivre en forme

NOMBRE D'UNITES: 2

CONTEXTE

Notre santé est agressée de multiples façons. Le rythme de vie, le stress, une alimentation rapide souvent abondante et déséquilibrée, le manque d'exercices et d'air pur favorisent une santé précaire. L'activité physique est nécessaire:

1. Pour équilibrer le rapport consommation et dépense d'énergie;
2. Pour permettre un bon fonctionnement des organes internes, en particulier le coeur et les intestins;
3. Pour favoriser le développement des muscles et la souplesse des articulations.

Une prise en charge de sa santé sous-entend le maintien de sa bonne forme physique par un programme d'activités conçu et adapté à ses propres besoins. Être souple comme un chat... Pourquoi pas?

CLIENTELE-CIBLE

Il s'agit d'une formation de base qui peut pallier à l'actuelle absence d'un module relié à la condition physique. Ce cours pourrait être offert de façon systématique à chaque session pour permettre à un plus grand nombre d'adultes d'inclure dans leur programme de formation une activité reliée à la condition et au développement physique.

Ce cours peut s'adresser à tous les adultes.

COURS 2: Vivre en forme

NOMBRE D'UNITES: 2

INTENTIONS ANDRAGOGIQUES

- Favoriser chez l'adulte une réflexion sur l'importance de développer cet aspect de son vécu: sa forme physique.
- Favoriser chez l'adulte, une responsabilisation quant aux moyens à mettre en oeuvre pour être en forme physique.
- Permettre à l'adulte de se sensibiliser à l'activité physique par l'expérimentation, de façon à faire des choix éclairés et à prendre goût à l'activité physique.
- Favoriser chez l'adulte la prise en charge et l'acquisition d'une plus grande autonomie quant à sa forme physique.

Un des principes ayant guidé l'élaboration de ce cours est que l'apprentissage réel s'effectue lorsque la personne confronte données théoriques et expériences concrètes. Il est important que l'adulte puisse constamment référer à son vécu pour pouvoir induire un changement dans son quotidien et transférer ses apprentissages. De plus, l'adulte pourra intégrer l'activité physique à sa vie dans la mesure où il valorisera un programme d'activités physiques réaliste et adapté à ses besoins.

COURS 2: Vivre en forme**NOMBRE D'UNITES: 2****CONTENU**

Ce cours amène l'adulte à se construire de façon éclairée un plan d'action visant l'amélioration de sa forme physique.

Pour ce faire, il sera mis en situation d'expérimenter diverses facettes de l'activité physique et d'explorer:

1. Les facteurs et conditions qui contribuent à une bonne forme physique;
2. L'état actuel de sa condition physique;
3. Ses responsabilités en regard de sa propre condition physique.

COURS 2: Vivre en forme

NOMERE D'UNITES: 2

OBJECTIF TERMINAL

2.1 Enoncé de compétence: Elaborer un programme personnel d'activités physiques.

Conditions générales:

- A l'aide du support d'une ressource humaine spécialisée.
- A partir du bilan de sa propre condition physique.

Aspects observables:

- Description pertinente des facteurs qui contribuent à une bonne forme physique.
- Description adéquate de l'état actuel de sa condition physique.
- Un programme d'activités physiques réaliste et adapté à ses besoins.

COURS 2: Vivre en forme

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
2.1.1 Décrire les rôles que jouent différents facteurs en regard de sa forme physique.	<ul style="list-style-type: none"> - Les facteurs: <ul style="list-style-type: none"> . poids et alimentation; . facteurs héréditaires; . attitudes de vie; . facteurs environnementaux. - Évaluation de l'influence de ces facteurs sur l'ensemble de sa condition physique. - Interactions de ces facteurs.
2.1.2 Identifier les avantages à être en forme physique en regard de ses besoins et les éléments de responsabilité de cette forme physique.	<ul style="list-style-type: none"> - Les avantages: <ul style="list-style-type: none"> . avantages physiologiques et psychologiques; . limites et contraintes. - Responsabilités: <ul style="list-style-type: none"> . responsabilités personnelles; . responsabilités sociales.
2.1.3 Faire un bref bilan de sa forme physique.	<ul style="list-style-type: none"> - Historique de sa santé. - Hérité. - Capacités physiologiques: <ul style="list-style-type: none"> . endurance cardio-vasculaire; . santé du dos. - Incidences sur sa forme physique. - Habitudes de vie: <ul style="list-style-type: none"> . poids; . alimentation; . sommeil; . toxicomanie.

COURS 2: Vivre en forme (suite)

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
2.1.4 Etablir des priorités sur lesquelles portera son programme d'activités physiques et identifier des moyens de mise en forme appropriés.	<ul style="list-style-type: none"> - Impact de ces habitudes. - Connaissance des dangers reliés à l'exercice physique. - Conclusions: <ul style="list-style-type: none"> . motivation et choix. - Priorités. - Techniques et approche de mise en forme: <ul style="list-style-type: none"> . sport; . cours; . techniques d'autodéfense; . yoga, . tai chi; . discipline personnelle; . etc. - Evaluation de ces techniques.
2.1.5 Elaborer une stratégie d'implantation de son programme.	<ul style="list-style-type: none"> - Aménagement. - Coûts. - Matériel. - Espace. - Temps.
2.1.6 Elaborer des mécanismes d'évaluation, d'auto-évaluation et de suivi de son programme.	<ul style="list-style-type: none"> - Ressources. - Discipline. - La valeur accordée au programme en lien avec la motivation du départ.

VOLET 3: SANTE ET SEXUALITE

COURS 3: Bien-être et sexualité

VOLET 3: SANTE ET SEXUALITE

OBJECTIF GENERAL: Se préparer à la prise en charge de son bien-être physique, psychologique et social ainsi qu'à l'intégration harmonieuse des diverses dimensions de la sexualité à sa personnalité.

COURS 3: Bien-être et sexualité

NOMBRE D'UNITES: 3

CONTEXTE

Le mot sexualité suscite divers sentiments. On l'associe vite à la sensualité, à la génitalité, à la reproduction. Souvent, il fait naître des sourires gênés, un vocabulaire à saveur scientifique ou vulgaire. La sexualité demeure une réalité complexe, difficile à toucher. En la définissant, il faudrait respecter l'individualité des êtres humains et tenir compte des influences culturelles, des besoins sociaux, physiques et psychologiques. La sexualité est tout ce qui résulte du fait que l'individu existe comme homme ou comme femme. Elle fait donc référence à l'identité sexuelle, à l'image corporelle, aux rôles sexuels, à l'affectivité, à la procréation, etc.

S'entendre sur une définition de l'éducation à la sexualité n'est guère facile. Certains s'entendent pour dire qu'elle relève de la famille, d'autres de la famille et de l'école mais dans une visée identique et complémentaire. Certains s'y opposent. La sexualité serait du domaine personnel.

Les adultes ont peu ou pas la chance d'exprimer ouvertement leurs interrogations en regard de la sexualité. La tradition de contraintes imposées par notre société ne favorise guère la souplesse du corps et de l'esprit, ni le changement d'attitudes face à la sexualité.

De plus, les adultes sont aussi souvent des parents ou des parents potentiels. Il incombe de les considérer comme des agents d'information et d'éducation dans ce domaine, autant auprès des enfants qu'auprès des adultes.

COURS 3: Bien-être et sexualité

NOMBRE D'UNITES: 3

CLIENTELE-CIBLE

Les adultes s'inscrivant à ce cours devraient être disposés à une méthodologie de base axée sur la communication ouverte, préférablement en groupe.

