



[HTTP://CPS.ALPHAOMEGA.CA/INFO/](http://CPS.ALPHAOMEGA.CA/INFO/)

### LA PETITE HISTOIRE DERRIÈRE LE CPS

Depuis l'année scolaire 2002-2003, les Projets Alpha et Oméga rédige des fascicules sur la réussite éducative destinés aux élèves du secondaire.

C'est au cours d'une réunion d'équipe durant l'été 2005 qu'est venue l'idée suivante : l'élève doit devenir son propre coach avant de bénéficier d'un coach externe.

Une équipe de travail formée de sept personnes a donc été réunie pour mettre sur pied la première version de ce qui allait devenir l'outil COACH POUR SOI.

En premier lieu, nous avons voulu démêler les deux concepts suivants : **coaching** et **réussite éducative**.

Des lectures sur le sujet, nous ont permis d'identifier certaines étapes du coaching individualisé. Cela nous a permis de cibler des pistes pour aider les élèves. Nous en nommons 3 :

- S'engager dans le changement : l'élève doit être en mesure de se mobiliser. Pour y arriver, il doit découvrir la raison de l'effort scolaire. L'élève doit pouvoir donner un sens à sa situation scolaire. Il est donc important d'offrir du support et de l'encouragement à l'élève. Le support de l'enseignant est primordial à cette étape ;
- Comprendre le problème : il est nécessaire pour l'élève de comprendre sa situation et ses attitudes actuelles ;
- Activer les ressources : il est avantageux pour l'élève d'obtenir de l'aide afin de dégager des ressources jusque-là inexploitées ;

Les diverses lectures, nous ont également permises de retenir certaines caractéristiques communes aux élèves qui réussissent bien. Nous en nommons 2 :

- Présence d'efforts soutenus
- Conscience de l'importance de la réussite scolaire pour l'avenir

Plusieurs questionnements sur la réussite scolaire sont venus alimenter les discussions, les lectures et les observations du groupe de travail. Nous en nommons 3 :

- Pour quelles raisons le discours sur la réussite scolaire n'atteint pas toujours les élèves ?
- Qu'est-ce qui les empêche de réagir, qui les paralyse ?
- Comment susciter une réelle volonté de s'investir dans le présent ?

Suite à ce travail, nous avons émis l'hypothèse que la plupart des élèves n'ont pas découvert la raison de l'effort scolaire. Ils tireront plutôt des conclusions rapides telles que « je suis poche » plutôt que de faire un peu d'introspection. Ils ont peu de prise sur ce qu'ils sont parce qu'ils sont en pleine construction de leur identité.

Suite aux lectures, aux discussions et aux observations, le groupe de travail a établi quelques recommandations.

Le document s'adresserait à des jeunes du 2<sup>e</sup> cycle du secondaire, plus particulièrement à ceux qui n'ont pas de but et dont le rendement scolaire est entre 67% et 80%. Il doit jouer son rôle de coach sur les aspects suivants :

- S'adresser au jeune dans sa réalité afin de l'aider dans ses prises de conscience;
- Lui donner des clés pour réussir;
- L'outiller pour qu'il puisse agir maintenant;
- Offrir de la rétroaction au jeune ;
- Permettre à l'enseignant d'avoir un outil pour soutenir le jeune.

Durant l'année scolaire 2005-2006, l'équipe a conçu un cahier de 52 pages intitulé Un coach pour soi...un coach vers la réussite. Le cahier proposait 14 sections.

Chaque section était divisée de la façon suivante :

Bref descriptif du sujet touché;

Histoire de cas;

Auto-évaluation;

Correction, analyse et moyens pour les scores plus faibles.

Le cahier faisait le lien vers un centre virtuel de ressources disponibles dans Internet.

#### Version expérimentale

En 2013, un membre de la firme Les Projets Alpha et Oméga suggérait de créer un questionnaire en ligne en s'inspirant du cahier : Un coach pour soi...un coach vers la réussite.

### COACH POUR SOI-VERSION 1 SEPTEMBRE 2015

Le COACH POUR SOI (CPS) est un outil qui s'adresse aux élèves du deuxième cycle du secondaire. Un peu à la manière d'un coach personnel, le CPS aide l'élève à mettre en route son désir de réussir maintenant.

Il permet à l'élève de mobiliser ses ressources personnelles, se fixer des buts et prendre les moyens de les atteindre.

Il l'aide à améliorer les attitudes et les comportements qui mènent à la réussite scolaire.

#### TABLEAU DES FAMILLES PAR THÈME

COACH POUR SOI	
THÈME A – JE SUIS SUR LA BONNE VOIE	Ma confiance en moi
	Ma connaissance de moi
	Ma motivation scolaire
	Mon pouvoir sur ma vie
	Mes projets de vie
	Ma capacité à prendre des décisions
THÈME B – J'APPRENDS À RÉUSSIR	Ma gestion de mon temps
	Ma concentration
	Ma prise de notes
	Mes stratégies de mémorisation
	Mes stratégies de lectures
THÈME C – JE VEILLE SUR MA SANTÉ	Ma gestion du stress en périodes d'examens
	Mes habitudes de vie

#### Le rapport à l'élève

Ce rapport est conçu pour être lu par un élève du secondaire.

