

CONSEILS AUX PARENTS



SES CHOIX, MON SOUTIEN, **SON AVENIR**

ÉCLAIRONONS L'HORIZON DE NOS JEUNES!

SEMAINE QUÉBÉCOISE DE L'ORIENTATION
4 AU 8 NOVEMBRE 2019

 Ordre des conseillers
et conseillères d'orientation
du Québec

www.espaceparents.org

 @OCCOQ #SQO2019

LES INCONTOURNABLES



PRENEZ LE TEMPS DE L'ÉCOUTER

Au souper, devant la télé, en voiture, autant de moments durant lesquels votre jeune vous parle ! Il vous informe de ce qu'il aime, de ce qu'il n'aime pas, de ses passions et de ses intérêts.

✓ Il suffit d'être attentif à ces conversations qui vous dévoilent bien souvent des éléments de sa personnalité, de ses aspirations, mais aussi de ses préoccupations.

REFLÉTEZ-LUI SES BONS COUPS ET SES FORCES

Votre jeune a réussi un examen difficile ? Il a participé à un tournoi sportif ou s'est occupé d'une tâche importante à la maison ?

✓ Félicitez-le ! Faites-lui des commentaires positifs et constructifs ! Il est très gratifiant pour un jeune de se faire refléter ses réussites. Vous êtes la personne la mieux placée pour souligner ses qualités, ses forces et ses aptitudes.

MONTREZ-VOUS PATIENT ET NE DÉNIGREZ PAS SES CHOIX

Les jeunes ont des intérêts qui leur sont propres et font des choix qui ne correspondent pas toujours à ce que vous voudriez pour eux. Si votre jeune s'intéresse à une profession qui ne vous plaît pas, ne dénigrez pas son intérêt.

✓ Demandez-lui plutôt ce qui l'attire dans celle-ci et faites preuve d'ouverture. Rappelez-vous qu'il est normal et sain pour un jeune d'explorer, de changer d'idée et de se questionner. Cette exploration l'aide à mieux se connaître et à développer son identité.

ENCOURAGEZ-LE À S'IMPLIQUER ET À EXPLORER

Rien de tel pour savoir si un métier ou une profession intéresse vraiment un jeune que de l'encourager à faire des activités d'exploration professionnelle : par exemple, visiter un établissement d'enseignement qui offre le programme donnant accès à ce métier ou à cette profession, rencontrer un travailleur du domaine qui l'intéresse, etc.

✓ Les « portes ouvertes » des établissements d'enseignement, les stages d'observation en entreprise, le mentorat et l'exploration sur Internet constituent autant d'activités qui peuvent nourrir la réflexion de votre jeune.



ACCOMPAGNEZ-LE !

Accompagner son jeune dans son exploration professionnelle est souvent très révélateur et rassurant pour le parent, qui peut ainsi :

- découvrir ce qui attire son jeune ;
- apprendre à mieux le connaître ;
- explorer avec lui des domaines parfois méconnus ;
- se rassurer quant aux programmes et/ou l'établissement d'enseignement choisis ;
- déconstruire des préjugés ou stéréotypes à l'égard de certaines formations.



POUR FAIRE FACE AUX CRAINTES ET GARDER CONFIANCE



DÉDRAMATISEZ

Il est important de garder en tête que le « bon choix » ou le « mauvais choix » n'existent pas.

- + Peu importe le programme de formation choisi, il s'agira d'une expérience qui permettra au jeune d'apprendre à mieux se connaître.
- + Il n'est plus vrai aujourd'hui que l'on choisit « pour la vie », puisqu'à tous les niveaux de formation et sur le marché du travail, les possibilités se multiplient et évoluent constamment, entraînant des besoins de spécialisation ou de perfectionnement.
- + La croyance erronée envers « LE » bon choix peut constituer une grande source d'anxiété pour le jeune et pour le parent. Il est donc nécessaire de la rectifier.
- + Les cheminements scolaires et professionnels variés sont normaux et même sains pour le développement vocationnel de tout individu.

FAITES-VOUS CONFIANCE ET RESTEZ INFORMÉS

Il peut sembler plus facile pour certains parents de « se retirer » du processus d'orientation de leur jeune, ayant l'impression de manquer de connaissances à ce sujet (ex. : information scolaire et professionnelle) et préférant faire confiance à leur jeune ainsi qu'à son conseiller d'orientation.