La sexualité, de par les thèmes qu'elle soulève, risque de mettre en évidence certains rapports d'inégalité entre hommes et femmes. Pour permettre une meilleure compréhension de ces rapports et pour favoriser au maximum un climat d'unité et de confiance, il serait souhaitable que lorsque les activités sont faites en groupe, les participants et les participantes soient constitués d'un nombre égal d'hommes et de femmes.

INTENTIONS ANDRAGOGIQUES

- Favoriser chez l'adulte une compréhension globale de la sexualité.
- Favoriser chez l'adulte l'acceptation des autres dans le respect de leur individualité.
- Favoriser chez l'adulte une réflexion sur ses valeurs et attitudes à l'égard de la sexualité et sur la façon dont elles sont influencées par les valeurs de notre société.
- Seconder l'adulte dans ses différentes démarches de remise en question.
- Favoriser un climat d'écoute, de respect et de confiance.
- Considérer l'adulte comme un agent d'information en matière de sexualité auprès de ses enfants ou futurs enfants, ainsi qu'auprès des adultes.

COURS 3: Bien-être et sexualité

NOMBRE D'UNITES: 3

CONTENU

Ce cours vise à amener l'adulte à considérer la sexualité dans ses différentes dimensions physiques, psychologiques et sociales. Le contenu constitue un minimum essentiel de thèmes pour bien circonscrire le sujet.

Les participants et participantes pourraient être incités à compléter leurs connaissances en physiologie et en biologie, particulièrement pour ce qui touche le système reproducteur humain. Cette démarche relève d'un choix personnel.

Les sujets abordés gravitent autour des grands thèmes suivants:

- les différentes conceptions de la sexualité;
- les rôles et stéréotypes sexuels;
- l'orientation sexuelle;
- la contraception;
- le plaisir;
- les maladies transmises sexuellement;
- l'exploitation sexuelle;
- les ressources.

Chaque thème est abordé de façon à cerner rapidement l'essentiel. Il ne s'agit donc pas d'une plongée en profondeur.

COURS 3: Bien-être et sexualité

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIF TERMINAL

3.1 Enoncé de compétence:

Décrire l'évolution de sa perception d'un aspect de la sexualité.

Condition générale:

A partir d'un choix personnel parmi les thèmes abordés durant le cours.

Aspects observables:

- Clarté de la description de sa perception de départ.
- Description des dimensions physiques, psychologiques et sociales de l'aspect considéré.
- Explication du choix du thème.
- Clarté de la description de sa nouvelle perception.

COURS 3: Bien-être et sexualité

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES	ÉLÉMENTS DE CONTENU
3.1.1 Définir les dimensions de la sexualité et décrire les liens existants entre la santé et la sexualité.	<ul style="list-style-type: none"> - Dimensions de la sexualité: <ul style="list-style-type: none"> . dimension affective; . dimension physique; . dimension psychologique; . dimension sociale. - Conceptions sociales de la sexualité. <ul style="list-style-type: none"> . la relativité des normes et des valeurs; . la variation des valeurs selon les différentes cultures; . les attentes de la société vis-à-vis la sexualité. - Développement d'une sexualité satisfaisante: <ul style="list-style-type: none"> . l'enfance, l'adolescence et l'âge adulte; . la découverte de son corps; . l'influence de l'éducation sexuelle ou de son absence. - Lien entre santé et sexualité: <ul style="list-style-type: none"> . l'importance de la sexualité dans le développement de la personne.
3.1.2 Départager sexualité et relation sexuelle.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'est la sexualité dans sa globalité: <ul style="list-style-type: none"> . la génitalité; . la reproduction. - L'affectivité. - La tendresse et l'amour.
3.1.3 Se décrire comme un agent d'information dans le processus du développement sexuel.	<ul style="list-style-type: none"> - Le rôle des parents dans l'éducation sexuelle des enfants. - Notre éducation et celle qu'on désire donner aux enfants. - Rôle social: information auprès des adultes et des jeunes.

COURS 3: Bien-être et sexualité (suite)

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
3.1.4 Contraster ce que signifie stéréotypes et rôles sexuels dans la société et dans la vie de tous les jours.	<ul style="list-style-type: none"> - Société: <ul style="list-style-type: none"> . stéréotypes et rôles au travail, dans les relations interpersonnelles; . actions concrètes pour atténuer les rôles et les stéréotypes; . le sexisme. - Vie de tous les jours: <ul style="list-style-type: none"> . exemples concrets vécus; . exemples des médias d'information, publicité, etc.; . réactions personnelles.
3.1.5 Décrire l'influence de certains agents sociaux sur notre perception des rôles sexuels.	<ul style="list-style-type: none"> - Perception du sexe opposé: <ul style="list-style-type: none"> . des exemples concrets tirés d'émissions de télévision, revues, etc.; . verbalisation de sa perception. - Pluralité des rôles sexuels: <ul style="list-style-type: none"> . rôles associés aux femmes; . rôles associés aux hommes; . liens avec les exigences sociales.
3.1.6 Décrire un certain nombre de préjugés sociaux et personnels en regard de l'orientation sexuelle afin de les mettre en perspective.	<ul style="list-style-type: none"> - Préjugés à l'égard de: <ul style="list-style-type: none"> . l'homosexualité, la prostitution, etc.; . la diversité des comportements sexuels; . les responsabilités en regard de ces comportements.

COURS 3: Bien-être et sexualité (suite)

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
3.1.7 Décrire certaines des implications sociales et psychologiques de la contraception.	<ul style="list-style-type: none"> - Sexualité, expression personnelle: <ul style="list-style-type: none"> . sa perception de la diversité des comportements sexuels; . être en accord avec ses propres choix; . le respect du choix d'autrui. - Implications sociales et psychologiques: <ul style="list-style-type: none"> . la dénatalité; . la disponibilité face à la relation sexuelle; . les avantages et les inconvénients. - Position de l'Eglise catholique: <ul style="list-style-type: none"> . les normes et les valeurs; . historique du rôle de l'Eglise dans l'éducation; . ses propres valeurs.
3.1.8 Se situer vis-à-vis divers aspects de la contraception: les moyens, leurs effets, la nature des responsabilités impliquées.	<ul style="list-style-type: none"> - Moyens de contraception et leurs effets: <ul style="list-style-type: none"> . méthodes "douces"; . méthodes "plus dures". - Les effets physiques et psychologiques. - Relation sexuelle sans peur de grossesse. - Contraception et histoire.

COURS 3: Bien-être et sexualité (suite)

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
	<ul style="list-style-type: none"> - Contraception et interruption volontaire de grossesse: <ul style="list-style-type: none"> . ce qu'est l'interruption volontaire de grossesse; . l'échec à la contraception; . un ultime recours, un droit. - Responsabilités face à la contraception: <ul style="list-style-type: none"> . responsabilités de la femme; . responsabilités de l'homme; . les implications dans la vie sexuelle; . le partage des responsabilités morales et physiques.
<p>3.1.9 Définir la notion de plaisir dans la sexualité.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Notion de plaisir: <ul style="list-style-type: none"> . l'apport du plaisir dans la sexualité; . bien-être, épanouissement, communication, etc. - Valeurs et vie sexuelle épanouie.
<p>3.1.10 Lier difficultés sexuelles et attentes sociales.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Difficultés sexuelles et absence d'information. - La réponse sexuelle et la difficulté de communication. - Les attentes sociales chez les hommes et les femmes.

