

Culture et citoyenneté québécoise



2<sup>e</sup> secondaire

# Reflets

Manuel de l'élève

Denis Jeffrey

**MANUEL  
APPROUVÉ  
PAR LE  
MEQ**

CHENELIÈRE  
ÉDUCATION

i+

# TABIE DES MATIÈRES

Organisation du manuel .....	VI
Présentation des compétences .....	IX

## MODULE 1



<b>Autonomie</b> .....	2
ATELIER 1 Devenir autonome .....	4
<b>ESPACE LABO</b> Prendre une décision éclairée <b>CD2</b> .....	14
ATELIER 2 Être un individu responsable .....	16
<b>ESPACE LABO</b> Les voitures autonomes <b>CD2</b> .....	26
<b>LE MODULE 1, EN BREF...</b> .....	28

## MODULE 2



<b>Interdépendance</b> .....	30
ATELIER 1 Le monde du travail .....	32
<b>ESPACE LABO</b> L'interdépendance à l'école <b>CD1</b> .....	40
ATELIER 2 Les liens entre les générations .....	42
<b>ESPACE LABO</b> Les rites <b>CD1</b> .....	50
ATELIER 3 L'écosystème .....	52
<b>ESPACE LABO</b> Préserver la planète pour les générations futures <b>CD1</b> .....	60
<b>LE MODULE 2, EN BREF...</b> .....	62



## MODULE 3



### Relations intimes à l'adolescence ..... 64

ATELIER 1 Relations intimes et agir sexuel ..... 66

ESPACE LABO Amis ou amoureux? CD2 ..... 80

LE MODULE 3, EN BREF... ..... 82

## MODULE 4



### Solidarité sociale ..... 84

ATELIER 1 S'entraider ..... 86

ESPACE LABO Le journal intime CD2 ..... 92

ATELIER 2 L'entraide collective ..... 94

ESPACE LABO Un regard sur l'entraide collective CD1 ..... 102

LE MODULE 4, EN BREF... ..... 104

## MODULE 5



### Démocratie ..... 106

ATELIER 1 La vie démocratique ..... 108

ESPACE LABO Pour ou contre le cellulaire à l'école? CD2 ..... 118

LE MODULE 5, EN BREF... ..... 121

## MODULE 6



### Institutions démocratiques du Québec et du Canada ... 122

ATELIER 1 La vie politique ..... 124

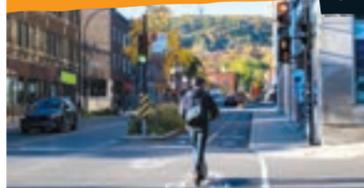
ESPACE LABO Les moyens pour appuyer ses idées CD2 ..... 136

ATELIER 2 L'organisation politique des Premiers Peuples ..... 138

ESPACE LABO La perspective en sociologie CD1 ..... 146

LE MODULE 6, EN BREF... ..... 148

## MODULE 7



### Droits et responsabilités ..... 150

ATELIER 1 Les droits des personnes ..... 152

ESPACE LABO Des libertés et des droits individuels en jeu CD2 ..... 162

ATELIER 2 Les droits collectifs et les responsabilités citoyennes ..... 164

ESPACE LABO Les inégalités entre filles et garçons dans les sports CD1 ... 170

LE MODULE 7, EN BREF... ..... 172

## MODULE 8



### Ordre social ..... 174

ATELIER 1 Transgressions et sanctions ..... 176

ESPACE LABO Les sanctions à l'école CD1 ..... 189

ATELIER 2 Les contre-pouvoirs ..... 192

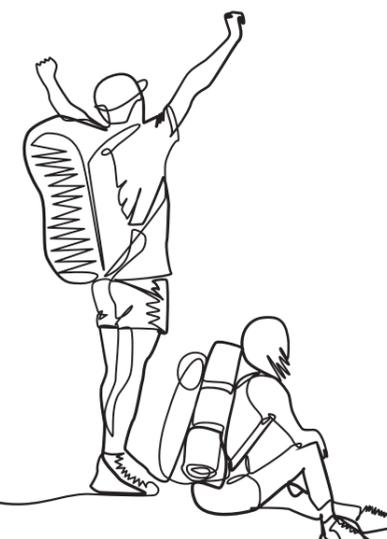
ESPACE LABO L'exercice du pouvoir politique CD2 ..... 200

