



Atelier : Démystifier les options postsecondaires!

- Cahier de l'élève -

Contenu en orientation scolaire et professionnelle (COSP) :

Préparation à la transition : s'autoréguler par rapport à sa préparation à la transition

1. QUELQUES DÉFINITIONS :

- a. Dans tes mots, écris ce que c'est pour toi une **transition** :

- b. Dans tes mots, écris ce que c'est pour toi une **auto-observation** :

- c. Dans tes mots, écris ce que c'est pour toi de **s'informer** :

- d. Dans tes mots, écris ce que c'est pour toi de **s'ajuster** :

2. AVANT DE CONSIDÉRER LA TRANSITION :

- a. Écris comment se passent tes études secondaires jusqu'à présent :

- b. Écris comment tu te sens quand vient le temps de penser à ce que tu pourrais choisir comme transition après le secondaire :

3. TA TRANSITION APRÈS LE SECONDAIRE :

- c. Actuellement, quelle serait la transition qui t'intéresserait le plus ?
(coche l'une des cases suivantes)

La formation professionnelle Le collégial Le marché du travail

- d. Écris quelles sont les raisons qui justifient ton choix actuel :

4. QUOI CONSIDÉRER POUR LA TRANSITION (FAIS CET EXERCICE SI TU CROIS TRANSITER VERS LA FORMATION PROFESSIONNELLE OU COLLÉGIALE):

Pour te permettre de t'adapter aux changements qui s'en viennent, prends le temps de t'imaginer dans ta future école.

- a. En lien avec les aspects nommés ci-dessous, écris tes réflexions dans la colonne 1 : Mes perceptions, ce que je sais...
(*Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses!*)
- b. Pour compléter la colonne 2 : La réalité, ce que j'ai appris... Tu auras besoin de consulter un site internet pertinent comme : [Repère.qc.ca](http://Repere.qc.ca), inforoutefpt.org ou cegepsquebec.ca. Fais une recherche et trouve l'information réelle.

Aspects	1) Mes perceptions, ce que je sais...	2) La réalité, ce que j'ai appris...
Horaire des cours		
Type d'apprentissage		
Travail à la maison		
Type d'examens		

Lieu de la formation		
Durée de la formation		
Coût de la formation		

c. Quels constats as-tu faits ?

d. Comment penses-tu avoir à t'ajuster ?

5. QUOI CONSIDÉRER POUR LA TRANSITION (FAIS CET EXERCICE SI TU CROIS TRANSITER VERS LE MARCHÉ DU TRAVAIL):

Pour te permettre de t'adapter aux changements qui s'en viennent, prends le temps de t'imaginer dans ton futur métier.

- a. En lien avec les aspects nommés ci-dessous, écris tes hypothèses dans la colonne 1 : Mes perceptions, ce que je sais...
(Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses!)
- b. Pour compléter la colonne 2 : La réalité, ce que j'ai appris... Tu auras besoin de consulter un site internet pertinent comme : www.quebec.ca/emploi/metiers-professions/explorer-metiers-professions. Fais une recherche et trouve de l'information réelle.

Aspects	1) Mes perceptions, ce que je sais...	2) La réalité, ce que j'ai appris...
Principales tâches		
Diplôme demandé		
Environnement de travail		
Perspective d'emploi		
Salaire et conditions de travail		
Compétences requises		
Intérêts requis		

e. Quels constats as-tu faits ?

f. Comment penses-tu avoir à t'ajuster ?

6. TES APPRENTISSAGES :

- a. À la suite de ces recherches, comment te sens-tu face à ta transition après le secondaire?
Quelles émotions celle-ci te fait-elle ressentir?

- b. Crois-tu que la préparation à cette transition t'aidera dans ton avenir professionnel?
Développe ici ta pensée:

- c. Que peux-tu faire d'ici la fin de l'année scolaire pour mieux te préparer à ta transition après le secondaire?