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
3.1.11 Définir globalement les maladies transmises sexuellement, leurs conséquences sur la santé et leurs implications personnelles et sociales.	<ul style="list-style-type: none"> - Définition. - Types de maladies. - Evolution des maladies. - Propagation. - Les tabous: <ul style="list-style-type: none"> . faute morale, honte, mauvaise hygiène, etc. - La prévention: <ul style="list-style-type: none"> . la consultation médicale assidue en lien avec l'activité sexuelle; . les ressources. - Conséquences et responsabilités: <ul style="list-style-type: none"> . les conséquences de la propagation de la maladie; . les conséquences psychologiques; . la consultation médicale.
3.1.12 Critiquer les formes de commercialisation de la sexualité.	<ul style="list-style-type: none"> - Les formes d'exploitation sexuelle: <ul style="list-style-type: none"> . les types d'exploitation; . les raisons; . la violence physique et psychologique; . les ressources; . la place de la sexualité dans les médias. - Point de vue personnel: <ul style="list-style-type: none"> . son point de vue critique.
3.1.13 Identifier les ressources dans le domaine de la santé sexuelle et décrire ses réticences dans le domaine de la consultation.	<ul style="list-style-type: none"> - La consultation: <ul style="list-style-type: none"> . démystification; . privé et intimité; . l'importance du bien-être. - Les ressources: <ul style="list-style-type: none"> . les ressources possibles; . l'importance de consulter si nécessaire.

PRESENTATION DU VOLET 4:
PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

BUT: Favoriser chez l'adulte sa pleine réalisation comme individu et comme membre d'une collectivité dans une société en changement.

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

INTRODUCTION

Il suffit de côtoyer un peu les adultes qui reviennent aux études pour constater à quel point le travail fait partie de leurs préoccupations et de leurs objectifs de retour aux études. L'adulte qui vient reprendre ses études de niveau secondaire, le fait particulièrement pour:

Améliorer ses conditions de vie sur le marché du travail.

Il revient aux études parce qu'il est sans emploi et ce n'est pas par hasard s'il se retrouve dans cette situation. Il ne possède plus le minimum exigé par les employeurs soit le cinquième secondaire. Ces adultes viennent donc chercher un diplôme d'études secondaires mais la majorité ne savent pas où ils s'en vont. Rares sont ceux qui ont un but professionnel clair.

On constate qu'une majorité des adultes ne savent pas ce qu'ils feront après leur cinquième secondaire. On se rend compte que l'adulte qui revient aux études est souvent vu comme "non-employable" dans le contexte économique actuel. Il ne possède pas les pré-requis de base, il manque de spécialisation, il n'a pas les qualités nécessaires et ne répond plus aux exigences de l'emploi.

La société ayant bien changé depuis l'abondance des emplois "non-spécialisés" d'une époque pas si lointaine à la rareté des emplois spécialisés d'aujourd'hui, l'adulte se trouve confronté avec le peu de qualifications qu'il possède et les compétences de plus en plus variées qu'on exige de lui.

L'informatique, la robotique et toute cette nouvelle technologie amènent une rationalisation du travail qui laisse loin derrière elle nombre de sans-emplois dépassés par cette évolution rapide.

Il apparaît donc essentiel que ces adultes s'interrogent sur leurs perspectives professionnelles. De même, il est important qu'ils s'instrumentent pour retourner sur le marché du travail.

Cette démarche d'exploration professionnelle est intimement reliée à leur situation sociale et à leur formation, puisqu'elle permet aux adultes de donner un sens à leurs apprentissages. Elle permet également de faire le point et de planifier les actions à entreprendre pour se rendre plus "employable".

C'est donc dans cet esprit que sont élaborés les cours de formation en bilan et choix professionnels, en planification de son projet de formation et en celui de recherche d'emploi.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHÉ DU TRAVAIL

PROBLEMATIQUE

Taux de chômage élevé chez la population adulte

Les économistes s'entendent pour considérer comme "normal", un taux de chômage de 4 à 5 %, alors qu'aujourd'hui, il se situe bien au-dessus de cette norme. C'est donc à cette réalité économique et sociale doublement défavorisante que doivent faire face les sans-emplois.

Cette nouvelle situation crée un problème au niveau de la main-d'oeuvre. Le nombre de travailleurs et travailleuses étant beaucoup plus élevé que le nombre d'emplois disponibles, cela amène une compétition plus grande sur le marché du travail. Pour être plus compétitif, l'adulte doit développer des capacités et des aptitudes dont il n'avait pas besoin auparavant.

L'employeur cherchant toujours une qualité supérieure chez la main-d'oeuvre, le travailleur et la travailleuse se doivent de s'adapter au changement de la situation. Ils doivent donc, par conséquent, développer leur "employabilité". Il leur faudra maintenant:

- fournir un travail de qualité supérieure;
- développer une polyvalence au travail;
- choisir de faire des concessions à ses conditions de travail;
- augmenter sa mobilité d'une région à l'autre;
- penser à créer son propre emploi;
- se réorienter plus d'une fois dans sa vie;
- se donner des façons efficaces de chercher de l'emploi.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

PROBLEMATIQUE

 (suite)Evolution rapide du marché du travail

Depuis quelques années, la technologie apporte sans cesse de nouveaux instruments pour améliorer ses conditions de vie au niveau du travail. Cette technologie introduit la robotisation dans les usines; les ordinateurs modifient les tâches de plusieurs pendant que l'écran cathodique supplante le livre et que des cerveaux électroniques scrutent notre univers. Les emplois sont en constante remise en question, s'ajustant continuellement à l'évolution technologique. On sera maintenant appelé à changer d'emploi 5 ou 6 fois dans notre vie. Cette situation nouvelle, bien que stimulante, incite quand même le travailleur et la travailleuse ainsi que les sans-emploi:

- à acquérir le maximum de connaissances de base;
- à s'ouvrir au changement;
- à s'adapter à des situations nouvelles;
- à réévaluer la notion du travail;
- à se réorienter souvent;
- à se spécialiser;
- à trouver de nouvelles solutions aux problèmes du travail;
- à développer de nouvelles aptitudes;
- à développer des compétences spécifiques.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

PROBLEMATIQUE

 (suite)Le cercle vicieux: les plus démunis sont les plus durement touchés

Plusieurs adultes qui fréquentent les centres d'éducation des adultes sont au prise avec une démotivation et une dévalorisation fortement teintées par leur sentiment d'inutilité. La plupart ayant vécu de nombreux échecs personnels, sociaux ou professionnels, ils sont rapidement désorientés face à tout ce qui leur arrive et plus particulièrement face à leur avenir. Habités d'attendre, d'être dépendants, il est difficile pour eux d'orienter et d'organiser leur vie en fonction de leurs besoins et de leurs désirs.

Ce sont des gens pratiques qui vivent au jour le jour. Ils laissent parfois l'impression d'être ballottés par les événements et les gens, comme si ce qui leur arrive ne dépendait pas d'eux. Leur réalité financière ajoute à la précarité de leur situation et à l'instabilité continuelle de leur quotidien. Dans de pareilles circonstances, l'absence de choix professionnels et le manque de planification de leur vie devient un handicap important à leur réalisation personnelle.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

CLIENTELE-CIBLE

Adultes jeunes

Les jeunes adultes, c'est bien connu, sont les premiers à souffrir de la réalité économique actuelle. Un nombre dramatique de jeunes sont à se chercher de l'emploi à travers le Canada.

Les jeunes adultes les plus touchés par cette situation, sont:

- peu scolarisés;
- dévalorisés et démotivés;
- peu confiants en eux-mêmes;
- désorganisés face à leur devenir.

Adultes femmes

A cause des changements sociaux et économiques, et dans le but de redonner un sens à leur vie, plusieurs femmes après avoir travaillé pendant de nombreuses années à la maison, reviennent aux études.