LE MODULE 8, EN BREF... ..... 202

La boîte à outils ..... 204

Glossaire-index ..... 218

Sources ..... 220



# ORGANISATION DU MANUEL

Le manuel **Reflets** te permettra de développer deux compétences: **Étudier des réalités culturelles** et **Réfléchir sur des questions éthiques**. Tu y aborderas tous les concepts et tous les contenus inscrits au programme *Culture et citoyenneté québécoise* pour la 2<sup>e</sup> secondaire.

Le manuel se compose de huit modules. Chacun explore un concept principal et comprend de un à trois ateliers. À la fin du manuel, tu trouveras une boîte à outils et un glossaire-index.

Rends-toi sur la plateforme  Interactif pour accéder à tous les contenus!

## L'ouverture du module

La double page d'ouverture t'offre un aperçu du thème et des concepts à l'étude dans le module.

Découvre le **thème**, le **concept principal** et les **concepts particuliers** autour desquels le module s'organise.



Prends connaissance du titre de chaque atelier.

Lis la question de la rubrique *Pour commencer...* Elle t'aidera à amorcer ta réflexion sur le concept principal à l'étude.

## Les ateliers

Les ateliers t'amènent à explorer des réalités culturelles à l'aide de courts textes, de rubriques, de tableaux, de schémas, d'illustrations et de photos. Ils te permettent d'aborder divers concepts et de développer les compétences au programme.



Plonge-toi dans l'atelier en réalisant l'**activité d'amorce**.

Laisse-toi interpellé par la rubrique *Et toi?*



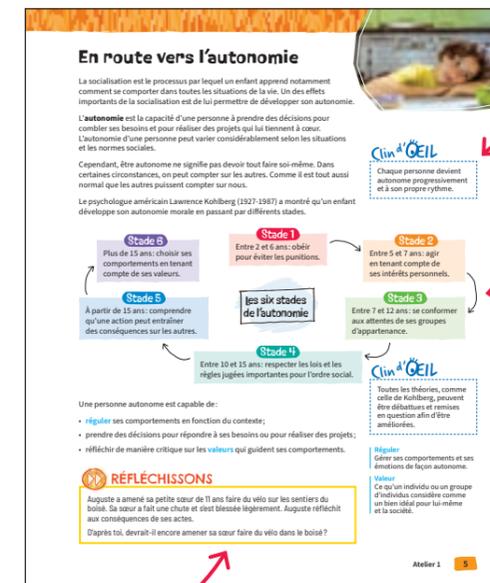
Familiarise-toi avec les mots en **bleu**. Lis leur définition dans la marge. Tu peux aussi consulter le **glossaire-index**.



Enrichis ta culture générale en parcourant la rubrique *À propos...*

À l'aide de la rubrique *Réfléchissons*, réalise une courte activité axée sur la réalité culturelle à l'étude.

Au fil des pages, explore les concepts et les réalités culturelles.



Trouve des conseils et des informations captivantes dans la rubrique *Clin d'œil*.

Attarde-toi aux schémas, aux lignes du temps et aux diagrammes. Ils sont là pour faciliter ton apprentissage.

Pour terminer l'atelier, explore l'*Espace labo*. C'est l'occasion de développer davantage l'une des deux compétences en faisant appel à des contenus abordés dans l'atelier.

Des étiquettes t'indiquent les éléments ciblés de chaque compétence.

Lis le titre et le texte d'introduction.

Passes à l'action en réalisant l'activité.

