

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

### 1<sup>re</sup> SECONDaire

#### Intentions :

- Amener le jeune à développer ou à consolider des stratégies d'adaptation à des situations stressantes ou difficiles et des stratégies de demande d'aide
- Favoriser chez le jeune l'enrichissement de son réseau social et l'établissement de relations sociales positives et égalitaires
- Amener le jeune à consolider ses stratégies de résistance aux influences négatives, notamment par l'adoption d'une éthique personnelle au regard de certaines habitudes de vie

Domaines de compétences	Savoirs à développer	Habiletés à développer	Indices d'acquisition
Conscience de soi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître diverses stratégies pour résister aux influences négatives des pairs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• S'affirmer et exprimer ses choix</li> <li>• Nommer diverses stratégies pour résister aux influences négatives des pairs</li> <li>• S'associer aux pairs positifs et aux alliés</li> <li>• Développer un sens de l'éthique au regard de son bien-être</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'élève s'arrête pour réfléchir sur ses choix.</li> <li>• Il identifie ses émotions et les nomme en utilisant un vocabulaire affectif approprié.</li> <li>• Est capable de nommer des stratégies et en utiliser.</li> </ul>
Autorégulation	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître des stratégies d'adaptation à des situations stressantes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Explorer différentes réactions possibles face à des situations stressantes et difficiles.</li> <li>• Adopter des stratégies face à des situations où on peut avoir du contrôle ou que l'on peut changer</li> <li>• Adopter des stratégies face à des situations que l'on ne peut changer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'élève utilise une méthode pour canaliser ses émotions et gérer son stress au besoin</li> </ul>
Conscience sociale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comprendre les conséquences négatives de la discrimination liées aux différences, notamment au regard de l'orientation sexuelle et du genre</li> <li>• Comprendre sa responsabilité quant au respect des règles de vie en société et dans l'espace virtuel ainsi que les conséquences de leur non-respect pour soi et pour les autres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre conscience de la diversité humaine</li> <li>• Prendre conscience des impacts de la discrimination et de l'exclusion sur la santé, le bien-être des individus et de la société</li> <li>• Adopter des attitudes de respect et d'ouverture aux autres</li> <li>• Adopter des stratégies de communication respectueuse</li> <li>• Appliquer diverses stratégies qui favorisent l'inclusion et la bonne entente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'élève peut reconnaître les émotions et les besoins des autres.</li> <li>• L'élève démontre une ouverture au regard de l'autre.</li> <li>• Utilise diverses stratégies qui favorise la saine communication et l'inclusion</li> </ul>
Habiletés relationnelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître des stratégies à privilégier lors d'une situation qui nécessite de l'aide pour soi et pour les autres</li> <li>• Connaître des stratégies adéquates pour se faire des amis ou élargir son réseau social</li> <li>• Comprendre les conséquences négatives de la discrimination liées aux différences, notamment au regard de l'orientation sexuelle et du genre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Reconnaître des signes de détresse et des attitudes et des comportements qui nécessite de l'aide</li> <li>• Sait où et comment dénoncer toutes situations de violence.</li> <li>• Connaître des services de soutien dans son école et sa communauté</li> <li>• Appliquer diverses stratégies qui favorisent l'inclusion et la bonne entente</li> <li>• Adopter des attitudes de respect et d'ouverture aux autres</li> <li>• Adopter des stratégies de communication respectueuse</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'élève peut demander de l'aide pour lui et pour les autres</li> <li>• L'élève peut dénoncer toutes situations de violence</li> <li>• L'élève peut nommer les services de soutien de son école ou de sa communauté</li> <li>• Utilise diverses stratégies qui favorise la saine communication et l'inclusion</li> </ul>
Prise de décisions responsables	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Connaître diverses stratégies pour résister aux influences négatives des pairs</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• S'affirmer et exprimer ses choix</li> <li>• Nommer diverses stratégies pour résister aux influences négatives des pairs</li> <li>• S'associer aux pairs positifs et aux alliés</li> <li>• Développer un sens de l'éthique au regard de son bien-être</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'élève peut faire des choix constructifs et respectueux aux plans personnel et social.</li> </ul>