- Généralement ces femmes sont:
- devant le défi qui leur apparaît souvent insurmontable de terminer leurs études;
 - peu conscientes de leur potentiel;
 - sans plan de carrière;
 - désemparées face au marché du travail.

Il existe également nombre de femmes qui confinées à des emplois cléricaux ne répondant plus à leurs aspirations, envisagent de nouvelles perspectives de carrières.

Ces femmes sont généralement aux prises avec le sentiment de ne pouvoir se réaliser à travers leur quotidien professionnel, elles doutent de leur potentiel et sont peu informées sur les perspectives d'emploi et les possibilités de formation.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

CLIENTELE-CIBLE

 (suite)Adultes licenciés

Plusieurs adultes se retrouvent parmi le groupe de personnes qui, après avoir travaillé 10, 15 ou même 25 ans pour la même entreprise, se voient remerciés de leurs services parce que celle-ci se modernise, diminue ses activités ou que, tout simplement, elle ferme ses portes.

Ces gens sont souvent:

- peu scolarisés;
- peu polyvalents;
- déroutés face à leur devenir professionnel.

Adultes accidentés du travail

Certains adultes, victimes d'un accident de travail, se retrouvent parfois sans emploi et se doivent alors de requestionner rapidement leur but professionnel. Suite à un accident ayant laissé des séquelles plus ou moins importantes, ils se voient au prise avec une redéfinition en profondeur de leur devenir.

Ces adultes sont souvent:

- désorganisés quant à leur situation;
- déroutés face à leur devenir professionnel;
- peu confiants de se réaliser à nouveau comme travailleur et travailleuse.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

PRINCIPES DIRECTEURS

- L'adulte est la seule personne à décider de ses actions et de son orientation.
Il doit être habilité à prendre en charge son apprentissage.
- Les méthodes privilégiées devront permettre d'utiliser les expériences de l'adulte et de l'impliquer dans l'analyse de ses expériences.
L'adulte possède une expérience qui lui est propre.
- Les motivations à apprendre de l'adulte reposent sur un besoin de se réaliser comme individu et d'être en mesure d'assumer les divers rôles sociaux qu'il a à jouer.
- Le processus de formation fait appel aussi bien aux émotions qu'à l'intelligence.
L'état personnel de l'individu affecte son aptitude à apprendre. Afin de créer le climat le plus favorable qui soit, on doit se centrer sur les adultes avant de se centrer sur l'objectif.
- L'apprentissage (le changement de comportement ou la consolidation de comportement) est le résultat de l'intégration de l'expérience.

Pour apprendre, il ne s'agit pas seulement de fournir des renseignements, il faut vivre des situations. Par l'expérience pratique, les notions apprises se concrétisent et prennent leur sens.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

OBJECTIF GENERAL

Clarifier son objectif professionnel, planifier son projet de formation et préparer son insertion ou sa réinsertion sur le marché du travail.

TABLEAU DES COURS ET DES UNITES

NO	TITRE	NOMBRE D'OBJECTIFS TERMINAUX	NOMBRE D'UNITES	NOMBRE D'OBJECTIFS INTERMEDIAIRES
1	Bilan et choix professionnels	1	3	13
2	Planification de son projet de formation	1	2	13
3	Recherche d'emploi	1	3	12

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

COURS 1: Bilan et choix professionnels

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

OBJECTIF GENERAL: Clarifier son objectif professionnel, planifier son projet de formation et préparer son insertion ou sa réinsertion sur le marché du travail.

COURS 1: Bilan et choix professionnels

NOMBRE D'UNITES: 3

CONTEXTE

Il suffit de côtoyer un peu les adultes qui reviennent aux études pour constater à quel point le travail fait partie de leurs préoccupations et de leurs objectifs de retour aux études. On note que, souvent, une majorité des adultes fréquentant les centres de formation n'ont aucune idée précise de leur but professionnel.

Comme chacun de ces adultes veut améliorer ses conditions de vie sur le marché du travail, il apparaît donc essentiel qu'ils se confrontent à leur objectif professionnel ainsi qu'à leur projet de vie.

CLIENTELE-CIBLE

Tout adulte provenant des programmes de formation générale, de formation professionnelle et d'éducation populaire. Il poursuit des études secondaires, à temps plein ou à temps partiel, en vue d'une insertion ou réinsertion sur le marché du travail.

INTENTIONS ANDRAGOGIQUES

Il serait indispensable que chaque adulte puisse bénéficier d'un suivi afin d'assurer une continuité à sa démarche de clarification de ses choix professionnels.

Même si la démarche de formation est individuelle, il est nécessaire pour bien cerner ou intégrer certains apprentissages d'organiser des activités de groupe.

CONTENU

Le cours Bilan et choix professionnels traite principalement de la clarification de choix professionnels: l'adulte sera amené à tracer un bilan personnel à partir de ses acquis expérimentiels. Il aura également à identifier certains métiers selon ses propres intérêts et valeurs, en tenant compte des monographies d'emploi et de son bilan personnel. De plus, l'adulte apprendra à reconnaître et évaluer les différents facteurs pouvant influencer sa décision.

COURS 1: Bilan et choix professionnels

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIF TERMINAL

1.1 Énoncé de compétence: Préciser son ou ses choix professionnels.

Condition générale : En tenant compte de la pertinence des éléments de son bilan personnel.

Aspects observables :

- Description conforme à la réalité des exigences des emplois considérés.
- Description des implications pour soi de ce ou ces choix professionnels.
- Présence d'éléments de réflexion sur l'exercice de son pouvoir sur ce ou ces choix.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

ÉLÉMENTS DE CONTENU

- | | |
|---|---|
| 1.1.1 Clarifier le pourquoi d'une démarche de choix professionnels. | <ul style="list-style-type: none"> - Explication d'une démarche de choix professionnels. - Impacts d'une démarche de choix professionnels. - Raisons d'une démarche de choix professionnels. - Conditions d'une démarche de choix professionnels. - Différents moyens de préciser des choix professionnels. |
| 1.1.2 Définir les composantes d'un bilan personnel. | <ul style="list-style-type: none"> - Définition d'un bilan. - Raisons de faire un bilan. - Contenu d'un bilan de choix professionnels: <ul style="list-style-type: none"> . connaissances; . compétences; . traits de personnalité; . expériences de vie, de formation et de travail. |
| 1.1.3 Décrire ses expériences de vie, de formation et de travail. | <ul style="list-style-type: none"> - Définition de ce qu'on entend par expérience. + Façon de décrire ses expériences. - Secteurs d'expérience: <ul style="list-style-type: none"> . formation; . travail; . activités personnelles. |
| 1.1.4 Identifier ses connaissances acquises à travers ses expériences de vie, de formation et de travail. | <ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par connaissance. - Comment identifier ses connaissances. |

COURS 1: Bilan et choix professionnels (suite)

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
1.1.5 Identifier ses compétences développées à travers ses expériences de vie, de formation et de travail.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par compétence: <ul style="list-style-type: none"> . aptitudes physiques; . comportementales; . intellectuelles. - Comment identifier ses compétences.
1.1.6 Identifier les traits caractéristiques de sa personnalité.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par trait de personnalité: <ul style="list-style-type: none"> . valeurs; . intérêts; . tempérament; . qualités; . comportement. - Comment identifier ses traits de personnalité.
1.1.7 Rédiger son bilan en tenant compte des composantes d'un bilan personnel.	<ul style="list-style-type: none"> - Comment rédiger un bilan. - Tracer mon portrait.
1.1.8 Décrire la vision de son avenir et ses valeurs essentielles à respecter dans le choix d'emploi.	<ul style="list-style-type: none"> - Vision de son idéal, à partir de son passé et de son présent. - Définition de ses valeurs. - Priorisation de ses valeurs essentielles.
1.1.9 Identifier un ou des emplois selon ses intérêts et ses valeurs à partir des monographies d'emploi.	<ul style="list-style-type: none"> - Connaissance des instruments existants: <ul style="list-style-type: none"> . monographie; . REPERES; . CHOIX; . AREF; . etc. - Utilisation des instruments: <ul style="list-style-type: none"> . codes; . informations; . contenu; . etc. - Signification des catégories du C.C.D.P.
1.1.10 Décrire les exigences des emplois choisis.	<ul style="list-style-type: none"> - Définition des exigences: <ul style="list-style-type: none"> . salaire; . tempérament; . formation; . intérêts; . etc.