**ESPACE LABO** ÉTHIQUE

**LES VOITURES AUTONOMES**

Dans certaines situations, une personne peut se sentir déçue entre deux options. C'est ce qu'on appelle un dilemme moral. La personne doit alors se demander quelle est la meilleure décision à prendre, compte tenu des circonstances et des gens concernés. Avant de choisir l'une des options, elle doit bien comprendre la situation afin de mieux y réfléchir. Cette réflexion, quand elle se fait en équipe, exige en plus une bonne capacité à dialoguer.

**À ton tour!**

Des équipes spécialisées en ingénierie et en programmation informatique collaborent à la conception de voitures autonomes, c'est-à-dire sans conducteur ou conductrice. Ces voitures sont équipées de multiples capteurs qui agissent comme des yeux magiques pour détecter les conditions de la route.

Dans un souci de sécurité, les voitures autonomes sont dotées d'un ordinateur programmé de façon à prendre les meilleures décisions selon les circonstances. Ces décisions ont été élaborées par des spécialistes de l'éthique. Par exemple, si un chien se présente devant la voiture, l'ordinateur envoie un signal de freinage. La voiture est donc programmée pour sauver le chien.

Durant l'expérimentation des voitures autonomes, les spécialistes de l'éthique se sont penchés sur diverses situations d'accident. Ils et elles se sont rendu compte que ces situations constituent des dilemmes moraux. Pour parvenir à prendre la meilleure décision, les spécialistes se sont donné **trois principes éthiques**:

1. Tous les êtres humains ont la même valeur, ils sont égaux, aucun ne vaut plus qu'un autre.
2. On doit réduire au maximum les pertes humaines.
3. Il faut éviter de causer du tort à autrui.

**Élaborer un point de vue et dialoguer (CD2)**

1. Prends connaissance des trois situations suivantes.
  - SITUATION 1 Le chien blanc**  
Un chien blanc traverse la rue. L'ordinateur de la voiture calcule que le temps de freinage n'est pas suffisant. Il est programmé pour contourner l'animal. Lorsque la voiture change de direction, un enfant à vélo surgit devant la voiture. L'accident est inévitable. Les spécialistes de l'éthique doivent choisir si l'ordinateur sera programmé pour que la voiture heurte le chien ou l'enfant.
  - SITUATION 2 L'enfant à vélo**  
Un enfant à vélo traverse la rue. L'ordinateur de la voiture calcule que le temps de freinage n'est pas suffisant. Il cherche à contourner l'enfant. Lorsque la voiture change de direction, deux personnes âgées surgissent devant la voiture. L'accident est inévitable. Les spécialistes de l'éthique doivent choisir si l'ordinateur sera programmé pour que la voiture heurte l'enfant ou les personnes âgées.
  - SITUATION 3 Les travailleurs de la construction**  
Trois travailleurs de la construction traversent la rue sans prendre garde. L'ordinateur de la voiture calcule que le temps de freinage n'est pas suffisant. Il cherche à contourner les travailleurs. Lorsque la voiture change de direction, une mère et son enfant surgissent devant la voiture. L'accident est inévitable. Les spécialistes de l'éthique doivent choisir si l'ordinateur sera programmé pour que la voiture heurte les travailleurs ou la mère et son enfant.
2. Pour chaque situation:
  - a) réfléchis à la bonne décision à prendre en tenant compte des trois principes éthiques;
  - b) note ta décision.
3. En équipe, pour chaque situation:
  - a) présentez chacune de vos décisions. Identifiez les avantages et les inconvénients de chacune;
  - b) au besoin, pour arriver à une décision commune, prenez le temps de débattre. Notez cette décision et les raisons qui vous permettent de la favoriser. → Page 206
4. Exerce ton esprit critique.
  - a) Les trois principes éthiques énumérés à la page précédente sont-ils suffisants pour prendre une décision?
  - b) Penses-tu qu'un autre principe éthique aurait dû être ajouté ou aurait été préférable à un autre? Lequel?