- + Toutefois, le fait de ne pas être au courant de ce que vit son jeune dans son processus d'orientation peut devenir encore plus anxiogène pour le parent et même nuire à leur relation (par exemple, le jeune pourrait ressentir que son parent n'est pas vraiment intéressé par ce qu'il vit).
- + Pour rester informés et vous faire confiance dans l'accompagnement que vous offrez à votre jeune, une panoplie d'outils sont à votre disposition et peuvent favoriser des discussions très intéressantes entre vous.
 - Sites Web;
 - Salons de l'éducation et de l'emploi;
 - Livres sur l'information et l'orientation scolaires et professionnelles;
 - Portes ouvertes des établissements d'enseignement;
 - Programmes « Stage d'un jour » ou « Étudiant d'un jour »;
 - Et plus encore!

RASSUREZ VOTRE JEUNE S'IL A « PEUR DE SE TROMPER »

Cette peur est très courante. En tant que parent, vous pouvez rassurer votre jeune, et ce, de différentes façons.

- + Expliquez-lui qu'il n'y a pas vraiment de « mauvais choix ». Peu importe ce qu'il choisira, il gagnera en expérience et se connaîtra mieux.
- + Rappelez-lui que le système scolaire actuel permet les cheminements variés, que le « choix parfait » n'existe pas, que plusieurs possibilités s'offrent à lui et qu'il pourra toujours, en cours de route, effectuer des changements.
- + Soutenez-le et rassurez-le en lui reflétant ses qualités (ex. : ordonné, sociable, réfléchi, actif, etc.) et ses aptitudes (ex. : sportives, artistiques, manuelles, relationnelles, etc.).
- + Il ne s'agit pas nécessairement de dire ou de faire quelque chose de grandiose, mais de lui faire sentir que vous le soutenez, de lui laisser le temps de réfléchir et, surtout, de respecter le fait que son choix de carrière lui appartient.

AIDEZ-LE À FAIRE FACE À LA « PEUR DU CHANGEMENT, DE L'INCONNU »

Le développement des jeunes est ponctué de nombreux changements, qui peuvent susciter des craintes et même de l'anxiété : nouvelle école, nouveaux cours, nouveaux groupes d'amis, nouveaux enseignants, premier travail étudiant, première voiture, premier appartement, parfois plusieurs déménagements... Ces craintes sont normales. Comme parent, vous pouvez aider votre jeune à composer avec le changement et l'inconnu.

- + Écoutez-le sans le juger, vous lui permettrez ainsi de verbaliser ses craintes et de mieux les comprendre.
- + Accompagnez-le à des événements pour l'aider à se familiariser avec les changements à venir (ex. : visites d'établissements d'enseignement ou de salons de l'éducation/emploi, etc.).
- + Encouragez-le à participer à des activités d'observation ou d'expérimentation (ex. : courts stages en milieu de travail, activités « étudiant d'un jour », etc.) afin qu'il puisse en apprendre davantage sur ce terrain qui lui est inconnu, mais aussi valider ses intérêts professionnels.

MYTHES ET RÉALITÉS



MON JEUNE DOIT CHOISIR UN DOMAINE OÙ IL Y A BEAUCOUP DE POSSIBILITÉS D'EMPLOI

- » Les métiers et professions se transforment, les taux de placement varient, les perspectives d'avenir évoluent et les technologies progressent à grande vitesse. L'état du marché du travail est en perpétuel mouvement et aucun choix n'offre de garanties.
- » Un jeune sera difficilement enthousiasmé par un choix de carrière effectué de manière exclusivement rationnelle, par exemple sur la base de taux de placement ou de conditions salariales.

MON JEUNE PEUT RÉALISER MES RÊVES

- » Il est courant que des parents souhaitent que leur jeune puisse réaliser un rêve qu'ils n'ont jamais pu concrétiser eux-mêmes, mais il s'agit souvent d'un rêve qui n'est pas nécessairement celui du jeune.
- » Par peur de déplaire, plusieurs jeunes peuvent se sentir contraints de suivre la route indiquée par leurs parents. Il est bien de leur parler des rêves que vous caressez pour eux, mais ne leur demandez pas de calquer leurs désirs et leurs rêves sur les vôtres.
- » Il est tout à fait humain de transposer sur notre jeune des aspirations qui nous appartiennent, cependant, chaque personne est unique et doit effectuer ses propres choix.