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

### 1<sup>re</sup> SECONDAIRE

Outils, actions, ressources internes et externes disponibles
<b>Ressources du CSSTL</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <a href="#">Comité fonctions exécutives au secondaire</a></li> <li>✓ CoP Compétences socioémotionnelles</li> <li>✓ Vitrine pédagogique : <a href="#">Les compétence socioémotionnelles</a></li> </ul>
<b>Ressources validées par la recherche</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <a href="#">Centre de prévention de la radicalisation menant à la violence - Et si j'avais tort ? J'en parle, j'apprends!</a> : Guide pédagogique pour le développement du vivre-ensemble, des relations intergroupes positives et l'expression de la pensée critique</li> <li>✓ Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale – <a href="#">Hors-Piste secondaire</a> : Programme universel sur le développement des compétences psychosociales et l'établissement d'un milieu sain et bienveillant. Ce programme vise la prévention des troubles anxieux et autres troubles d'adaptation</li> <li>✓ <a href="#">Liberté de choisir – Dévelop'Action</a> : Programme de promotion de la santé et du bien-être et prévention de différents problèmes des adolescents en milieu scolaire, tels que : affirmation de soi, gestion des influences, utilisation des écrans.</li> <li>✓ <a href="#">Institut Pacifique – Différents, mais pas indifférents</a> : Programme universel sur la gestion des conflits de manière pacifique et le développement des compétences relationnelles.</li> <li>✓ <a href="#">Surf ton stress</a> : capsules vidéo et outils réflexifs du programme surf ton stress développées par le CESH : Centre d'études sur le stress humain.</li> </ul>
<b>Autres ressources externes</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fiche 13 <a href="#">Réfléchir aux stratégies adéquates pour se faire des amis ou élargir son réseau social</a></li> <li>✓ Fiche 14 <a href="#">Appliquer diverses stratégies qui favorisent l'inclusion et la bonne entente</a></li> <li>✓ Fiche 15 <a href="#">Comprendre sa responsabilité quant au respect des règles de vie en société et dans l'espace virtuel ainsi que les conséquences de leur non-respect pour soi et les autres</a></li> <li>✓ <a href="#">Tel-Jeunes - Trousse Entraidant-e-s</a> : Trois ateliers clé en main permettant de former et d'outiller les jeunes sur l'écoute active, le respect de leurs limites et l'accueil d'une confidence lourde</li> <li>✓ <a href="#">Tel-Jeunes</a> : Ateliers virtuels proposant aux jeunes des informations justes et des prises de conscience, sur des sujets reflétant les questionnements les plus fréquents et les préoccupations actuelles des adolescent·e·s entendus quotidiennement par l'équipe de Tel-jeunes, tels que la sexualité, la santé mentale, les différences et stéréotypes, etc.</li> <li>✓ <a href="#">Ton anxiété dompte là - Outils et vidéos gratuits</a> pour aider les ados à dompter leur anxiété, ainsi qu'aux adultes les entourant</li> <li>✓ <a href="#">Fondation Jeunes en tête</a> – Trousses écoles pour aider les jeunes à garder l'équilibre, selon 7 compétences essentielles : pleine conscience, relations sociales, détresse psychologique, estime de soi, connaissance de soi, prendre soin de soi, engagement social</li> <li>✓ <a href="#">Ensemble, pour le respect de la diversité</a> – Ateliers de réflexion critique animés par des intervenants pour outiller les jeunes à trouver des solutions à l'intolérance dans leur milieu</li> <li>✓ <a href="#">Sureté du Québec – Techno-Logique et avisé</a> : Atelier de prévention sur l'utilisation adéquate des technologies et les conséquences légales du partage d'images à caractère sexuel animé par des policiers intervenants jeunesse</li> <li>✓ <a href="#">GRIS Montréal – Témoignages</a> d'intervenants bénévoles issus de la communauté LGBTQ2+ portant sur la démythification des orientations sexuelles et des identités de genre</li> <li>✓ <a href="#">Le JAG – Ateliers animés par un intervenant</a> en lien avec les contenus obligatoires en Éducation à la sexualité</li> <li>✓ <a href="#">Justice alternative du Suroit – Atelier Le conflit</a> : Outiller les jeunes sur la résolution de conflit en éduquant sur les lois pouvant s'appliquer lors de conflit non géré</li> <li>✓ <a href="#">Justice alternative du Suroit – Zone de Graff</a> : Ateliers offerts dans les milieux de vie des jeunes afin de leur apprendre les techniques du graffiti et de les sensibiliser aux méfaits du graffiti illégal</li> <li>✓ <a href="#">PrimaDanse - Ateliers clé en main</a>, d'intervention sociale par la danse, dans les milieux scolaires</li> <li>✓ Équilibre – <a href="#">Programme Bien dans sa tête, bien dans sa peau</a> (À VENIR)</li> <li>✓ <a href="#">Fondation Marie-Vincent – Approche de prévention par les pairs</a> : Ateliers de prévention de la cyberviolence sexuelle animés par des pairs</li> <li>✓ <a href="#">Fondation Marie-Vincent – Zones sensibles</a> : Application web et guide d'accompagnement pour la prévention de la violence sexuelle chez les jeunes</li> <li>✓ <a href="#">Réseau Enfants-Retour</a> - Programme AIMER : Programme de prévention des fugues et de l'exploitation sexuelle ayant pour but d'éduquer et d'outiller les élèves à faire des choix sécuritaires.</li> <li>✓ <a href="#">UQÀM-Projet Outiller les jeunes face à l'hypersexualisation – Oser être soi-même</a> : Programme en éducation à la sexualité – Thème 3 sur les relations amicales et thème 4 sur les rumeurs et l'intimidation</li> <li>✓ <a href="#">Équilibre – Paraître : une raison d'être? et Beauté à tout prix</a>– Ateliers sur les influences des normes sociales de beauté sur l'image corporelle</li> </ul>

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

- ✓ [Équilibre](#) – Je fais mon cinéma – Atelier de prévention pour réduire les préjugés sur le poids et diminuer la violence et l'intimidation liés aux poids
- ✓ [Accompagnement émotionnel - Les compétences essentielles pour la classe d'aujourd'hui](#)

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

### 2<sup>e</sup> SECONDAIRE

#### Intentions :

- Amener le jeune à adopter des habitudes de vie favorables à sa santé, à son bien-être et à sa réussite
- Amener le jeune à analyser les effets des influences sociales (pairs et médias) sur ses choix

**Prenez note que le réinvestissement des intentions de la 1<sup>ère</sup> secondaire est nécessaire.**

Domaines de compétences	Savoirs à développer	Habiletés à développer	Indices d'acquisition
Conscience de soi	• Connaître des stratégies pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être	• Réfléchir sur ses besoins en lien avec ses désirs • Évaluer et adapter ses stratégies pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être • Utiliser des ressources à l'école et dans sa communauté	• L'élève s'arrête pour réfléchir sur ses besoins et ses désirs • L'élève peut nommer les services de soutien de son école ou de sa communauté • L'élève peut adapter ses stratégies en fonction de l'état de sa santé et de son bien-être
Autorégulation	• Connaître des stratégies pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être	• Réfléchir sur ses besoins en lien avec ses désirs • Évaluer et adapter ses stratégies pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être	• L'élève s'arrête pour réfléchir sur ses besoins et ses désirs • L'élève peut adapter ses stratégies en fonction de l'état de sa santé et de son bien-être
Conscience sociale	• Connaître des moyens pour encourager positivement son entourage à adopter des comportements sains et sécuritaires	• Devenir un modèle positif pour les autres • Valoriser les comportements positifs • Adopter une attitude positive face aux comportements des autres • Nommer des moyens d'encourager positivement son entourage	• L'élève peut reconnaître ce que c'est un bon choix • L'élève peut reconnaître les besoins des autres. • L'élève dresse une liste de moyens
Habilétés relationnelles	• Connaître des moyens pour encourager positivement son entourage à adopter des comportements sains et sécuritaires	• Devenir un modèle positif pour les autres • Valoriser les comportements positifs • Adopter une attitude positive face aux comportements des autres • Nommer des moyens d'encourager positivement son entourage	• L'élève peut reconnaître ce que c'est un bon choix • L'élève peut reconnaître les besoins des autres. • L'élève dresse une liste de moyens
Prise de décisions responsables	• Connaître des stratégies pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être	• Réfléchir sur ses besoins en lien avec ses désirs • Évaluer et adapter ses stratégies pour améliorer ou maintenir sa santé et son bien-être	• L'élève peut faire des choix constructifs et respectueux aux plans personnel et social. • L'élève s'arrête pour réfléchir sur ses besoins et ses désirs • L'élève peut adapter ses stratégies en fonction de l'état de sa santé et de son bien-être