# PRÉSENTATION DES COMPÉTENCES

Le cours *Culture et citoyenneté québécoise* t'amène à développer deux compétences.

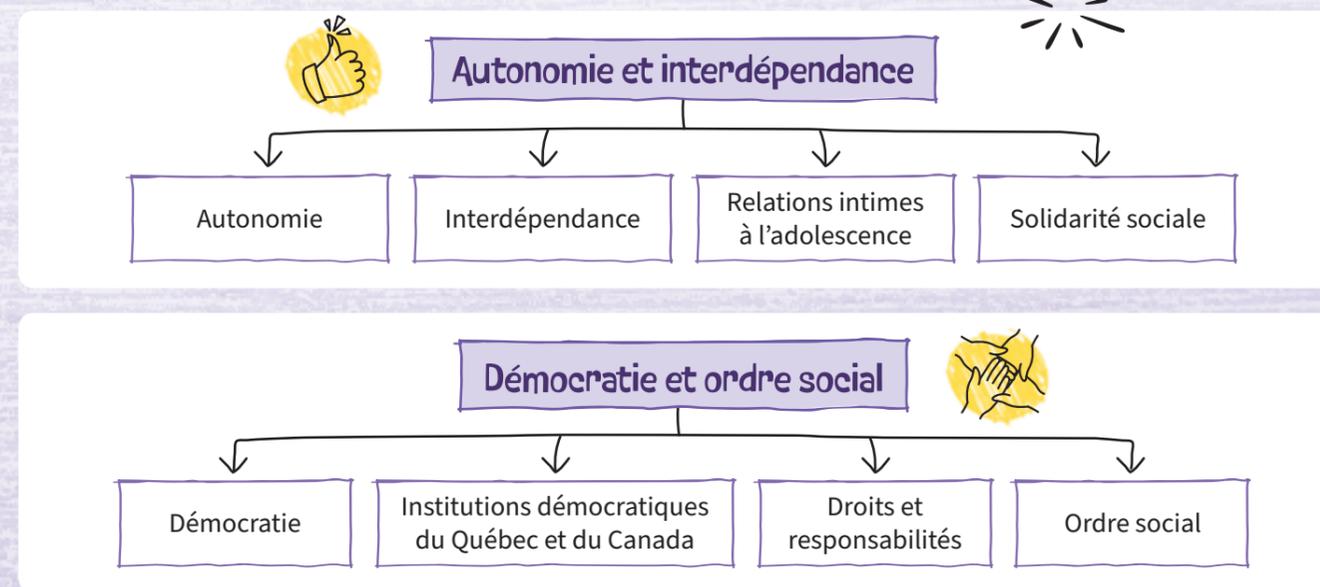
La compétence **Étudier des réalités culturelles (CD1)** vise à comprendre comment vivent les gens au Québec en explorant leurs traditions, leurs institutions, leurs valeurs et leurs manières de se comporter et de penser. Elle t'amène à porter un regard éclairé et critique sur diverses dimensions de la culture québécoise.

La compétence **Réfléchir sur des questions éthiques (CD2)** vise à analyser une situation sociale sous l'angle de l'éthique. La réflexion éthique permet d'étudier les valeurs, les normes et les règles qui guident les conduites des individus dans la recherche du bien et de la justice.

Ces deux compétences s'appuient sur la pratique du dialogue et de la pensée critique. La pensée critique t'invite à :

- poser des questions pour approfondir une réalité culturelle;
- vérifier la validité d'une information;
- t'assurer que ton point de vue ne comporte pas de préjugés ou de biais sociocognitifs;
- élaborer des arguments de qualité;
- déceler des erreurs de raisonnement;
- distinguer différents types de jugements;
- fonder tes libres choix et tes décisions sur des raisonnements valides.

Voici les thèmes et les concepts principaux à l'étude dans ce manuel.



## La fin du module

Fais un retour sur les principaux apprentissages du module à l'aide de la section *Le module, en bref...*

La rubrique *Pour terminer...* te propose de revoir et de développer ta réponse à la question de départ, à la lumière des apprentissages faits dans le module.

