



Profils
**COMPÉTENCE de CONSCIENCE
et RESPONSABILITÉ PERSONNELLES**



ÉBAUCHE

The background of the page is a light green color with a complex geometric pattern. It consists of numerous green triangles of various sizes and orientations, some of which are solid and others are outlined with dashed lines. These triangles are arranged in a way that creates a sense of depth and movement, resembling a crystalline or architectural structure. The overall effect is modern and clean.

ÉBAUCHE • **ÉBAUCHE** • ÉBAUCHE • **ÉBAUCHE** • ÉBAUCHE • **ÉBAUCHE**



Profils

COMPÉTENCE de CONSCIENCE et RESPONSABILITÉ PERSONNELLES

APERÇU



La compétence de conscience et responsabilité personnelles englobe les habiletés, les stratégies et les dispositions qui aident les élèves à demeurer actifs et en santé, à établir des objectifs, à faire le suivi de leurs progrès, à maîtriser leurs émotions, à respecter leurs propres droits et ceux des autres, à gérer le stress et à persévérer dans les situations difficiles. Les élèves faisant preuve de conscience et responsabilité personnelles se respectent eux-mêmes et comprennent la notion de bien-être personnel.

La compétence de conscience et responsabilité personnelles est l'une des trois compétences interdépendantes liées au secteur général de l'apprentissage socioaffectif (ASA) :

I. Identité personnelle et culturelle positive (IPCP) II. Conscience et responsabilités personnelles III. Responsabilité sociale

Dans le développement de l'élève, il est important d'établir des liens entre ces trois compétences interdépendantes. L'IPCP est étroitement liée à la compétence de conscience et responsabilité personnelles, et encore plus particulièrement aux facettes Valeurs et choix personnels et Forces et aptitudes personnelles.

La compétence de conscience et responsabilité personnelles inclut l'efficacité personnelle et l'autonomie sociale, c'est-à-dire les habiletés qu'utilisent les élèves pour comprendre leurs actions (dont celles inhérentes à leur apprentissage) et s'en rendre responsables, pour prendre des décisions éthiques et constructives concernant leur comportement individuel et social et pour reconnaître et accepter les conséquences de leurs actions en comprenant la façon dont ces actions influent sur leur propre bien-être et sur celui des autres.

L'apprentissage de la conscience et de la responsabilité personnelles débute au sein des familles et des communautés, avant l'entrée à l'école des élèves, et s'intensifie à chaque niveau scolaire. À chacune des étapes, les élèves entretiennent et améliorent les compétences des niveaux précédents, tout en acquérant de nouvelles habiletés. Ils commencent par faire preuve de responsabilité personnelle dans des situations relativement simples, tout en étant fortement aidés, puis montrent une autonomie grandissante dans des contextes plus variés et complexes. L'acquisition de la compétence de conscience et responsabilité personnelles ne se termine pas à la remise du diplôme; elle se poursuit dans d'autres contextes individuels, sociaux, éducationnels et professionnels.



Les profils de la compétence de conscience et responsabilité personnelles expliquent et illustrent le développement des élèves, en s'attardant aux trois facettes mentionnées ci-dessous. Vous noterez un chevauchement entre ces trois facettes : chaque tâche ou exemple touchera probablement plus d'une facette, et sera souvent lié également à des composantes des profils de la compétence de l'identité personnelle et culturelle positive.

1. Autodétermination

Les élèves faisant preuve de conscience et responsabilité personnelles sont plus sûrs d'eux-mêmes et montrent une efficacité personnelle croissante, dans diverses situations. Ils ont une bonne estime d'eux-mêmes et valorisent leurs idées et leurs réalisations. Ils peuvent exprimer leurs besoins et chercher de l'aide au besoin, agir après avoir cerné un but à atteindre et trouvé une motivation, ainsi que défendre leurs droits.

EXEMPLES D'ÉNONCÉS AU « JE »

- Je peux reconnaître mes réalisations et m'en réjouir.
- Je peux célébrer mes efforts et mes réalisations.
- Je peux défendre mes droits et mes idées.
- Je peux imaginer des changements pour moi-même et pour le monde et m'efforcer de les concrétiser.
- Je peux prendre l'initiative de me renseigner sur des sujets controversés.

2. Maîtrise de soi

Les élèves faisant preuve de conscience et responsabilité personnelles assument leurs choix et leurs actions. Ils établissent des objectifs, font le suivi de leurs progrès, en plus de comprendre et de gérer leurs émotions. Ils savent que tout apprentissage nécessite du temps et de la patience. Ils sont en mesure de persévérer dans les situations difficiles, ainsi que de comprendre les effets de leurs actions sur eux-mêmes et autrui.

EXEMPLES D'ÉNONCÉS AU « JE »

- Je peux parfois reconnaître mes émotions.
- Je peux utiliser des stratégies qui m'aident à gérer mes émotions et mes sentiments.
- Je peux persévérer lorsque je suis confronté à des tâches difficiles.
- Je peux mettre à exécution un plan, en faire le suivi, le modifier et évaluer les résultats.
- Je peux endosser la responsabilité de mes objectifs, de mon apprentissage et de mon comportement.