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

Outils, actions, ressources internes et externes disponibles	
Ressources du CSSTL	
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <a href="#">Comité fonctions exécutives au secondaire</a></li> <li>✓ CoP Compétences socioémotionnelles</li> <li>✓ Vitrine pédagogique : <a href="#">Les compétence socioémotionnelles</a></li> </ul>	
Ressources externes validées par la recherche	
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <a href="#">Centre de prévention de la radicalisation menant à la violence - Et si j'avais tort ? J'en parle, j'apprends!</a> : Guide pédagogique pour le développement du vivre-ensemble, des relations intergroupes positives et l'expression de la pensée critique</li> <li>✓ <a href="#">Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale – Hors-Piste secondaire</a> : Programme universel sur le développement des compétences psychosociales et l'établissement d'un milieu sain et bienveillant. Ce programme vise la prévention des troubles anxieux et autres troubles d'adaptation</li> <li>✓ <a href="#">Liberté de choisir – Dévelop'Action</a> : Programme de promotion de la santé et du bien-être et prévention de différents problèmes des adolescents en milieu scolaire, tels que : la communication, le vapotage et les produits du tabac, l'impact des substances psychoactives sur le développement, etc.</li> <li>✓ <a href="#">Institut Pacifique – Différents, mais pas indifférents</a> : Programme universel sur la gestion des conflits de manière pacifique et le développement des compétences relationnelles</li> <li>✓ <a href="#">CALACS La Vigie- Programme empreintes - Agir ensemble contre les agressions à caractère sexuel</a> : Série d'ateliers animés par une intervenante sur la prévention des violences sexuelles</li> <li>✓ <a href="#">Surf ton stress</a> : capsules vidéo et outils réflexifs du programme surf ton stress développées par le CESH : Centre d'études sur le stress humain.</li> </ul>	
Autres ressources externes	
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fiche 16 <a href="#">Encourager positivement son entourage à adopter des comportements sains et sécuritaires</a></li> <li>✓ <a href="#">Tel-Jeunes - Trousse Entrainant-e-s</a> : Trois ateliers clé en main permettant de former et d'outiller les jeunes sur l'écoute active, le respect de leurs limites et l'accueil d'une confidence lourde</li> <li>✓ <a href="#">Tel-Jeunes - Ateliers virtuels</a> proposant aux jeunes des informations justes et des prises de conscience, sur des sujets reflétant les questionnements les plus fréquents et les préoccupations actuelles des adolescent·e·s entendus quotidiennement par l'équipe de Tel-jeunes, tels que la sexualité, la santé mentale, les différences et stéréotypes, etc.</li> <li>✓ <a href="#">Ton anxiété dompte là - Outils et vidéos gratuits</a> pour aider les ados à dompter leur anxiété, ainsi qu'aux adultes les entourant</li> <li>✓ <a href="#">Fondation Jeunes en tête – Trousses écoles</a> pour aider les jeunes à garder l'équilibre, selon 7 compétences essentielles : pleine conscience, relations sociales, détresse psychologique, estime de soi, connaissance de soi, prendre soin de soi, engagement social</li> <li>✓ <a href="#">Ensemble, pour le respect de la diversité – Ateliers</a> de réflexion critique animé par des intervenants pour outiller les jeunes à trouver des solutions à l'intolérance dans leur milieu</li> <li>✓ <a href="#">Sureté du Québec – Techno-Logique et avisé</a> : Atelier de prévention sur l'utilisation adéquate des technologies et les conséquences légales du partage d'images à caractère sexuel</li> <li>✓ <a href="#">GRIS Montréal – Témoignages</a> d'intervenants bénévoles issus de la communauté LGBTQ2+ portant sur la démystification des orientations sexuelles et des identités de genre</li> <li>✓ <a href="#">Le JAG – Ateliers</a> animés par un intervenant en lien avec les contenus obligatoires en Éducation à la sexualité</li> <li>✓ <a href="#">Justice alternative du Suroit – Atelier Le conflit</a> : Outiller les jeunes sur la résolution de conflit en éduquant sur les lois pouvant s'appliquer lors de conflit non géré</li> <li>✓ <a href="#">Justice alternative du Suroit - Zone de Graff</a> : Ateliers offerts dans les milieux de vie des jeunes afin de leur apprendre les techniques du graffiti et de les sensibiliser aux méfaits du graffiti illégal</li> <li>✓ <a href="#">PrimaDanse – Ateliers clé en main</a>, d'intervention sociale par la danse, dans les milieux scolaires</li> <li>✓ <a href="#">Fondation Marie-Vincent – Approche de prévention par les pairs</a> : Ateliers de prévention de la cyberviolence sexuelle animés par des pairs</li> <li>✓ <a href="#">Fondation Marie-Vincent – Zones sensibles</a> : Application web et guide d'accompagnement pour la prévention de la violence sexuelle chez les jeunes</li> <li>✓ Équilibre – <a href="#">Programme Bien dans sa tête, bien dans sa peau</a> (À VENIR)</li> <li>✓ <a href="#">Équilibre</a> – Voir le vrai, tout un défi! : Atelier dans le cadre du cours ÉPS pour reconnaître la vraie valeur de son corps et ce qu'il est capable d'accomplir</li> <li>✓ <a href="#">Accompagnement émotionnel - Les compétences essentielles pour la classe d'aujourd'hui</a></li> </ul>	

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

### 3<sup>e</sup> SECONDAIRE

#### Intentions :

- Amener le jeune à réfléchir au maintien de sa santé mentale et à la demande d'aide pour soi ou pour les autres
- Amener le jeune à réfléchir aux attitudes et au comportements qui favorisent sa santé sexuelle

Prenez note que le réinvestissement des intentions de la 2<sup>e</sup> secondaire est nécessaire.