COURS 1: Bilan et choix professionnels (suite)

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
1.1.11 Comparer les exigences des emplois aux forces et faiblesses dégagées de son bilan personnel.	<ul style="list-style-type: none"> - Utilisation de mon portrait. - Grille des emplois retenus. - Comment faire une comparaison. - Grille de comparaison.
1.1.12 Evaluer l'implication de mes choix.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par conditions de décision (internes et externes): <ul style="list-style-type: none"> . besoins; . peurs-craintes; . motivations; . confiance en soi; . famille; . temps; . formation; . mobilité; . monétaire. - Le prix à payer pour le choix: <ul style="list-style-type: none"> . avantages; . désavantages.
1.1.13 Planifier l'exercice de son pouvoir sur son ou ses choix professionnels.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par pouvoir. - Les moyens de me donner du pouvoir dans ma prise de décision et dans mon action.

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

COURS 2: Planification de son projet de formation

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHÉ DU TRAVAIL

OBJECTIF GENERAL: Clarifier son objectif professionnel, planifier son projet de formation et préparer son insertion ou sa réinsertion sur le marché du travail.

COURS 2: Planification de son projet de formation

NOMBRE D'UNITES: 2

CONTEXTE

Les adultes sont très souvent perdus devant le système d'éducation avec son jargon de structures, de choix de cours, de crédits à acquérir, de préalables à posséder, etc. Ils manquent d'information suffisante pour être capable eux-mêmes de tracer leur profil de formation. Ils n'ont peu ou pas développé cette habileté à planifier, organiser et évaluer leur situation.

Voilà les raisons mêmes de ce cours qui a été conçu dans le dessein d'apprendre à planifier son projet personnel de formation.

CLIENTELE-CIBLE

Tout adulte provenant des programmes de formation générale, de formation professionnelle et d'éducation populaire. Il poursuit des études secondaires, à temps plein ou à temps partiel, en vue d'atteindre un objectif professionnel.

INTENTION ANDRAGOGIQUE

L'adulte doit être confronté à une personne-ressource pour discuter de son plan d'action de son projet de formation.

CONTENU

Le cours Planification de son projet de formation traite principalement de l'élaboration d'un plan de formation adapté aux objectifs professionnels et personnels de l'adulte. Il identifiera les différentes alternatives de formation en tenant compte de ses connaissances, ses compétences et des composantes de sa personnalité à développer. Ceci lui permettra d'établir ses objectifs de formation ainsi que d'analyser les moyens pour atteindre ces objectifs. Il aura appris à établir des modalités d'évaluation permettant la réalisation de son plan de formation.

COURS 2: Planification de son projet de formation

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIF TERMINAL

2.1 Énoncé de compétence: Tracer son plan de formation.Condition générale : En tenant compte de son orientation professionnelle.

- Aspects observables :
- Clarté des énoncés de ses objectifs professionnels et personnels.
 - Description des principales connaissances, compétences et composantes de sa personnalité à améliorer.
 - Pertinence du plan par rapport à l'atteinte des objectifs.
 - Présence d'une évaluation de la "faisabilité" de son plan de formation.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

ELEMENTS DE CONTENU

2.1.1 Identifier les composantes d'un plan de formation.

- Définition d'un projet de formation.
- Pourquoi un projet de formation:
 - . raisons;
 - . avantages;
 - . impacts.
- Définition d'une planification.
- Contenu d'un plan:
 - . objectifs;
 - . conditions;
 - . moyens;
 - . échéancier;
 - . processus de formation;
 - . remise en question.

2.1.2 Formuler ses objectifs professionnels et personnels.

- Définition d'objectif:
 - . centré sur les résultats;
 - . précis;
 - . mesurable.
- Ce qu'on entend par des objectifs professionnels et personnels.
- Importance de définir des objectifs personnels pour définir des objectifs professionnels.

2.1.3 Identifier les différentes alternatives de formation.

- Explication du monde de l'éducation.
- Méthode de recherche dans les documents et consultation.
- Accès sur le marché du travail à partir des différentes formations.

COURS 2: Planification de son projet de formation (suite)

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

ELEMENTS DE CONTENU

2.1.4 Identifier les connaissances à acquérir.	<ul style="list-style-type: none"> - Grille d'objectifs professionnels (instrument). - Acquisitions académiques pour atteindre les objectifs. - Définition de connaissance. - Précision des connaissances à acquérir. - Confrontation avec ses objectifs professionnels.
2.1.5 Identifier les compétences à améliorer.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par compétence. - Compétences exigées par les métiers. - Grille objectifs professionnels (instrument). - Grille compétences que je possède (instrument).
2.1.6 Identifier les composantes de sa personnalité à développer.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par composantes de la personnalité. - Composantes personnelles valorisées pour le métier. - Grille mon portrait (instrument). - Grille objectifs professionnels (instrument).
2.1.7 Définir ses objectifs de formation.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par objectifs de formation. - Détermination d'objectifs de formation en fonction des objectifs professionnels et personnels (pertinence des liens). - Etapes de réalisation.
2.1.8 Analyser les moyens d'atteindre les objectifs de formation.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par moyens (façons de faire). - Identification de moyens.
2.1.9 Prioriser des objectifs de formation.	<ul style="list-style-type: none"> - Importance de prioriser. - Comment prioriser.
2.1.10 Etablir l'échéancier de l'atteinte des objectifs de formation.	<ul style="list-style-type: none"> - Définition d'un échéancier. - Importance d'un échéancier. - Grille d'échéancier: <ul style="list-style-type: none"> . court terme; . long terme.

COURS 2: Planification de son projet de formation (suite)

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
2.1.11 Décrire l'influence de certains facteurs sur l'atteinte de ses objectifs.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par facteurs d'influence: <ul style="list-style-type: none"> . confiance en soi; . motivation; . mes capacités; . âge - santé; . rendement; . succès - échec; . impact de l'environnement; . social; . famille; . aspect financier; . mobilité. - Identification des facteurs qui lui sont propres.
2.1.12 Déterminer les critères d'évaluation de son plan de formation.	<ul style="list-style-type: none"> - Ce qu'on entend par critères: <ul style="list-style-type: none"> . "faisabilité"; . pertinence; . mise à jour périodique; . etc.
2.1.13 Expliquer l'importance d'une évaluation constante de son plan de formation.	<ul style="list-style-type: none"> - Importance de l'évaluation. - Remise en question de son plan. - Impact de la remise en question: <ul style="list-style-type: none"> . sur les objectifs; . sur la motivation.

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

COURS 3: Recherche d'emploi

VOLET 4: PERSPECTIVES D'EMPLOI ET MARCHE DU TRAVAIL

OBJECTIF GENERAL: Clarifier son objectif professionnel, planifier son projet de formation et préparer son insertion ou sa réinsertion sur le marché du travail.

