

Comprendre son jeune pour mieux l'orienter : études, métiers et avenir sur la Côte-Nord

**Webinaire
gratuit !**



Louis Cournoyer, Ph.D., c.o.

Professeur titulaire

Directeur des programmes de baccalauréat et
de majeures en développement des carrières

Université du Québec à Montréal

AU MENU CE SOIR ...

1. Préoccupations et considérations parentales
2. Quelle option d'études privilégier : mes conseils pour clarifier la réflexion
3. Des outils utiles et concrets pour aider votre enfant dans son orientation



PRÉOCCUPATIONS ET CONSIDÉRATIONS POUR LES PARENTS



Reconnaître ses vraies inquiétudes

(s'ouvrir au cœur autant qu'à la tête)

« J'ai peur que mon enfant rate sa vie »

- *Va-t-il trouver un emploi qu'il aime, mais qui assure aussi stabilité et sécurité ?*
- *Est-ce qu'il va dépendre de moi longtemps ?*
- *Est-ce que je fais assez comme parent ?*
- *Est-ce que je pousse trop... ou pas assez ?*

Je me sens impuissant.e; je ne peux pas le faire à sa place, même si j'aimerais lui dire ...

**Derrière les choix de son enfant,
il y a souvent une inquiétude plus profonde :
est-ce qu'il va bien s'en sortir dans la vie ?**

RECADRER

Les parents d'aujourd'hui pensent l'orientation de leur enfant
... comme en 1980 !

Choisir tôt, choisir le « bon », choisir stable, ne pas se tromper
... le monde actuel est différent.

En 2026 ...

- L'avenir n'appartient pas à ceux qui savent faire le bon choix, mais à ceux qui sauront **s'adapter** aux évolutions des emplois et du marché du travail ... puis à leur propre évolution (interne) comme personne !
- Qui suis-je ? Qu'est-ce que je veux ? Qu'est-ce que je veux être, avoir, faire de plus, de mieux ? ... ***tout au long de la vie !***

L'orientation n'est plus une décision unique.
C'est une compétence à développer.

Analyser et s'analyser
Explorer les changements et ses besoins
S'ajuster et se redéfinir



Préoccupations et impuissances parentales



Adolescence	Entrée dans l'âge adulte
Manque de motivation Procrastination Jeux vidéo Mauvaises fréquentations Résultats scolaires	Changement de programme Abandon Retour à la maison Indécision Dépression / déprime

Est-ce normal ?	Dois-je pousser ?
Est-ce un échec ?	Dois-je lâcher prise ?
Est-ce que j'ai raté quelque chose ?	Comment parler sans créer un conflit ?

L'indécision n'est pas un signe d'échec.

L'indécision est partie prenante d'une décision !

C'est souvent un signe que le jeune cherche à aligner quelque chose de plus profond.



Attitudes et comportements « de base »

- ✓ Baissez la pression, écoutez d'abord, et évitez de comparer votre enfant aux autres.
- ✓ Remplacez « Tu vas faire quoi plus tard ? » par « Qu'est-ce qui t'intéresse ces temps-ci ? »
- ✓ Nommez ses forces que vous voyez vraiment, et valorisez l'effort plus que le résultat.
- ✓ Proposez une petite exploration simple: parler à un.e professionnel.le d'une profession intéressante, allez aux portes ouvertes, stages d'un jour, assister à un cours ...
- ✓ Soyez un point d'appui calme et rassurant pendant qu'il apprend à se décider.



Formation
professionnelle ?



Formation
collégiale ?



Formation
universitaire ?

Quelle option d'études privilégier
pour votre enfant ?