Domaines de compétences	Savoirs à développer	Habiletés à développer	Indices d'acquisition
Conscience de soi	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Connaitre différentes composantes de la santé mentale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Comprendre les interrelations entre la santé mentale, la santé physique, les relations positives et égalitaires et la capacité d'adaptation au stress et aux transitions</li> <li>● Connaitre les facteurs de risques et de protection individuel et environnementaux</li> <li>● Comprendre l'influence de l'état de la santé mentale sur l'individu, sa famille et la société.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève s'arrête pour réfléchir sur les enjeux liés à la santé mentale</li> <li>● L'élève peut nommer des facteurs de risques et de protection individuel et environnementaux</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Prendre conscience de ses rêves, de ses aspirations et des préoccupations par rapport à son avenir</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Connaitre ses valeurs, forces et champs d'intérêt</li> <li>● Effectuer des liens entre les apprentissages scolaires et leur utilité au quotidien et dans le futur</li> <li>● Connaitre les horizons professionnels et les ressources disponibles</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève s'arrête pour réfléchir à ses valeurs, forces et champs d'intérêt</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconnaître les situations qui requièrent de l'aide et les facteurs qui influencent la demande d'aide pour soi ou pour les autres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconnaître les signes de détresse psychologique</li> <li>● Connaitre les mythes entourant les troubles mentaux</li> <li>● Développer une conception positive de la demande d'aide</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève s'arrête pour réfléchir sur les enjeux liés à la santé mentale</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Connaitre les caractéristiques d'une relation amoureuse égalitaire basée sur la réciprocité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Développer le souci de soi et de l'autre</li> <li>● Connaitre les comportements qui favorisent les relations amoureuses égalitaires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève s'arrête pour réfléchir à ses perceptions et sa compréhension des relations amoureuses égalitaires</li> <li>● L'élève peut partager, écouter, s'épanouir et se respecter dans une relation</li> </ul>
Autorégulation	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Connaitre des stratégies d'adaptation qui permettent d'être plus objectif par rapport à des situations stressantes ou difficiles et à ses émotions</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Dédramatiser les situations</li> <li>● Réévaluer positivement la situation en ayant la vision d'un avenir meilleur</li> <li>● Rechercher d'autres point de vue</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève peut utiliser une stratégie pour dédramatiser et réévaluer la situation de manière positive</li> </ul>
Conscience sociale	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Prendre conscience des joies et des défis à relever dans les relations amoureuses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Affirmer ses choix, ses préférences</li> <li>● Communiquer et gérer ses émotions</li> <li>● Résoudre des conflits</li> <li>● Établir une complicité partagée</li> <li>● Développer la confiance mutuelle et le soutien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève peut démontrer la capacité à s'affirmer et à communiquer efficacement</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Connaitre l'influence des comportements sécuritaires et préventifs sur sa santé et son bien-être</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Comprendre la notion de consentement libre et éclairé dans les relations sexuelles</li> <li>● Expliquer l'influence des comportements sécuritaires et préventifs sur sa santé et son bien-être</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève peut expliquer la notion du consentement libre et éclairé</li> <li>● L'élève peut expliquer l'influence de certains comportements</li> </ul>

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

Habilités relationnelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>Connaître différentes composantes de la santé mentale</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Comprendre les interrelations entre la santé mentale, la santé physique, les relations positives et égalitaires et la capacité d'adaptation au stress et aux transitions</li> <li>Connaître les facteurs de risques et de protection individuel et environnementaux</li> <li>Comprendre l'influence de l'état de la santé mentale sur l'individu, sa famille et la société</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'élève peut démontrer une compréhension liée aux composantes de la santé mentale</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Connaître des stratégies d'adaptation qui permettent d'être plus objectif par rapport à des situations stressantes ou difficiles et à ses émotions</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dédramatiser les situations</li> <li>Réévaluer positivement la situation en ayant la vision d'un avenir meilleur</li> <li>Rechercher d'autres points de vue</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'élève peut utiliser une stratégie pour dédramatiser et réévaluer la situation de manière positive</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Connaître les caractéristiques d'une relation amoureuse égalitaire basée sur la réciprocité</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Développer le souci de soi et de l'autre</li> <li>Connaître les comportements qui favorisent les relations amoureuses égalitaires</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'élève s'arrête pour réfléchir à ses perceptions et sa compréhension des relations amoureuses égalitaires</li> <li>L'élève peut partager, écouter, s'épanouir et se respecter dans une relation</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prendre conscience des joies et des défis à relever dans les relations amoureuses</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Affirmer ses choix, ses préférences</li> <li>Communiquer et gérer ses émotions</li> <li>Résoudre des conflits</li> <li>Établir une complicité partagée</li> <li>Développer la confiance mutuelle et le soutien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'élève peut démontrer la capacité à s'affirmer et de communiquer efficacement</li> </ul>
Prise de décisions responsables	<ul style="list-style-type: none"> <li>Reconnaître les situations qui requièrent de l'aide et les facteurs qui influencent la demande d'aide pour soi ou pour les autres</li> <li>Connaître l'influence des comportements sécuritaires et préventifs sur sa santé et son bien-être</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rechercher le soutien émotionnel dans l'entourage et savoir comment y accéder</li> <li>Connaître les différents types d'aide et les façons d'y accéder</li> <li>Connaître les ressources disponibles dans l'école et dans la communauté</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'élève peut demander de l'aide pour lui et pour les autres</li> <li>L'élève peut nommer les services de soutien de son école ou de sa communauté</li> </ul>