COURS 3: Recherche d'emploi

NOMBRE D'UNITES: 3

CONTEXTE

Dans un marché du travail où la concurrence est de plus en plus forte et où la qualité est des plus recherchée, il devient difficile de se trouver un emploi, sans se préparer à cette démarche. Les adultes se retrouvent, pour la très grande majorité, désarmés devant cette tâche à accomplir.

Il faut donc pour qui que ce soit, qui cherche du travail, se développer dans ce domaine un bagage d'habiletés et devenir tout au moins compétitif avec l'ensemble des chercheurs et chercheuses d'emploi.

CLIENTELE-CIBLE

Tout adulte provenant des programmes de formation générale, de formation professionnelle et d'éducation populaire, ou de tout autre programme visant l'insertion ou la réinsertion sur le marché du travail.

INTENTIONS ANDRAGOGIQUES

Nous proposons que l'évaluation de ce cours soit faite sur les habiletés à utiliser les instruments et la maîtrise des techniques.

Même si la démarche de formation est individuelle, il est nécessaire, pour bien cerner ou intégrer certains apprentissages, d'organiser des activités de groupe.

CONTENU

Par le cours Recherche d'emploi, l'adulte apprendra à reconnaître les réalités du marché du travail. Il prendra conscience des nouvelles exigences du monde de l'emploi. De plus l'adulte s'appropriera différents instruments et techniques, tels que le curriculum vitae, la lettre de présentation, les techniques d'entrevue de sélection ainsi que les techniques de recherche active d'emploi. Il sera capable d'appliquer concrètement les apprentissages effectués en initiant une recherche d'emploi sous supervision.

COURS 3: Recherche d'emploi

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIF TERMINAL

3.1 Énoncé de compétence: Déterminer une stratégie d'utilisation des instruments et des techniques de recherche d'emploi.

Conditions générales: - En tenant compte de son orientation professionnelle.
- En référant à des emplois sélectionnés pour soi.

Aspects observables : - Cohérence dans la stratégie retenue.
- Description des instruments et des techniques privilégiés.
- Présence d'éléments de réflexion sur la praticabilité de sa stratégie en référence à la situation actuelle du marché du travail.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

ELEMENTS DE CONTENU

3.1.1 Expliquer dans quelle mesure les contraintes et les possibilités liées au marché du travail peuvent influencer son insertion au travail.

- Définition globale du marché du travail.
- Contraintes du marché du travail:
 - . chômage;
 - . compétition;
 - . mobilité;
 - . formation spécialisée;
 - . développement technologique;
 - . instabilité économique.
- Possibilités du marché du travail:
 - . nouveaux emplois;
 - . emplois à la hausse;
 - . création (emploi - entreprise).
- Conditions de travail:
 - . horaire;
 - . salaire;
 - . santé;
 - . etc.

3.1.2 Expliquer comment les attitudes, comportements et qualités peuvent aider ou nuire à son insertion sur le marché du travail.

- Présentation des attitudes, comportements et qualités recherchés par les employeurs:
 - . polyvalence;
 - . ouverture au changement;
 - . formation continue;
 - . capacité d'adaptation;
 - . implication dans l'entreprise,
 - . autonomie;
 - . motivation au travail;
 - . ponctualité;
 - . etc.
- Impact de ses attitudes, comportements et qualités sur l'emploi.

COURS 3: Recherche d'emploi (suite)

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
3.1.3 Définir les attitudes à développer face à la recherche d'emploi.	<ul style="list-style-type: none"> - Définition de la recherche d'emploi: <ul style="list-style-type: none"> . insertion; . réinsertion. - Mon portrait: <ul style="list-style-type: none"> . comme employé et employée; . comme chercheur et chercheuse d'emploi. - Comment aborder la recherche d'emploi: <ul style="list-style-type: none"> . attitude; . questionnaire sur les attitudes; . comportements et qualités au travail.
3.1.4 Décrire les techniques de recherche d'emploi.	<ul style="list-style-type: none"> - Démarches à faire pour rechercher de l'emploi: <ul style="list-style-type: none"> . centres d'emploi; . journaux - revues; . relations - contacts personnels; . bottin des employeurs; . téléphone; . formulaires d'emploi. - Liste des emplois et employeurs. - Information à recueillir sur emplois et entreprises.
3.1.5 Décrire les différents types de curriculum vitae et lettres de présentation.	<ul style="list-style-type: none"> - Types de curriculum vitae: <ul style="list-style-type: none"> . biographique; . fonctionnel; . chronologique. - Types de lettres: <ul style="list-style-type: none"> . réponse à une offre; . demande d'emploi; . présentation (curriculum vitae). - Le contenu du curriculum vitae.
3.1.6 Rédiger son curriculum vitae et une lettre de présentation.	<ul style="list-style-type: none"> - Renseignements pour rédiger son curriculum vitae: <ul style="list-style-type: none"> . expériences de travail; . formation et compétences; . renseignements personnels; . activités. - Exemples et choix de curriculum vitae. - Rédaction du curriculum vitae.

COURS 3: Recherche d'emploi (suite)

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

ELEMENTS DE CONTENU

3.1.7 Distinguer les caractéristiques d'une entrevue.

- Contenu d'une entrevue:
 - . présentation;
 - . réponses appropriées;
 - . questions;
 - . etc.
- Types d'entrevue:
 - . information;
 - . sélection;
 - . engagement.
- Trucs à retenir:
 - . information à recueillir;
 - . attentes de l'employeur;
 - . questions discriminatoires;
 - . négociation;
 - . franchise;
 - . etc.

3.1.8 Se sensibiliser à l'importance de certaines attitudes et de certains comportements en entrevue.

- Attitudes:
 - . sincérité;
 - . détermination;
 - . ouverture d'esprit;
 - . pensée positive;
 - . disponibilité;
 - . etc.
- Comportements:
 - . poignée de mains;
 - . regard sur l'employeur;
 - . tics à éviter;
 - . stress;
 - . etc.

3.1.9 Expérimenter une entrevue de sélection.

- Préparation à l'entrevue.
- Expérimentation de l'entrevue sur vidéo.

3.1.10 Evaluer une entrevue de sélection.

- Raisons d'une évaluation.
- Critères d'une évaluation.
- Notation de l'entrevue.
- Corrections à apporter.

COURS 3: Recherche d'emploi (suite)

NOMBRE D'UNITES: 3

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
3.1.11 Elaborer un plan de recherche d'emploi.	<ul style="list-style-type: none"> - Etapes d'une planification: <ul style="list-style-type: none"> . quoi; . qui; . quand; . où; . etc. - Court terme et long terme.
3.1.12 Initier une recherche d'emploi sous supervision.	<ul style="list-style-type: none"> - Facteurs influençant la recherche: <ul style="list-style-type: none"> . motivation; . confiance en soi; . réussite - échec; - Evaluation périodique. - Réajustement du plan.

**PRESENTATION DU VOLET 5:
ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES**

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

BUT: Favoriser chez l'adulte sa pleine réalisation comme individu et comme membre d'une collectivité dans une société en changement.

VOLET 5: ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES

PROBLEMATIQUE

Dans la pratique quotidienne, il est souvent possible de constater que l'adulte traîne avec lui un passé chargé de perceptions, d'attitudes et de comportements parfois négatifs à l'égard du système scolaire et des apprentissages. Il manque généralement de confiance en lui et craint de se retrouver en situation d'échec. Malgré son désir et sa volonté d'apprendre, l'ombre de l'insuccès persiste.