Conseil # 1 : S'orienter est une question de « congruence »

« Aime-t-il réparer, construire,
manipuler des outils? »

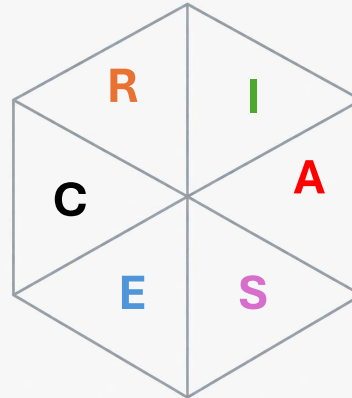
« Aime-t-il comprendre, analyser,
résoudre des énigmes? »

« Préfère-t-il bouger, travailler
dehors, être actif? »

« Pose-t-il beaucoup de questions
sur comment ça marche? »

« Aime-t-il organiser, classer,
suivre un plan clair? »

« Est-il à l'aise avec les
détails et les routines? »



« Aime-t-il créer, imaginer,
dessiner, inventer des idées? »

« Cherche-t-il des façons
originales de s'exprimer? »

« Aime-t-il convaincre, vendre,
diriger, prendre des décisions? »

« Aime-t-il aider, écouter,
encourager les autres? »

« Aime-t-il lancer des projets
et prendre des risques? »

« Se sent-il utile quand il
prend soin des gens? »



Conseil # 2 : Qu'est-ce qui est le plus payant ... globalement et à long terme ?

Quel salaire je veux ?

Quel style de vie je veux ?

*Quel type d'horaires, de tâches, de conditions de travail
je peux (physiquement et psychologiquement) tolérer ?*

***Qu'est-ce qui est payant en argent, en condition,
en qualité de vie, en loisirs, en famille, en sécurité,
en horaires, etc. ?***

Votre enfant est-il :

Plus « dehors/concret » VS plus « bureau/écran » ?

Plus « équipe, groupe » VS plus « autonome, solitaire » ?

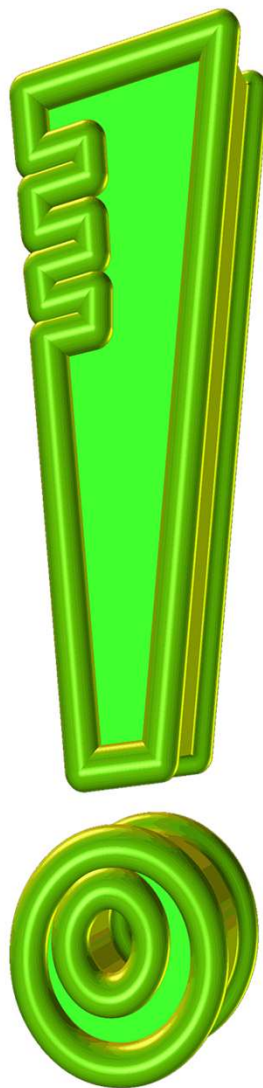
Plus « routine, habitude » VS plus « imprévu, changeant » ?

Plus « près de chez vous, garder ses attaches » VS plus « aventurier, à la découverte du nouveau ? »

Un job payant peut être un bon départ... si le mode de vie reste vivable.

Clarifier le style de travail et la réalité « Côte-Nord » aide à choisir en adulte !

Conseil # 3 : Prendre compte des « faits »



- Les parents influencent les aspirations scolaires et professionnelles en valorisant l'éducation et l'utilité des études.
- Un encadrement parental régulier, incluant le suivi scolaire, constitue un facteur de protection majeur contre le décrochage.
- L'éloignement des cégeps réduit les chances de compléter le secondaire; les distances peuvent atteindre 850 km selon la MRC.
- Travailler plus de 16 heures par semaine au secondaire augmente la fatigue, la détresse et les idées d'abandon.
- Sans diplôme, le taux d'emploi diminue, le chômage augmente et les revenus restent nettement plus faibles.
- Le décrochage est associé à plus de problèmes de santé mentale, d'assistance sociale, d'incarcération et à une vie plus courte.
- La FGA mène à un DES équivalent et ouvre l'accès à la FP ou au collégial.