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

Outils, actions, ressources internes et externes disponibles
Ressources du CSSTL
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <a href="#">Comité fonctions exécutives au secondaire</a></li> <li>✓ CoP Compétences socioémotionnelles</li> <li>✓ Vitrine pédagogique : <a href="#">Les compétence socioémotionnelles</a></li> </ul>
Ressources validées par la recherche
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <a href="#">Centre de prévention de la radicalisation menant à la violence - Et si j'avais tort ? J'en parle, j'apprends!</a> : Guide pédagogique pour le développement du vivre-ensemble, des relations intergroupes positives et l'expression de la pensée critique</li> <li>✓ <a href="#">Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale – Hors-Piste secondaire</a> : Programme universel sur le développement des compétences psychosociales et l'établissement d'un milieu sain et bienveillant. Ce programme vise la prévention des troubles anxieux et autres troubles d'adaptation</li> <li>✓ <a href="#">Liberté de choisir – DévelopAction</a> : Programme de promotion de la santé et du bien-être et prévention de différents problèmes des adolescents en milieu scolaire, tels que : la gestion des émotions, les effets et les risques de l'usage de substances psychoactives, etc.</li> <li>✓ <a href="#">Institut Pacifique – Différents, mais pas indifférents</a> : Programme universel sur la gestion des conflits de manière pacifique et le développement des compétences relationnelles</li> <li>✓ <a href="#">CALACS La Vigie- Programme empreintes - Agir ensemble contre les agressions à caractère sexuel</a> : Série d'ateliers animés par une intervenante sur la prévention des violences sexuelles</li> <li>✓ <a href="#">Surf ton stress</a> : capsules vidéo et outils réflexifs du programme surf ton stress développées par le CESH : Centre d'études sur le stress humain.</li> </ul>
Autres ressources externes
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fiche 17 <a href="#">Comprendre différentes composantes de la santé mentale</a></li> <li>✓ Fiche 18 <a href="#">Connaître des stratégies d'adaptation qui permettent d'être plus objectif par rapport à des situations stressantes ou difficiles et à ses émotions</a></li> <li>✓ Fiche 19 <a href="#">Reconnaître les caractéristiques d'une relation amoureuse égalitaire basée sur la réciprocité</a></li> <li>✓ <a href="#">Tel-Jeunes - Trousse Entraidant-e-s</a> : Trois ateliers clé en main permettant de former et d'outiller les jeunes sur l'écoute active, le respect de leurs limites et l'accueil d'une confidence lourde</li> <li>✓ <a href="#">Tel-Jeunes - Ateliers virtuels</a> proposant aux jeunes des informations justes et des prises de conscience, sur des sujets reflétant les questionnements les plus fréquents et les préoccupations actuelles des adolescent·e·s entendus quotidiennement par l'équipe de Tel-jeunes, tels que la sexualité, la santé mentale, les différences et stéréotypes, etc.</li> <li>✓ <a href="#">Ton anxiété dompte là - Outils et vidéos</a> gratuits pour aider les ados à dompter leur anxiété, ainsi qu'aux adultes les entourant</li> <li>✓ <a href="#">Fondation Jeunes en tête – Trousses écoles</a> pour aider les jeunes à garder l'équilibre, selon 7 compétences essentielles : pleine conscience, relations sociales, détresse psychologique, estime de soi, connaissance de soi, prendre soin de soi, engagement social</li> <li>✓ <a href="#">Ensemble, pour le respect de la diversité – Ateliers de réflexion critique</a> animé par des intervenants pour outiller les jeunes à trouver des solutions à l'intolérance dans leur milieu</li> <li>✓ Équilibre – <a href="#">Programme Bien dans sa tête, bien dans sa peau</a> (À VENIR)</li> <li>✓ <a href="#">Sureté du Québec – Techno-Logique et avisé</a> : Atelier de prévention sur l'utilisation adéquate des technologies et les conséquences légales du partage d'images à caractère sexuel</li> <li>✓ <a href="#">GRIS Montréal – Témoignages</a> d'intervenants bénévoles issus de la communauté LGBTQ2+ portant sur la démythification des orientations sexuelles et des identités de genre</li> <li>✓ <a href="#">Le JAG – Ateliers</a> animés par un intervenant en lien avec les contenus obligatoires en Éducation à la sexualité</li> <li>✓ <a href="#">PrimaDanse – Ateliers clé en main</a>, d'intervention sociale par la danse, dans les milieux scolaires</li> <li>✓ <a href="#">Justice alternative du Suroit – Atelier Le conflit</a> : Outiller les jeunes sur la résolution de conflit en éduquant sur les lois pouvant s'appliquer lors de conflit non géré</li> <li>✓ <a href="#">Justice alternative du Suroit - Zone de Graff</a>: Des ateliers sont offerts dans les milieux de vie des jeunes afin de leur apprendre les techniques du graffiti et de les sensibiliser aux méfaits du graffiti illégal</li> <li>✓ <a href="#">Fondation Marie-Vincent – Zones sensibles</a> : Application web et guide d'accompagnement pour la prévention de la violence sexuelle chez les jeunes</li> <li>✓ <a href="#">Hébergement La Passerelle - Le projet Chevreuil</a> : Atelier de promotion et de sensibilisation sur les conséquences de la violence conjugale dans les relations amoureuses</li> <li>✓ UQÀM – <a href="#">ÉTINCELLES – Pour des parcours amoureux et intimes positifs</a> : Programme pour des relations amoureuses saines et sans violence chez les jeunes (<b>doit être animé par une personne formée, se référer aux SÉJ</b>)</li> <li>✓ <a href="#">Raison d'art – Portrait X</a> : Programme d'art et de média numérique sur les relations saines et la prévention de la violence dans les relations</li> <li>✓ <a href="#">UQÀM-Projet Outiller les jeunes face à l'hypersexualisation – Oser être soi-même</a> : Programme en éducation à la sexualité – Thèmes pour les élèves de 3<sup>e</sup> secondaire : relations amoureuses, consentement, etc.</li> </ul>

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

### 4<sup>e</sup> SECONDAIRE

#### Intentions :

- Amener le jeune à s'engager socialement pour des milieux de vie favorables à sa santé, au bien-être et à la réussite
- Amener le jeune à réfléchir à la prise de risque et aux alternatives possibles