3. Bien-être

Les élèves faisant preuve de conscience et responsabilité personnelles comprennent comment leurs actions influent sur leur bien-être mental, physique, émotionnel, social, cognitif et spirituel, et montrent une autonomie toujours plus grande. Ils se gardent sains et actifs physiquement, gèrent leur anxiété et comprennent la notion de bien-être personnel. Ils font des choix renforçant leur sécurité dans leur communauté, dont ceux liés à leurs interactions en ligne. Ils comprennent l'importance du bonheur, et ont des stratégies qui les aident à demeurer calmes dans des situations difficiles.

EXEMPLES D'ÉNONCÉS AU « JE »

- Je peux participer à des activités favorisant mon bien-être, et expliquer ou démontrer en quoi elles m'aident.
- Je peux me rendre responsable, jusqu'à un certain point, de mon bien-être physique et émotionnel.
- Je peux faire des choix qui améliorent mon bien-être et assurent ma sécurité dans ma communauté, entre autres ceux liés à mes interactions en ligne.
- Je peux utiliser des stratégies pour demeurer calme en situation difficile.
- Je peux mener une vie saine et équilibrée.

COMPÉTENCE DE CONSCIENCE ET RESPONSABILITÉ PERSONNELLES






PS

Les profils de la compétence de conscience et responsabilité personnelles mettent l'accent sur le concept de l'expansion et de la croissance. Ils sont évolutifs et communicatifs, comme le font ressortir les cercles concentriques de l'illustration ci-dessous.



Ensemble de profils : Compétence de conscience et responsabilité personnelles

Les descriptions des profils ci-dessous englobent les trois facettes à la base de la compétence de conscience et responsabilité personnelles : autodétermination, maîtrise de soi et bien-être. Ces trois facettes sont interdépendantes et sont contenues dans les descriptions des profils, lesquelles sont rédigées du point de vue de l'élève.

PROFIL	DESCRIPTION
 1	<p>Avec de l'aide, je peux reconnaître mes réalisations et m'en réjouir, ainsi qu'exprimer certains désirs, besoins et préférences.</p> <p>Je peux reconnaître certaines émotions. Je peux participer à des activités favorisant mon bien-être.</p>
 2	<p>Au sein d'un environnement sécuritaire et favorable, je peux faire connaître mes idées et mes réalisations et endosser la responsabilité de mes actions.</p> <p>Je peux utiliser des stratégies qui accentuent mon sentiment de bien-être et m'aident à gérer mes sentiments et mes émotions. Je peux établir des liens entre mes actions et des conséquences positives ou négatives. Je prends des décisions concernant mes activités et, avec de l'aide, je me rends responsable, jusqu'à un certain point, de mon bien-être physique et émotionnel. Je peux exprimer mes désirs et besoins et célébrer mes efforts et mes réalisations.</p>
 3	<p>Je sais reconnaître mes forces et utiliser des stratégies pour me concentrer, gérer mon stress et atteindre mes objectifs.</p> <p>Je peux me montrer concentré et déterminé. Je peux établir des objectifs réalistes, utiliser des stratégies pour les atteindre et persévérer dans les tâches ardues. Je sais reconnaître quand je me mets en colère, deviens inquiet ou éprouve de la frustration, et j'ai des stratégies d'apaisement. Je peux faire des choix qui favorisent mon bien-être et assurent ma sécurité au sein de ma communauté, entre autres ceux liés à mes interactions en ligne. Je peux défendre mes droits et mes idées; je m'accepte comme je suis.</p>
 4	<p>Je sais reconnaître ma propre valeur et défendre mes droits. J'assume mes choix, mes actions et mes réalisations.</p> <p>Je peux établir des priorités, mettre en œuvre un plan, en faire le suivi et le modifier, ainsi qu'en évaluer les résultats. Je me rends responsable de mon apprentissage et cherche de l'aide au besoin. Je me sers de stratégies m'aidant à mener une vie saine et équilibrée, à gérer les épreuves émotionnelles et à retrouver mon calme dans des situations pénibles. Je sais comment trouver le soutien social dont j'ai besoin. J'ai de bonnes idées à communiquer; je peux imaginer des changements pour moi-même et pour le monde et m'efforcer de les concrétiser.</p>
 5	<p>Je sais reconnaître mes forces et mes limites, trouver une motivation intérieure et saisir les occasions de croissance personnelle. J'assume la responsabilité de prendre des décisions éthiques.</p> <p>Je me rends responsable de mes objectifs, de mon apprentissage et de mon comportement. J'agis pour le mieux au fil du temps en ce qui concerne mes objectifs et mes aspirations. Je comprends les conséquences de mes choix et consulte les personnes qui pourraient être touchées par mes décisions. Je mène une vie saine et équilibrée. Je suis conscient de mon cheminement personnel et réfléchis à mes expériences afin d'améliorer mon bien-être et de gérer les difficultés. Je peux défendre mes droits dans des situations pénibles. Je prends l'initiative de me renseigner sur des sujets controversés et adopte des positions éthiques.</p>