Gaudreault, M. (2021, 27 avril). *Portrait de la persévérance scolaire et de la réussite éducative en Côte-Nord*. Présentation. ÉCOBES – Recherche et transfert, Cégep de Jonquière.



Conseil # 4 : Garder des portes ouvertes et un peu de réalisme

- 16-17 ans, c'est souvent biologiquement et développement trop tôt pour prendre des décisions éclairées à long terme ... *Ben oui, c'est plate !*
- Les gens évoluent, les emplois évoluent ... les « bon matches » évoluent !
- Un choix n'est pas une prison ... chacun le parcours dont il a besoin !
 - Chemins possibles : DEP/ASP → expérience → spécialisation → DEC/technique
 - Études courtes → travail → retour en formation plus tard
- Une carrière, ça ne se trouve pas; une carrière, ça se construit !
- « Se garder en forme » professionnellement (compétences, adaptation) tout au long de la vie !

Conseil # 5 : Le fameux conseiller d'orientation ... c'est un conseiller, pas un diseux de bonne aventure !

- ✓ C'est une personne avec une scolarité de maîtrise (deuxième cycle universitaire) qui a été **formée en « relation d'aide appliquée à la carrière »**
- ✓ Il **ne connaît pas « tous » les emplois, toutes les formations**, mais il sait comment trouver l'information et les analyser de façon critique pour saisir les nuances et la pertinence
- ✓ Il est **expert « de processus »**, mais c'est votre enfant qui est expert « du contenu » ! Si votre enfant n'est pas engagé (l'enfant, pas le parent), il ne peut pas l'aider à s'explorer, se comprendre et se mobiliser dans quelque chose qu'il pourrait aimer.
- ✓ **Et les « tests » ?** Cela donne des informations pour discuter et donner sens ; ça ne donne pas la réponse ! La personne conseillère d'orientation les dépose sur la table, les expliquent, puis regarde avec votre enfant comment il serait possible de trouver un « sens » « orientant » dans tout cela.
- ✓ Donc, la conseillère, le conseiller d'orientation, ce **n'est pas un « diseux », un « trouveux »**, c'est une personne professionnelle de la relation d'aide appliquée à la carrière ... Au secondaire, ce sont aussi des « éducatrices, des éducateurs » qui vont tenir compte du fonctionnement de votre enfant, de ses conditions, de son dossier scolaire, pour mieux l'accompagner.





DES OUTILS POUR SOUTENIR VOS ENFANTS DANS LEUR ORIENTATION !