MON JEUNE DOIT « CHOISIR POUR LA VIE »

- » Pour un jeune, le fait de croire qu'il « choisit pour la vie » peut constituer une grande source d'anxiété (pour ses parents aussi !), alors qu'il s'agit d'une croyance tout à fait erronée.
- » Tant à la formation professionnelle, au cégep, à l'université que sur le marché du travail, il faut choisir entre différentes spécialités ou perfectionnements, et les changements de parcours sont des expériences tout à fait normales.
- » Au cours de la vie professionnelle, il y aura toujours des choix à effectuer. Aucun d'entre eux ne sera sans équivoque ou n'offrira de garanties sur les résultats attendus.
- » C'est pourquoi chaque expérience scolaire ou professionnelle est l'occasion d'apprendre à se connaître davantage et de développer de nouvelles compétences.



LE CONSEILLER D'ORIENTATION PEUT PRÉDIRE L'AVENIR

- » « Le c.o. va me dire vers quel métier ou profession je devrais me diriger... » Cette croyance populaire, fautive mais encore présente, peut créer des attentes irréalistes envers la démarche d'orientation et ses résultats. Rappelons que les c.o. n'ont pas de boule de cristal !
- » Pour aider une personne à découvrir un métier, une profession ou un domaine d'études correspondant à son identité, le c.o. doit d'abord aider cette personne à cibler ses intérêts, ses valeurs et ses aptitudes, bref, à bien se connaître.
- » L'accompagnement personnalisé qu'offre le c.o. permet à la personne d'établir des liens entre son identité et différentes possibilités professionnelles à explorer.
- » Cette exploration est entre autres basée sur la consultation de sources valides d'information scolaire et professionnelle. Mais aucune statistique ou prévision qui s'y retrouvent (ex. : secteurs d'avenir, perspectives d'emploi, conditions salariales, etc.) ne peut offrir de garanties pour l'avenir.
- » Bien que les éléments extérieurs comme les statistiques et les perspectives d'avenir puissent influencer une décision professionnelle, les c.o. encouragerons toujours les personnes à ancrer d'abord cette décision à l'intérieur d'eux-mêmes, c'est-à-dire sur les éléments les plus significatifs de leur identité (ex. : besoins, intérêts, valeurs et aptitudes).

MYTHES ET RÉALITÉS



LE CONSEILLER D'ORIENTATION EST UN « PASSEUX DE TESTS »

- » Il est vrai que, à une certaine époque, les c.o. avaient tendance à utiliser systématiquement des tests psychométriques dans la démarche d'orientation avec leurs clients.
- » Aujourd'hui, cette pratique a changé, car les tests ne sont utilisés qu'au besoin, afin d'aider la personne à approfondir sa connaissance et sa conscience de soi (ex. : intérêts professionnels, personnalité et aptitudes), et non pour « lui dire qui elle est ».
- » Les tests psychométriques constituent donc des outils complémentaires dans une démarche d'orientation, et leur utilisation dépendra des besoins de la personne qu'accompagne le c.o. et de l'évaluation de ce dernier. Aucun test ne pourra remplacer l'accompagnement personnalisé offert par le c.o.



Visitez

[espaceparents.org](https://www.espaceparents.org)

pour obtenir toute l'information et les outils nécessaires afin de bien accompagner vos jeunes dans leur orientation scolaire et professionnelle.



Références

- FALARDEAU, I. et R. ROY. *S'orienter malgré l'indécision : à l'usage des étudiants indécis et de leurs parents déboussolés*, Sainte-Foy, Septembre éditeur, 1999, 134 p.
- FALARDEAU, I. et M. GUÉNETTE. *Comment aider vos jeunes explorateurs à s'orienter dans leur vie*, Sainte-Foy, Septembre éditeur, 2003, 31 p.
- FOURNIER, Nathalie. « 5 mythes et réalités sur le conseiller d'orientation », Site Jobboom, [en ligne], 2017. Longueuil, Jobboom inc., [https://www.jobboom.com/carriere/5-mythes-et-realites-conseiller-orientation/].
- LEBREUX, Marlène. « Orientation 101 pour parents : accompagner son enfant dans son choix de carrière », Site Mon emploi, [en ligne], 2018. Québec, Septembre éditeur, [https://www.monemploi.com/].
- Ordre des conseillers et conseillères d'orientation du Québec. Site Espace parents, [en ligne], 2018. Montréal, [https://www.espaceparents.org/].