**LE MODULE 5, EN BREF...**

Dans ce module, tu as découvert les caractéristiques d'une société démocratique. Tu as aussi exploré comment la démocratie a façonné la société québécoise.

Voici une synthèse des principales notions du module.

**LA DÉMOCRATIE**

Le bon fonctionnement de la démocratie repose sur l'application des mêmes lois à l'ensemble de la population, la reconnaissance des libertés et des droits individuels, l'organisation d'élections libres à intervalles réguliers et le respect de la diversité des points de vue et des partis politiques.

La démocratie athénienne marque une étape importante dans le développement des sociétés démocratiques. Au fil des siècles, elle exerce une grande influence dans plusieurs pays occidentaux. Au Québec, les premières institutions démocratiques datent du début du 19<sup>e</sup> siècle.

Il existe trois types de démocratie: représentative, participative et directe. Chacun permet aux citoyens et aux citoyennes de participer activement à la vie politique.

**LA VIE DÉMOCRATIQUE**

Dans une démocratie, les citoyens et les citoyennes sont encouragés à participer activement à la vie politique pour exercer une influence sur les décisions du gouvernement.

Dans un État de droit comme le Québec, la loi est au-dessus de tout, et l'ensemble de la population, sans exception, doit respecter la loi.

Dans la démocratie québécoise, plusieurs valeurs occupent une place centrale: la dignité, l'égalité, le respect, la tolérance, la solidarité, la justice sociale, le bien commun, etc.

**POUR TERMINER...**

Tu peux maintenant répondre à la question de départ: **Quels sont les avantages de vivre dans une société démocratique?**

Le module 5, en bref... 121

## La boîte à outils

Cette section te présente les contenus liés à la pensée critique et au dialogue.

**LA BOÎTE À OUTILS**

**LA PRATIQUE DU DIALOGUE**

Le dialogue amène à reconnaître et à examiner différentes interprétations et différents points de vue. Il peut ainsi enrichir notre compréhension d'une réalité culturelle et alimenter la réflexion sur une question éthique. On peut dialoguer avec soi-même ou avec autrui.

**Dialoguer avec soi-même**

C'est mener une réflexion pour comprendre notre point de vue et ceux des autres en s'interrogeant sur les ressentis, les motivations, les idées, les valeurs, etc., qui les sous-tendent.

**Dialoguer avec autrui**

C'est échanger avec une ou plusieurs personnes sur des idées, des ressentis, des motivations, des expériences, des connaissances, des repères (et peut-être aussi des préjugés, des biais, des stéréotypes) afin de mieux comprendre nos points de vue.

**Des conditions favorables au dialogue**

Certains comportements favorisent la réussite du dialogue avec autrui. En voici un aperçu:

- Respecter les règles de fonctionnement du dialogue, par exemple pour la prise de parole lors d'un débat.
- Établir le but et l'objet du dialogue, et ne pas s'en éloigner.
- Bien écouter ce que disent les autres.
- Prêter attention à la communication non verbale (gestes, expression faciale, posture) chez soi et chez les autres.
- S'assurer de comprendre les idées exprimées par les autres.
- Répondre aux questions des autres.

204 La boîte à outils

## Étudier des réalités culturelles (CD1)

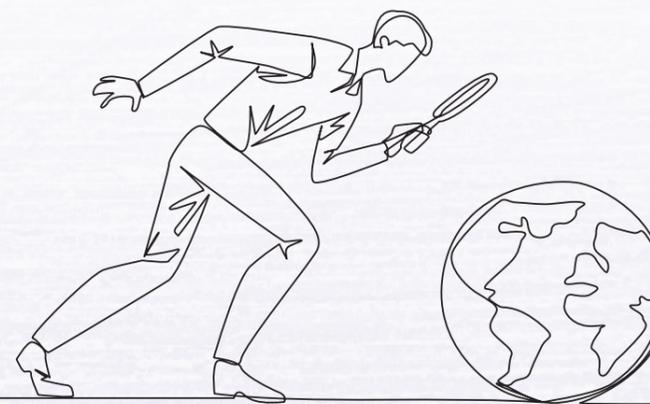
### Sociologie

Science qui s'intéresse aux relations entre les individus et entre les groupes humains. Elle prend entre autres pour objet d'étude l'identité, l'éducation, la famille, la santé, les sports, le pouvoir et la démocratie.