Le document débute par un tableau de synthèses des résultats de l'élève aux 13 familles.

Les résultats sont présentés sous la forme d'échelles allant de 0 à 10 et sont accompagnés par une courte description pour faire comprendre et susciter la réflexion.

Par la suite, deux des treize familles seront priorisées. L'élève trouvera, pour chacune, des exercices à faire en individuel. Les exercices l'aideront à réfléchir et à l'encourager à s'améliorer. Pour terminer, l'élève trouvera une courte rubrique intitulée *Conseils et astuces* présentant cinq trucs rapides qu'il peut mettre en pratique.

### **Le rapport à l'intervenant**

Le rapport présente le résultat sur une échelle de 0 à 10 aux treize familles. Il fournit les énoncés et le choix des réponses de l'élève. Cette approche aide le professionnel à préciser la nature de l'intervention requise.

### **Le rapport de groupe**

Le rapport de groupe est fourni par classe ou pour l'ensemble d'une école. L'intervenant est capable de déterminer qui doit être rencontré en un clin d'oeil. Il a accès directement à la liste des élèves et aux rapports pertinents pour chaque famille.

Afin de maintenir la confidentialité des élèves, le rapport de groupe permet également de fournir des rapports statistiques dépersonnalisés à la direction.

## **MANUEL D'ACCOMPAGNEMENT**

Il comporte trois objectifs :

- Offrir aux divers intervenants une description du Coach Pour Soi ainsi que de son mode de passation.
- Suggérer une procédure pour l'animation du rapport à l'élève en classe.
- Proposer des exercices et des ressources complémentaires permettant de toucher aux différents facteurs de réussite présents dans le Coach Pour Soi.

### **PRÉSENTATION DES RÉSULTATS AUX ÉLÈVES**

Il est possible d'utiliser les résultats au CPS de différentes façons. Nous vous proposons trois façons de procéder:

Dans un premier temps, il est possible de faire un retour en classe pour présenter aux élèves leurs résultats à l'aide du rapport à l'élève.

Vous pouvez également utiliser le rapport de groupe afin de voir si des problématiques particulières émergent au sein d'un groupe. Vous pouvez alors cibler les élèves et opter pour une approche de petit groupe vivant la problématique concernée.

Finalement, vous pouvez aussi rencontrer individuellement les élèves qui présentent des problématiques plus importantes ou pour pousser plus loin l'investigation. Toujours dans la section 3 intitulée *Exercices et pistes d'interventions par familles*, vous trouverez des exercices complémentaires à faire en counseling individuel.

### **ANIMATION EN CLASSE DU RAPPORT À L'ÉLÈVE**

Nous proposons de diviser l'animation en trois parties.

Une première partie pour présenter aux élèves leurs résultats par le rapport à l'élève.

Une deuxième partie pour permettre aux élèves de compléter leurs exercices en individuel.

Une 3<sup>e</sup> partie pour faire une activité en groupe.

## ACTIVITÉ EN GROUPE CLASSE – THÈME A – JE SUIS SUR LA BONNE VOIE

### Titre de l'activité : Le journaliste

#### Objectifs spécifiques :

- Aider les élèves à spécifier ce qu'ils voudraient accomplir dans leur vie.
- Amener les élèves à prendre conscience de leurs forces et leurs ressources.

**Matériel requis :** papiers et crayons

**Durée suggérée :** 30 minutes

#### Déroulement et consignes:

1. Diviser la classe en deux. Une partie de la classe joue le rôle des journalistes, l'autre partie de la classe joue le rôle de la personnalité du jour qui sera interviewée.

### Grille de satisfaction du Coach Pour Soi

Indique ton degré de satisfaction du CPS à partir de cette grille en cinq points.

Distribution en pourcentage pour 117 élèves de la 3e secondaire.

COLLÈGE PRIVÉ À MONTREAL 2015-2016

Critères/satisfaction :	Très peu	Un peu	Moyen	élevée	Très élevée
Passation du questionnaire en ligne.	2%	3%	38%	45%	12%
Les énoncés sont faciles à comprendre.	2%	6%	10%	42%	40%
Recevoir le rapport immédiatement après la passation.	0%	2%	14%	20%	64%
Tableau synthèse du rapport en chiffres (échelle de 0 à 10).	3%	5%	18%	30%	44%
Courte description des 13 familles.	2%	5%	16%	47%	30%
Exercices, conseils et astuces.	2%	5%	26%	38%	29%
Critère/satisfaction :	Pas du tout moi	Rarement moi	Je ne sais pas	Un peu moi	Tout à fait moi
Est-ce que le rapport correspond à ta situation actuelle?	2%	14%	22%	47%	15%
Critères/satisfaction :	Totalement en désaccord	Un peu en désaccord	Je ne sais pas	Un peu en accord	Totalement en accord
Rapport aide à prendre conscience de tes forces.	3%	9%	15%	39%	34%
Rapport suscite ta réflexion.	3%	9%	18%	38%	32%
Rapport fournit des manières de t'améliorer.	2%	4%	17%	33%	44%

Rédigé par Wilfrid Larochelle, c.o. pour le colloque de l'Ordre mercredi 8 juin 2016.

pao@alphaomega.ca