Par rapport à l'enseignement individualisé plus spécifiquement, il est aussi possible d'observer une certaine difficulté d'adaptation. L'adulte doit s'ajuster à ce nouveau mode de fonctionnement.

Prendre ses apprentissages en main nécessite une autonomie pour laquelle il peut ne pas avoir été préparé: l'enseignement traditionnel l'ayant bien souvent contraint et conditionné à une relation de dépendance et de passivité.

Les cours proposés dans ce volet pourront amener graduellement l'adulte, dans ses apprentissages, à considérer et à utiliser davantage ses ressources personnelles et celles du milieu. Ces cours pourront aussi lui faire reconnaître la nécessité de l'autonomie et l'amener à la juger essentielle dans l'apprentissage individualisé.

CLIENTELE-CIBLE

Les cours de ce volet s'adressent aux adultes qui ont laissé les études depuis un certain nombre d'années et qui, visiblement, manquent très souvent de confiance dans leurs capacités face au monde scolaire.

Toutefois, ces cours semblent moins importants pour certaines catégories d'apprenants et d'apprenantes:

- . les adultes venant du CEGEP et qui sont à l'Education des adultes pour compléter quelques cours;
- . les travailleurs et les travailleuses qui ont une expérience nécessitant un bon sens de l'organisation.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 5: ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES

PRINCIPES DIRECTEURS

- Tenir compte de l'expérience de l'adulte.

Il importe de respecter la spécificité de l'apprenant et de l'apprenante adulte et de s'ajuster à la diversité des expériences de vie, des expériences de travail, des environnements, des cultures et des valeurs qui ne sont pas toujours identiques.

- S'ajuster aux différences individuelles.

Il convient aussi de s'adapter aux différences individuelles. Les formateurs et les formatrices doivent en tenir compte dans leurs interventions.

- Favoriser l'andragogie du succès.

Il est souhaitable d'utiliser la pédagogie, plutôt l'andragogie du succès. Les moyens suggérés peuvent être les suivants:

- . une attitude réceptive et chaleureuse;
- . un support discret et soutenu;
- . un encouragement constant;
- . des félicitations opportunes.

- Considérer les acquis de l'adulte.

A travers la démarche proposée, l'adulte doit arriver à connaître ses forces, ses faiblesses et ses acquis. Il devra travailler à réinvestir ses ressources personnelles, lesquelles pourront lui profiter et enrichir sa façon d'apprendre.

Dans l'ensemble, les cours qu'offre ce volet proposent à l'adulte l'acquisition de moyens adaptés à ses besoins. Ces moyens pourront d'abord lui permettre d'être plus à l'aise en situation d'apprentissage et ensuite le conduire, en tant qu'apprenant ou apprenante, à plus d'autonomie.

PROGRAMME DEVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

VOLET 5: ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES

OBJECTIF GENERAL

Améliorer ses apprentissages par une meilleure gestion de ses ressources personnelles et de celles disponibles dans son milieu pour réaliser son plan de formation.

STRUCTURE DU VOLET

NO	TITRE	NOMBRE D'OBJECTIFS TERMINAUX	NOMBRE D'UNITES	NOMBRE D'OBJECTIFS INTERMEDIAIRES
1	Initiation au système d'apprentissage individualisé	1	1	6
2	Processus de recherche d'information	1	2	6
3	Stratégies d'étude et de passation d'examen	1	2	8

VOLET 5: ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES
COURS 1: Initiation au système d'apprentissage individualisé

VOLET 5: ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES

OBJECTIF GENERAL: Mieux gérer ses ressources personnelles et celles de son milieu dans le contexte de la réalisation de son plan de formation.

COURS 1: Initiation au système d'apprentissage individualisé

NOMBRE D'UNITES: 1

CONTEXTE

L'adulte, se rappelant les situations vécues en enseignement traditionnel, semble un peu inquiet quand on lui propose l'enseignement individualisé.

Pour réussir à organiser ses apprentissages, il doit connaître le nouveau format d'enseignement qui lui est proposé et en apprécier les caractéristiques.

CLIENTELE-CIBLE

Ce cours s'adresse à l'adulte qui, ayant quitté les études, récemment ou non, s'inscrit à un cours en enseignement individualisé.

COURS 1: Initiation au système d'apprentissage individualisé**NOMBRE D'UNITES: 1****INTENTIONS ANDRAGOGIQUES**

L'adulte, initié à l'apprentissage individualisé, doit arriver à mieux gérer son rythme et sa manière d'apprendre, tout en se préoccupant de sa motivation. Il doit aussi considérer ses ressources personnelles et apprendre à les utiliser de façon plus appropriée.

Progressivement, l'adulte est amené à découvrir la nécessité et le plaisir de l'autonomie dans la gestion de son apprentissage et le fait qu'il en est le premier responsable.

CONTENU

Ce cours permet à l'adulte de connaître les principales caractéristiques de l'enseignement individualisé, de comparer ce format avec celui de l'enseignement traditionnel et de voir quelles en seront les implications pour lui et pour le milieu.

COURS 1: Initiation au système d'apprentissage individualisé

NOMBRE D'UNITES: 1

OBJECTIF TERMINAL	
1.1 <u>Énoncé de compétence:</u>	Décrire les implications des caractéristiques propres à l'apprentissage individualisé.
<u>Condition générale:</u>	En référence à la situation du milieu où l'apprenant, l'apprenante entend poursuivre ses études.
<u>Aspects observables:</u>	<ul style="list-style-type: none">- Une description adéquate des principales caractéristique:<ul style="list-style-type: none">. approche andragogique;. données organisationnelles;. mode d'évaluation;. etc.- Présence d'éléments de réflexion sur les implications personnelles.- Présence d'éléments de réflexion sur les implications pour le milieu.

COURS 1: Initiation au système d'apprentissage individualisé

NOMBRE D'UNITES: 1

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
1.1.1 Définir les principales caractéristiques à considérer lors de la description d'une approche d'apprentissage.	<ul style="list-style-type: none"> - Les caractéristiques générales. - La place de l'apprenant et de l'apprenante. - La place des divers intervenants et intervenantes.
1.1.2 Définir les caractéristiques de l'approche traditionnelle.	<ul style="list-style-type: none"> - Les caractéristiques d'une approche traditionnelle. - La place de l'apprenant et de l'apprenante. - La place des divers intervenants et intervenantes.
1.1.3 Décrire les caractéristique d'une approche individualisée.	<ul style="list-style-type: none"> - Les caractéristiques d'une approche individualisée. - La place de l'apprenant et de l'apprenante. - Les ressources humaines. - Les interrelations. - Les éléments particuliers: <ul style="list-style-type: none"> . le rythme; . les acquis; . les lieux; . les autres éléments.
1.1.4 Relier des implications personnelles aux caractéristiques d'une approche individualisée.	<ul style="list-style-type: none"> - La prise en charge. - La motivation. - La gestion du temps. - L'horaire personnel. - L'organisation. - L'échéancier. - L'utilisation du matériel d'apprentissage. - Les moments d'évaluation.

COURS 1: Initiation au système d'apprentissage individualisé (suite)

NOMBRE D'UNITES: 1

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
1.1.5 Relier des implications pour l'environnement éducatif aux caractéristiques d'une approche individualisée.	<ul style="list-style-type: none"> - L'accueil. - Les tests de classement. - La référence. - La récupération. - Le matériel d'apprentissage. - L'atelier. - Le suivi.
1.1.6 Comparer les deux approches pour y trouver des avantages.	<ul style="list-style-type: none"> - L'évaluation des apprentissages. - La comparaison des avantages, des inconvénients et des exigences. - L'évaluation personnelle.