Cette compétence propose des outils de recherche pour explorer la culture québécoise. Parmi ces outils, il y a les méthodes d'enquête de la **sociologie** et les démarches de réflexion critique.

Les méthodes d'enquête de la sociologie permettent de recueillir des informations en cherchant dans des documents ou sur Internet, ou encore en observant des personnes, en leur posant des questions lors d'un entretien ou à l'aide d'un questionnaire.

La compétence *Étudier des réalités culturelles* comporte quatre composantes.



### Clin d'ŒIL



La compréhension d'une réalité culturelle s'enrichit du dialogue avec soi-même et avec les autres. Tu peux découvrir différentes formes de dialogue dans La boîte à outils, aux pages 205 et 206.

### Circonscrire l'objet d'étude

Voici la démarche pour déterminer et préciser l'objet d'étude :

- On choisit un objet d'étude.  
*Exemple :* On mène une enquête sociologique sur les activités parascolaires que pratiquent les élèves du 1<sup>er</sup> cycle du secondaire. L'objet d'étude serait : les activités parascolaires des élèves du 1<sup>er</sup> cycle du secondaire.
- On formule une ou des questions de recherche ainsi que des réponses provisoires (hypothèses, intuitions, suppositions).
- On définit les concepts pertinents liés à la réalité culturelle à l'étude.  
*Exemple :* On définit en quoi consiste une activité parascolaire.
- On recueille des **informations** pertinentes sur cette réalité.

Les informations peuvent être des données déjà disponibles, ou de nouvelles données provenant de sources documentaires ou obtenues à l'aide d'outils d'enquête (entrevues, questionnaires, sondages, observations, etc.).

### Exposer une compréhension enrichie

L'étude d'une réalité culturelle vise à mieux la comprendre. Voici la démarche :

- On compare sa nouvelle compréhension de la réalité étudiée avec sa compréhension initiale.
- On compare sa nouvelle compréhension avec celle des autres.

### Analyser les relations sociales

L'étude d'une réalité culturelle conduit à analyser les informations recueillies. Voici la démarche :

- On examine les relations entre des personnes ou des groupes de personnes.  
*Exemple :* Pour connaître les activités parascolaires des élèves du 1<sup>er</sup> cycle du secondaire, on se demande qui prend part à des activités parascolaires, quelles sont ces activités et pourquoi les élèves les choisissent.
- On situe ces relations dans le temps et l'espace.  
*Exemple :* On se demande si les élèves participent à ces activités depuis longtemps.
- On compare les différentes significations données à cette réalité culturelle en faisant ressortir ce qui les distingue.
- On formule des **constats** qui permettent d'interpréter la réalité culturelle à l'étude.

Formuler des constats signifie tirer des conclusions à partir des informations recueillies. Lorsque plusieurs personnes font les mêmes constats, la validité de ces constats se trouve renforcée.

### Évaluer les savoirs

Lorsqu'on mène une étude sur une réalité culturelle, on doit évaluer l'information recueillie. Voici la démarche :

- On s'assure que les informations recueillies sont fiables et exactes.
- On considère des effets des **biais sociocognitifs**.
- On identifie les aspects de la réalité culturelle qui n'ont pas été couverts afin de reconnaître les limites de son interprétation.

Les biais sociocognitifs sont des raccourcis de la pensée qui permettent de traiter rapidement des informations, mais qui peuvent aussi entraîner des erreurs. Tu peux les découvrir dans La boîte à outils, aux pages 215 et 216.