***Prenez note que le réinvestissement des intentions de la 3<sup>e</sup> secondaire est nécessaire.***

Domaines de compétences	Savoirs à développer	Habiletés à développer	Indicateurs d'acquisition
Conscience de soi	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Connaître les actions visant à modifier les milieux de vie pour les rendre plus favorables à la santé et au bien-être</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Repérer des moyens de s'engager dans sa communauté.</li> <li>● Tirer les bénéfices de l'engagement pour soi.</li> <li>● Tirer les bénéfices de l'engagement pour la collectivité.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève peut s'engager dans sa communauté par différents moyens.</li> <li>● L'élève peut reconnaître les bénéfices de ses engagements.</li> </ul>
Autorégulation	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Connaître les formes de violence dans les relations amoureuses (physique, verbale, psychologique et sexuelle)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Peut référencier les différentes formes de discrimination et types de violence dans la société.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève peut nommer et différencier les différentes formes de discrimination et types de violence</li> </ul>
Conscience sociale	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Connaître les bénéfices, pour la société, de la lutte contre la discrimination et la violence sous toutes ses formes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Différencier les différentes formes de discrimination et types de violence dans la société.</li> <li>● Prendre conscience de la normalisation et de la généralisation des mécanismes de construction des stéréotypes et des préjugés.</li> <li>● Trouver les stratégies et mesures favorables à l'établissement d'une société juste, équitable et pacifique.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève peut nommer différentes formes de discrimination et types de violence</li> <li>● L'élève peut dresser un inventaire des stratégies pour une société juste, équitable et pacifique</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Connaître les actions menant à une prise de risque pour soi et pour les autres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Prendre conscience des situations risquées.</li> <li>● Connaître les conséquences possibles pour soi et les autres.</li> <li>● Comprendre les raisons qui motivent la prise de risques.</li> <li>● Connaître les stratégies pour éviter la prise de risques et démarches à entreprendre</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève peut nommer des conséquences possibles pour soi et les autres</li> <li>● L'élève s'arrête pour réfléchir aux notions liées à la prise de risque</li> </ul>
Habiletés relationnelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Connaître les bénéfices, pour la société, de la lutte contre la discrimination et la violence sous toutes ses formes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Différencier les formes de discrimination et types de violence dans la société.</li> <li>● Prendre conscience de la normalisation et la généralisation des mécanismes de construction des stéréotypes et des préjugés.</li> <li>● Trouver les stratégies et mesures favorables à l'établissement d'une société juste, équitable et pacifique.</li> <li>● Peut référencier les différentes formes de discrimination et types de violence dans la société.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève peut nommer différentes formes de discrimination et types de violence</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconnaître la violence dans les relations amoureuses (physique, verbale, psychologique et sexuelle)</li> <li>● Reconnaître ce que c'est la prise de risque pour soi et pour les autres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Prendre conscience des situations risquées.</li> <li>● Connaître les conséquences possibles pour soi et les autres.</li> <li>● Comprendre les raisons qui motivent la prise de risques.</li> <li>● Connaître les stratégies pour éviter la prise de risques et démarches à entreprendre.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève peut nommer différentes formes de discrimination et types de violence</li> <li>● L'élève s'arrête pour réfléchir aux notions liées à la prise de risque</li> </ul>
Prise de décisions responsables	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Reconnaître ce qu'est la prise de risque pour soi et pour les autres</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Prendre conscience des situations risquées.</li> <li>● Connaître les conséquences possibles pour soi et les autres.</li> <li>● Comprendre les raisons qui motivent la prise de risques.</li> <li>● Connaître les stratégies pour éviter la prise de risques et démarches à entreprendre.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● L'élève peut faire des choix constructifs et respectueux aux plans personnel et social.</li> <li>● L'élève peut nommer des stratégies pour éviter la prise de risque</li> </ul>

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

Outils, actions, ressources internes et externes disponibles
<p>Ressources du CSSTL</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <a href="#">Comité fonctions exécutives au secondaire</a></li> <li>✓ CoP Compétences socioémotionnelles</li> <li>✓ Vitrine pédagogique : <a href="#">Les compétence socioémotionnelles</a></li> </ul>
<p>Autres ressources externes</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fiche 20 Reconnaître la violence dans les relations amoureuses (physique, verbale, psychologique, sexuelle)</li> <li>✓ Fiche 21 Démontrer les bénéfices, pour la société, de la lutte contre la discrimination et la violence sous toutes leurs formes</li> <li>✓ Fiche 22 S'engager dans des actions visant à modifier les milieux de vie pour les rendre plus favorables à la santé et au bien-être</li> <li>✓ <a href="#">Centre de prévention de la radicalisation menant à la violence - Et si j'avais tort ? J'en parle, j'apprends!</a> : Guide pédagogique pour le développement du vivre-ensemble, des relations intergroupes positives et l'expression de la pensée critique</li> <li>✓ <a href="#">Liberté de choisir – Programme Dévelop'Action</a> : Promotion de la santé et du bien-être et prévention de différents problèmes des adolescents en milieu scolaire : affirmation de soi, gestion des influences, utilisation des écrans, etc.</li> <li>✓ <a href="#">Tel-Jeunes : Trousse Entrainant-e-s</a> : Trois ateliers clé en main permettant de former et d'outiller les jeunes sur l'écoute active, le respect de leurs limites et l'accueil d'une confidence lourde.</li> <li>✓ <a href="#">Tel-Jeunes</a> : Ateliers virtuels proposant aux jeunes des informations justes et des prises de conscience, sur des sujets reflétant les questionnements les plus fréquents et les préoccupations actuelles des adolescent·e·s entendus quotidiennement par l'équipe de Tel-jeunes, tels que la sexualité, la santé mentale, les différences et stéréotypes, etc.</li> <li>✓ <a href="#">Ton anxiété dompte là</a> - Outils et vidéos gratuits pour aider les ados à dompter leur anxiété, ainsi qu'aux adultes les entourant</li> <li>✓ <a href="#">Fondation Jeunes en tête</a> – Trousses écoles pour aider les jeunes à garder l'équilibre, selon 7 compétences essentielles : pleine conscience, relations sociales, détresse psychologique, estime de soi, connaissance de soi, prendre soin de soi, engagement social</li> <li>✓ <a href="#">Différents, mais pas indifférents</a> – Programme universel sur la gestion des conflits de manière pacifique et le développement des compétences relationnelles</li> <li>✓ <a href="#">Ensemble, pour le respect de la diversité</a> – Ateliers de réflexion critique pour outiller les jeunes à trouver des solutions à l'intolérance dans leur milieu</li> <li>✓ <a href="#">GRIS Montréal</a> – Témoignages d'intervenants bénévoles issus de la communauté LGBTQ2+ portant sur la démythification des orientations sexuelles et des identités de genre</li> <li>✓ <a href="#">Le JAG</a> – Ateliers animés par un intervenant en lien avec les contenus obligatoires en Éducation à la sexualité</li> <li>✓ <a href="#">Hors-piste secondaire</a> : Programme universelle sur le développement des compétences psychosociales et l'établissement d'un milieu sain et bienveillant. Ce programme vise la prévention des troubles anxieux et autres troubles d'adaptation</li> <li>✓ <a href="#">PrimaDanse</a> : Ateliers clé en main, d'intervention sociale par la danse, dans les milieux scolaires</li> <li>✓ <a href="#">Justice alternative du Suroit – Ateliers Le conflit</a> : Outiller les jeunes sur la résolution de conflit en éduquant sur les lois pouvant s'appliquer lors de conflit non géré</li> <li>✓ <a href="#">Justice alternative du Suroit - Zone de Graff</a>: Des ateliers sont offerts dans les milieux de vie des jeunes afin de leur apprendre les techniques du graffiti et de les sensibiliser aux méfaits du graffiti illégal</li> <li>✓ <a href="https://marie-vincent.org/services/prevention-categorie-adolescents/#outils">https://marie-vincent.org/services/prevention-categorie-adolescents/#outils</a> Les outils de prévention de la violence sexuelle et de la cyberviolence sexuelle proposés s'adressent aux adolescent·e·s, à leurs parents et aux intervenant·e·s des milieux scolaires</li> <li>✓ Équilibre – <a href="#">Programme Bien dans sa tête, bien dans sa peau</a> (À VENIR)</li> <li>✓ UQÀM – <a href="#">ÉTINCELLES – Pour des parcours amoureux et intimes positifs</a> : Programme pour des relations amoureuses saines et sans violence chez les jeunes (<b>doit être animé par une personne formée, se référer aux SÉJ</b>)</li> <li>✓ <a href="#">Hébergement La Passerelle</a> - Le ParCours de la violence amoureuse : Un parcours interactif pour sensibiliser les jeunes à la violence amoureuse et à reconnaître les différentes formes de violence.</li> <li>✓ <a href="#">CALACS</a>- Programme empreintes – <i>Agir ensemble contre les agressions à caractère sexuel</i> qui s'adresse au personnel scolaire, aux parents et aux élèves (2e, 3e et 4e secondaire).</li> <li>✓ <a href="https://www.raisonsdartist.org/fr/portraiture">https://www.raisonsdartist.org/fr/portraiture</a>- Programme d'art et de média numérique sur les relations saines et la prévention de la violence dans les relations.</li> </ul>