VOLET 5: ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES
COURS 2: Processus de recherche d'information

VOLET 5: ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES

OBJECTIF GENERAL: Mieux gérer ses ressources personnelles et celles de son milieu dans le contexte de son plan de formation.

COURS 2: Processus de recherche d'information

NOMBRE D'UNITES: 2

CONTEXTE

L'adulte, très souvent, ne sait pas comment faire ou se décourage facilement quand il doit travailler seul dans ses guides, des livres de référence ou du matériel audio-visuel.

Méconnaissant quelquefois ses propres ressources, il éprouve de la difficulté à trouver, à reconnaître et à traiter l'information: il a tendance à abandonner facilement ses recherches.

CLIENTELE-CIBLE

Le processus de recherche d'information conviendra plus particulièrement à l'adulte qui ne sait pas quoi chercher, où et comment le faire.

COURS 2: Processus de recherche d'information

NOMBRE D'UNITES: 2

INTENTION ANDRAGOGIQUE

Ce cours invite l'adulte à découvrir et à questionner ce qu'on lui présente ou ce qu'il trouve dans une recherche d'information. Sachant faire une utilisation mieux appropriée de quelques ressources suggérées, il arrivera à travailler seul plus facilement et de façon plus efficace.

CONTENU

A la suite d'un besoin d'information clairement identifié, l'adulte pourra apprendre, dans ce cours, à trouver les sources d'information, à relever l'information relative à sa recherche, à la sélectionner, puis à organiser cette information. Tout au long de son apprentissage, il évaluera la pertinence de l'information retenue.

COURS 2: Processus de recherche d'information

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIF TERMINAL	
2.1 <u>Enoncé de compétence:</u>	Planifier une démarche de recherche d'information.
<u>Condition générale:</u>	A partir d'un besoin d'information relié à un objectif d'apprentissage.
<u>Aspects observables:</u>	<ul style="list-style-type: none">- Clarté et concision de la définition du besoin d'information.- Pertinence des sources d'information identifiées.- Présence d'un plan d'organisation des informations recueillies.- Présence d'une grille d'évaluation de l'information disponible.

COURS 2: Processus de recherche d'information

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
2.1.1 Identifier clairement le besoin d'information relié à l'apprentissage.	<ul style="list-style-type: none"> - Les questions à poser. - Les précisions à obtenir. - Les erreurs à corriger.
2.1.2 Inventorier complètement les sources disponibles dans son milieu pour trouver de l'information.	<ul style="list-style-type: none"> - La liste des sources possibles: <ul style="list-style-type: none"> . les ressources humaines; . les ressources matérielles. - La façon de les utiliser.
2.1.3 Etablir des critères en vue de sélectionner l'information disponible.	<ul style="list-style-type: none"> - La liste des éléments voulus.
2.1.4 Sélectionner l'information pertinente trouvée dans les sources disponibles.	<ul style="list-style-type: none"> - L'analyse de l'information. - Les priorités. - L'information retenue.
2.1.5 Structurer l'information retenue.	<ul style="list-style-type: none"> - Les fiches. - Le plan.
2.1.6 Utiliser l'information.	<ul style="list-style-type: none"> - Les notes à prendre. - Le plan à établir.

VOLET 5: ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES
COURS 3: Stratégies d'étude et de passation d'examen

VOLET 5: ORGANISATION DE SES APPRENTISSAGES SCOLAIRES

OBJECTIF GENERAL: Mieux gérer ses ressources personnelles et celles de son milieu dans le contexte de la réalisation de son plan de formation.

COURS 3: Stratégies d'étude et de passation d'examen

NOMERE D'UNITES: 2

CONTEXTE

L'adulte, dans bien des cas, a de la difficulté à s'organiser en situation d'apprentissage et ignore sa façon d'apprendre. Quand il étudie, il est souvent trop préoccupé par l'examen, vivant ainsi un stress continu et inutile. Il se prépare souvent mal à l'examen par méconnaissance de stratégies d'étude et de passation d'examen.

COMPÉTENCE-CIBLE

Ce cours s'adresse surtout à l'adulte désireux de découvrir une façon personnelle d'apprendre ou qui recherche des moyens pour étudier efficacement et mieux réussir. Ce cours pourra aussi aider celui qui a de la difficulté en situation d'examen.

COURS 3: Stratégies d'étude et de passation d'examen**NOMBRE D'UNITES: 2****INTENTION ANDRAGOGIQUE**

Ce cours propose à l'adulte des outils et des moyens qui pourront l'aider à mieux s'organiser dans ses apprentissages, à mieux se connaître comme apprenant ou apprenante et à considérer un examen comme une étape, ni plus ni moins importante que celles qui ont précédé dans ce processus de l'apprentissage.

CONTENU

Pendant ce cours, l'adulte pourra d'abord apprendre à connaître certains facteurs favorisant ou défavorisant l'apprentissage d'une discipline, puis découvrir sa personnalité à l'étude et aux examens. Il pourra aussi évaluer sa façon de travailler et de se préparer aux examens et, finalement, choisir parmi des stratégies proposées, celles qui lui conviennent le mieux.

COURS 3: Stratégies d'étude et de passation d'examen

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIF TERMINAL	
3.1 <u>Énoncé de compétence:</u>	Décrire une stratégie d'étude et une stratégie de passation d'examen.
<u>Condition générale:</u>	En se référant à son mode d'apprentissage et à sa personnalité.
<u>Aspects observables:</u>	<ul style="list-style-type: none"> - Description adéquate des aspects organisationnels et personnels des stratégies. - Pertinence des liens. - Présence d'éléments de réflexion sur le progrès réalisé.

COURS 3: Stratégies d'étude et de passation d'examen

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
3.1.1 Identifier les facteurs favorisant ou défavorisant l'apprentissage dans une situation de lecture.	<ul style="list-style-type: none"> - Le niveau de difficulté. - Le manque d'intérêt. - Les conditions physiques. - La lisibilité. - Etc.
3.1.2 Choisir des moyens pour aider sa compréhension en lecture.	<ul style="list-style-type: none"> - Les idées d'un texte. - Les moyens astucieux.
3.1.3 Identifier certains facteurs favorisant ou défavorisant le travail intellectuel.	<ul style="list-style-type: none"> - L'attention. - La concentration. - Le sens de l'observation. - La mémoire.
3.1.4 Décrire ce qui favorise ou défavorise son apprentissage.	<ul style="list-style-type: none"> - Le goût de l'étude. - L'organisation. - Les autres moyens.
3.1.5 Choisir des stratégies pour favoriser un meilleur apprentissage.	<ul style="list-style-type: none"> - La préparation de fiches. - L'élaboration de résumé. - L'étude active. - L'évaluation de ses techniques.
3.1.6 Décrire certaines facettes de sa personnalité en situation d'examen.	<ul style="list-style-type: none"> - Les attitudes. - Les comportements à l'examen.

COURS 3: Stratégies d'étude et de passation d'examen (suite)

NOMBRE D'UNITES: 2

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES	ELEMENTS DE CONTENU
3.1.7 Evaluer sa façon de préparer des examens.	<ul style="list-style-type: none"> - Les types de préparation. - Les moyens utilisés. - L'auto-évaluation.
3.1.8 Choisir des stratégies pour faciliter la préparation et la passation d'examen.	<ul style="list-style-type: none"> - La préparation à long terme. - La préparation à court terme. - La gestion de son stress. - Les moyens à utiliser.