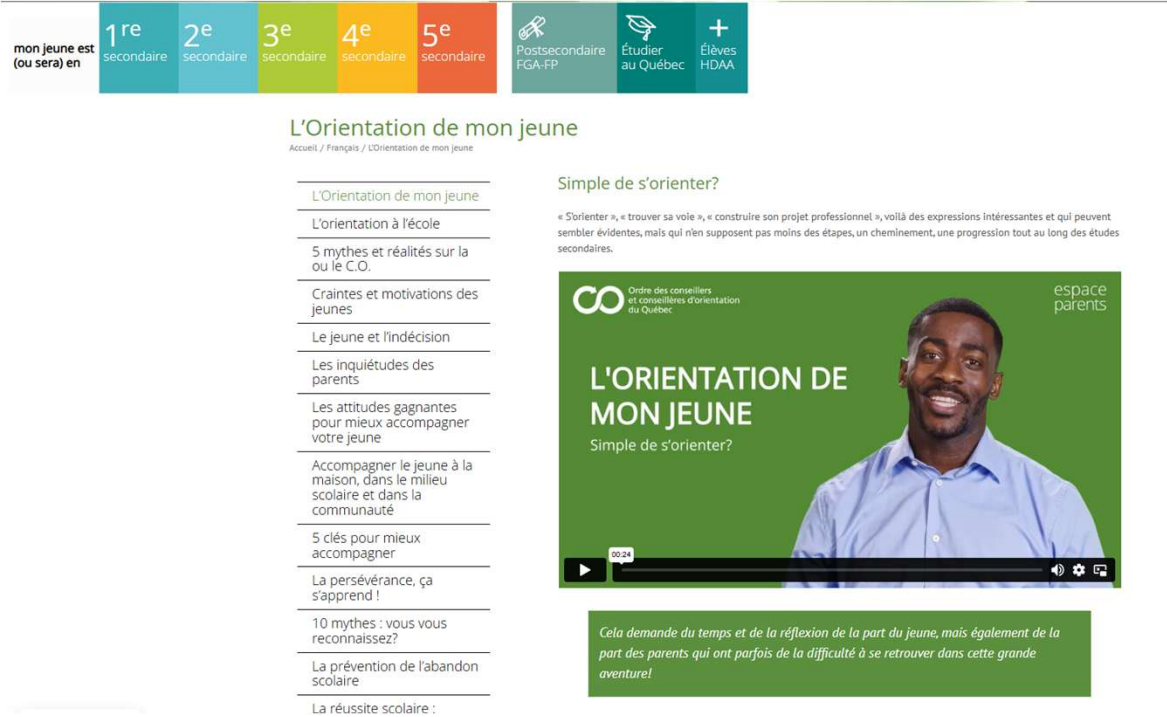
Attitudes relationnelles reconnues en relation d'aide ... applicables à vous !

Attitudes	Façons de les communiquer
Présence et écoute	• « Qu'est-ce qui te préoccupe le plus en ce moment pour ton avenir? » • « Est-ce que tu veux que je t'écoute, ou tu veux aussi des idées? » • « Qu'est-ce qui te ferait du bien, là, tout de suite? »
Empathie	• « Quand tu penses à l'école ou au travail, qu'est-ce que tu ressens? » • « C'est quoi le bout le plus stressant pour toi? » • « « Si j'étais dans tes souliers, qu'est-ce que je devrais comprendre? »
Authenticité	• « Je vais être honnête : je m'inquiète, mais je veux t'aider sans te pousser. » • « J'ai peur de mal m'y prendre : dis-moi comment tu aimerais que je t'aide. » • « Qu'est-ce que tu aimerais que j'arrête de faire, même si c'est « bien intentionné » ? »
Respect	• « Qu'est-ce qui est important pour toi, même si ce n'est pas ce que moi j'aurais choisi? » • « Qu'est-ce que TU veux pour ta vie, pas pour faire plaisir aux autres? » • « Qu'est-ce que tu veux que je respecte comme limite quand on en parle? »
Spécificité	• « Donne-moi un exemple : quand ça va mieux, qu'est-ce qui est différent? » • « Sur une échelle de 0 à 10, tu te sens à combien de confiance en ce moment? » • « C'est quoi le prochain petit pas réaliste : un appel, une visite, une recherche, une rencontre? »

ESPACE PARENTS a été conçu pour aider les parents du Québec à mieux comprendre ce que vivent leurs jeunes en leur donnant des outils pour les accompagner dans leur développement personnel et identitaire, et ce, tout au long de leurs études.



<https://espaceparents.org/>





JEUNES EXPLO, c'est 20 ans d'aide à l'orientation scolaire et professionnelle pour des milliers de jeunes âgés de 14 à 22 ans.

C'est aussi une occasion unique leur permettant l'exploration d'un métier ou d'une profession en milieu de travail sous la forme d'un stage d'un jour.

Bref, un outil facilitant et innovant pour tous les acteurs qui y sont impliqués. Notre mission? Favoriser la persévérance scolaire et l'orientation professionnelle, de manière à soutenir la relève au Québec.

<https://www.jeunes-explorateurs.org/>



<https://academos.qc.ca>

MENTORAT EN LIGNE

Échanger et poser des questions à des personnes professionnelles de vastes horizons professionnels !