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

### 5<sup>e</sup> SECONDAIRE

#### Intentions :

- Favoriser chez le jeune une transition harmonieuse du secondaire vers la formation collégiale ou professionnelle et le marché du travail
- Amener le jeune à réfléchir à la conciliation travail-études

Prenez note que le réinvestissement des intentions de la 4<sup>e</sup> secondaire est nécessaire.

Domaines de compétences	Savoirs à développer	Habiletés à développer	Indicateurs d'acquisition
Conscience de soi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Réfléchir à la transition du secondaire vers la formation professionnelle ou collégiale et le marché du travail</li> <li>• Connaître les droits et les responsabilités liés à sa santé et à son bien-être dans divers milieux de vie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre conscience des influences de son appartenance socioculturelle sur ses projets d'avenir et ses aspirations.</li> <li>• Réfléchir à ses choix et les affirmer</li> <li>• Prendre conscience des sources potentielles de stress (ex.: augmentation des responsabilités)</li> <li>• Reconnaître ce que sont des conditions favorables dans les milieux de travail ou d'études.</li> <li>• Connaître et respecter les règles de santé et sécurité au travail dans les milieux de formation ou d'études.</li> <li>• Connaître les droits sur le harcèlement physique et psychologique.</li> <li>• Trouver des façons d'affirmer ses besoins et ses droits lorsque son intégrité (physique ou psychologique) est menacée, capacité d'agir pour modifier ces conditions.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'élève s'arrête pour réfléchir sur ses choix</li> <li>• L'élève peut identifier ses émotions et les sources potentielles de stress</li> <li>• L'élève développe ses connaissances en lien avec le milieu du travail</li> <li>• L'élève peut nommer et reconnaître ses besoins et ses droits</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Réfléchir sur la conciliation travail-études</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre conscience sur les avantages et contraintes liés au travail.</li> <li>• Prendre conscience des conséquences d'un manque d'équilibre entre ses études, son travail, sa vie sociale, sa famille et ses loisirs.</li> <li>• Réfléchir sur les moyens de favoriser la conciliation travail-études.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'élève s'arrête pour réfléchir aux enjeux liés à la conciliation travail-études</li> </ul>
Conscience sociale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Réfléchir à la transition du secondaire vers la formation professionnelle ou collégiale et le marché du travail</li> <li>• Reconnaître ce qu'est la prise de risque pour soi et pour les autres</li> <li>• Connaître les droits et les responsabilités liés à sa santé et à son bien-être dans divers milieux de vie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prendre conscience des influences de son appartenance socioculturelle sur ses projets d'avenir et ses aspirations.</li> <li>• Réfléchir à ses choix et les affirmer</li> <li>• Prendre conscience des sources potentielles de stress (ex.: augmentation des responsabilités)</li> <li>• Prendre conscience des situations risquées.</li> <li>• Connaître les conséquences possibles pour soi et les autres.</li> <li>• Comprendre les raisons qui motivent la prise de risques.</li> <li>• Connaître des alternatives et implications à la prise de risques.</li> <li>• Connaître les droits individuels et collectifs, responsabilité, sens civique.</li> <li>• Connaître les conditions favorables dans les milieux de travail ou d'études.</li> <li>• Connaître et respecter les règles de santé et sécurité au travail dans les milieux de formation ou d'études.</li> <li>• Connaître les droits sur le harcèlement physique et psychologique.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• L'élève s'arrête pour réfléchir à ses choix et peut les affirmer</li> <li>• L'élève peut identifier ses sources potentielles de stress</li> <li>• L'élève peut faire des choix constructifs et respectueux aux plans personnel et social.</li> <li>• L'élève peut nommer des stratégies pour éviter la prise de risque</li> <li>• L'élève développe ses connaissances en lien avec le milieu du travail</li> <li>• L'élève peut nommer et reconnaître ses besoins et ses droits</li> </ul>

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

		<ul style="list-style-type: none"> <li>Trouver des façons d'affirmer ses besoins et ses droits lorsque son intégrité (physique ou psychologique) est menacée, capacité d'agir pour modifier ces conditions.</li> </ul>	
Habiletés relationnelles	<ul style="list-style-type: none"> <li>Réfléchir sur la conciliation travail-études</li> <li>Reconnaitre ce qu'est la prise de risques pour soi et pour les autres</li> <li>Connaître les droits et les responsabilités liés à sa santé et à son bien-être dans divers milieux de vie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prendre conscience sur les avantages et contraintes liés au travail.</li> <li>Prendre conscience des conséquences d'un manque d'équilibre entre ses études, son travail, sa vie sociale, sa famille et ses loisirs.</li> <li>Réfléchir sur les moyens de favoriser la conciliation travail-études.</li> <li>Prendre conscience des situations à risque.</li> <li>Connaître les conséquences possibles pour soi et les autres.</li> <li>Comprendre les raisons qui motivent la prise de risques.</li> <li>Connaître des alternatives et implications à la prise de risques.</li> <li>Connaître les droits individuels et collectifs, responsabilité, sens civique.</li> <li>Connaître les conditions favorables dans les milieux de travail ou d'études.</li> <li>Connaître et respecter les règles de santé et sécurité au travail dans les milieux de formation ou d'études.</li> <li>Connaître les droits sur le harcèlement physique et psychologique.</li> <li>Trouver des façons d'affirmer ses besoins et ses droits lorsque son intégrité (physique ou psychologique) est menacée, capacité d'agir pour modifier ces conditions.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'élève s'arrête pour réfléchir aux enjeux liés à la conciliation travail-études</li> <li>L'élève peut faire des choix constructifs et respectueux aux plans personnel et social.</li> <li>L'élève peut nommer des stratégies pour éviter la prise de risque</li> <li>L'élève développe ses connaissances en lien avec le milieu du travail</li> </ul>
Prise de décisions responsables	<ul style="list-style-type: none"> <li>Réfléchir sur la conciliation travail-études</li> <li>Discuter de la prise de risques pour soi et pour les autres</li> <li>Connaître les droits et les responsabilités liés à sa santé et à son bien-être dans divers milieux de vie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Prendre conscience sur les avantages et contraintes liés au travail.</li> <li>Prendre conscience des conséquences d'un manque d'équilibre entre ses études, son travail, sa vie sociale, sa famille et ses loisirs.</li> <li>Réfléchir sur les moyens de favoriser la conciliation travail-études..</li> <li>Prendre conscience des situations à risque.</li> <li>Connaître les conséquences possibles pour soi et les autres.</li> <li>Comprendre les raisons qui motivent la prise de risques.</li> <li>Connaître des alternatives et implications à la prise de risques.</li> <li>Connaître les droits individuels et collectifs, responsabilité, sens civique.</li> <li>Connaître les conditions favorables dans les milieux de travail ou d'études.</li> <li>Connaître et respecter les règles de santé et sécurité au travail dans les milieux de formation ou d'études.</li> <li>Connaître les droits sur le harcèlement physique et psychologique.</li> <li>Trouver des façons d'affirmer ses besoins et ses droits lorsque son intégrité (physique ou psychologique) est menacée, capacité d'agir pour modifier ces conditions</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>L'élève s'arrête pour réfléchir aux enjeux liés à la conciliation travail-études</li> <li>L'élève peut faire des choix constructifs et respectueux aux plans personnel et social.</li> <li>L'Elève peut nommer des stratégies pour éviter la prise de risque</li> <li>L'élève développe ses connaissances en lien avec le milieu du travail</li> </ul>

## Guide pour l'enseignement des compétences socioémotionnelles en classe

Outils, actions, ressources internes et externes disponibles	Ressources du CSSTL
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ <a href="#">Comité fonctions exécutives au secondaire</a></li> <li>✓ CoP Compétences socioémotionnelles</li> <li>✓ Vitrine pédagogique : <a href="#">Les compétence socioémotionnelles</a></li>   <li>✓ Fiche 23 <a href="#">Discuter de la prise de risques pour soi ou pour les autres</a></li> <li>✓ <a href="#">Liberté de choisir</a> – Programme <i>Dévelop'Action</i> : Promotion de la santé et du bien-être et prévention de différents problèmes des adolescents en milieu scolaire, tels que : l'affirmation de soi et la gestion des influences, l'utilisation des écrans, etc.</li> <li>✓ <a href="#">Tel-Jeunes</a> : Trousse <i>Entraînant-e-s</i> : Trois ateliers clé en main permettant de former et d'outiller les jeunes sur l'écoute active, le respect de leurs limites et l'accueil d'une confidence lourde</li> <li>✓ <a href="#">Tel-Jeunes</a> : Ateliers virtuels proposant aux jeunes des informations justes et des prises de conscience, sur des sujets reflétant les questionnements les plus fréquents et les préoccupations actuelles des adolescent·e·s entendus quotidiennement par l'équipe de Tel-jeunes, tels que la sexualité, la santé mentale, les différences et stéréotypes, etc.</li> <li>✓ <a href="#">Ton anxiété dompte là</a> - Outils et vidéos gratuits pour aider les ados à dompter leur anxiété, ainsi qu'aux adultes les entourant</li> <li>✓ <a href="#">Fondation Jeunes en tête</a> – Trousses écoles pour aider les jeunes à garder l'équilibre, selon 7 compétences essentielles : pleine conscience, relations sociales, détresse psychologique, estime de soi, connaissance de soi, prendre soin de soi, engagement social</li> <li>✓ <a href="#">Différents, mais pas indifférents</a> – Programme universel sur la gestion des conflits de manière pacifique et le développement des compétences relationnelles</li> <li>✓ <a href="#">Ensemble, pour le respect de la diversité</a> – Ateliers de réflexion critique pour outiller les jeunes à trouver des solutions à l'intolérance dans leur milieu</li> <li>✓ <a href="#">GRIS Montréal</a> – Témoignages d'intervenants bénévoles issus de la communauté LGBTQ2+ portant sur la démythification des orientations sexuelles et des identités de genre</li> <li>✓ <a href="#">Le JAG</a> – Ateliers animés par un intervenant en lien avec les contenus obligatoires en Éducation à la sexualité</li> <li>✓ <a href="#">Hors-piste secondaire</a> : Programme universelle sur le développement des compétences psychosociales et l'établissement d'un milieu sain et bienveillant. Ce programme vise la prévention des troubles anxieux et autres troubles d'adaptation</li> <li>✓ <a href="#">PrimaDanse</a> : Ateliers clé en main, d'intervention sociale par la danse, dans les milieux scolaires</li> <li>✓ <a href="#">Justice alternative du Suroit</a> – Atelier <i>Le conflit</i> : Outiller les jeunes sur la résolution de conflit en éduquant sur les lois pouvant s'appliquer lors de conflit non géré</li> <li>✓ <a href="#">Justice alternative du Suroit - Zone de Graff</a>: Des ateliers sont offerts dans les milieux de vie des jeunes afin de leur apprendre les techniques du graffiti et de les sensibiliser aux méfaits du graffiti illégal</li> <li>✓ <a href="https://marie-vincent.org/services/prevention-categorie-adolescents/#outils">https://marie-vincent.org/services/prevention-categorie-adolescents/#outils</a> Les outils de prévention de la violence sexuelle et de la cyberviolence sexuelle proposés s'adressent aux adolescent·e·s, à leurs parents et aux intervenant·e·s des milieux scolaires</li> <li>✓ <a href="#">Carrefour jeunesse-emploi- persévérence scolaire-</a> Ateliers en classe sur la persévérence scolaire et suivis individuels</li> <li>✓ Équilibre – <a href="#">Programme Bien dans sa tête, bien dans sa peau</a> (À VENIR)</li> </ul>	Ressources du CSSTL

Références :

[https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/sante/documents/Autres\\_themes/ekip\\_savoirs\\_secondaire.pdf](https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/sante/documents/Autres_themes/ekip_savoirs_secondaire.pdf)