-
- ❖ Academos, c'est l'application incontournable pour discuter avec des personnes passionnées par leur métier prêtes à t'aider à faire des choix éclairés pour ton avenir. Et c'est 100% gratuit!
 - ❖ Depuis près de 30 ans, Academos a comme mission de connecter les jeunes de 14 à 30 ans avec la réalité du monde du travail et les amener à concrétiser un projet de vie professionnelle épanouissant, afin de rendre notre société plus éduquée, qualifiée et prospère.

EXPLOREZ LE FUTUR AVEC VOTRE ADO



ACADEMOS

Desjardins

L'outil vous propose des cartes avec des questions. C'est simple, vous n'avez qu'à les poser à votre ado pour favoriser sa réflexion en lien avec son choix de carrière.

Rappelez-vous que l'objectif de cette activité est d'ouvrir la discussion. Elle doit se dérouler dans un climat d'écoute et de bienveillance. Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses.

<https://explore.academos.qc.ca/>

MonEmploi

Formations académiques

Formations continues

Métiers et professions

Magazine

Me connaître

Bulletin courriel

MonEmploi.com : la référence pour mes choix scolaires et professionnels

Explorer les formations et les établissements

Explorer les métiers et les professions

Septembre Éditeur de choix

Outils, contenus et expertise, par et pour le monde du travail

CONSULTER LE CATALOGUE

MonEmploi

Formations académiques

Formations continues

Métiers et professions

Magazine

Me connaître

Bulletin courriel

Questionnaires pour me connaître

Questionnaire pour établir son profil RIASEC (Gratuit)

Le profil RIASEC détermine les intérêts et les prédispositions d'une personne dans l'univers professionnel et aide à positionner chaque individu par rapport à ses motivations.

Dans le cadre du projet SOS de JeunesExplo

Enio - Une plateforme d'orientation numérique! (Abonnement)

Enio propose une démarche structurée, personnalisée et interactive aux élèves du deuxième cycle du secondaire. Ses solutions créatives soutiennent les interventions en orientation et en information scolaire et professionnelle.

Le monde scolaire : à chacun son parcours! (Gratuit)

Un survol du système scolaire québécois pour comprendre son fonctionnement et ses subtilités.

Cursus en ligne (\$)

Une démarche d'exploration en quatre étapes pour découvrir les programmes d'études liés à vos intentions professionnelles.

L'Inventaire systématique des intérêts professionnels (ISIP) (\$)

Pour découvrir les métiers et professions liés à vos intérêts!

Questionnaire Évaluation de mes qualités entrepreneuriales (Gratuit)

Les personnes entrepreneures possèdent certaines caractéristiques que l'on associe aux qualités entrepreneuriales. À l'aide de ce

Métiers et professions

Rechercher...

CNP ?

RIASEC ?

DPC ?

Connaissez-vous votre profil RIASEC?

Rechercher

Ce répertoire contient une foule d'informations sur plus de 1500 métiers et professions.

Par sphère d'activité

> L'activité économique

L'étude des systèmes et des marchés La comptabilité
La distribution et le transport La gestion des ressources humaines
La gestion financière et 3 autres

> L'organisation politique

L'administration de la justice La loi et l'ordre public
Les élus et les hauts fonctionnaires Les forces canadiennes
Les services correctionnels et de réinsertion sociale et 1 autre

> La communication

L'informatique et les télécommunications La presse écrite
La presse parlée Le multimédia Les relations publiques et la publicité

> La production des biens

L'énergie L'habillement La fabrication mécanique La métallurgie
La minéralurgie et 17 autres

> La quête des ressources

L'agriculture L'eau L'élevage L'horticulture La flore et la faune
et 8 autres

Modèles de CV

Exemples de CV

Générateur de CV

Aide et conseils sur le CV

monCVparfait

<https://www.monemploi.com>



MERCI !

Des questions ?