## Réfléchir sur des questions éthiques (CD2)

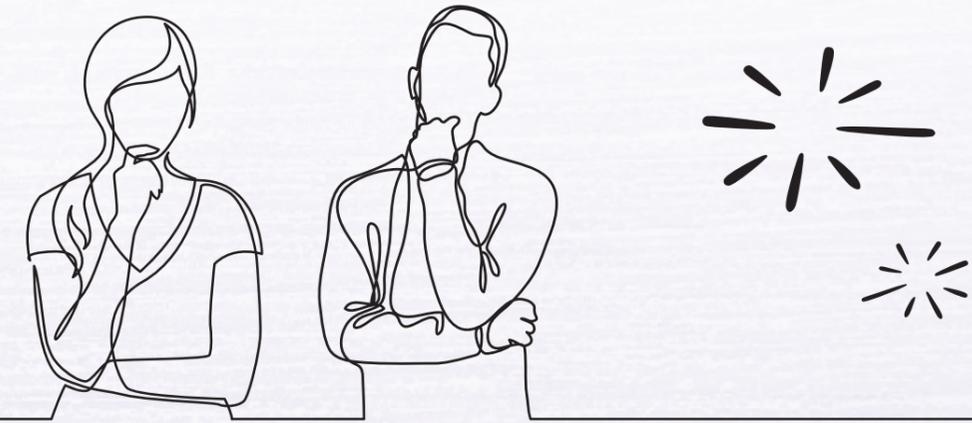
Cette compétence vise à développer ta capacité à :

- cerner la dimension **éthique** d'une situation sociale;
- formuler une question éthique au sujet de cette situation;
- considérer différents points de vue pour répondre à la question éthique;
- identifier les repères qui soutiennent les points de vue;
- élaborer ton point de vue (qui sera ta réponse à la question éthique);
- justifier ta réponse en expliquant pourquoi les repères que tu as retenus sont pertinents.

La compétence *Réfléchir sur des questions éthiques* comporte quatre composantes.

### Éthique

Domaine de la philosophie qui étudie les valeurs, les normes et les règles qui orientent la conduite des individus dans la recherche du bien et de la justice.



### Dégager la dimension éthique d'une situation

Il faut dégager la dimension éthique d'une situation sociale pour bien la comprendre.

*Exemple:* On veut réfléchir à la situation de Lucia et de Jérôme, qui ont vu leur ami Pascal voler un sandwich à la cafétéria. Ils ont demandé à Pascal la raison de son vol, mais il n'a pas donné d'explication. Les deux amis se demandent maintenant s'ils doivent dénoncer Pascal. Voici la démarche :

- On résume la situation.
  - Qui est impliqué? Pascal. – Que se passe-t-il? Pascal a volé un sandwich. Lucia et Jérôme lui demandent la raison de ce vol, mais n'obtiennent pas d'explication. Ils se demandent s'ils doivent dénoncer Pascal.
  - Où cela se passe-t-il? À la cafétéria.

- On définit les concepts importants dans la situation et on mobilise les informations qui permettent de la comprendre.

*Exemple:* Si on réfléchit sur la dénonciation, il est important de définir en quoi elle consiste et quelles sont les règles à l'école sur ce sujet.

- On relève les tensions dans cette situation.

*Exemple:* La tension pouvant exister entre deux valeurs comme l'honnêteté (respecter le bien des autres) et l'amitié (dénoncer un ami peut gêner la relation d'amitié).

- On formule une **question éthique**.

*Exemple:* Est-il acceptable de dénoncer un ami?



Toutes les questions éthiques comportent un choix à faire entre des valeurs ou des normes. Tu peux découvrir différents types de questions éthiques dans La boîte à outils, à la page 217.

Un point de vue est l'opinion qu'on a sur une question et qu'on défend à l'aide de repères.

### Élaborer un point de vue

L'élaboration d'un **point de vue** repose sur l'examen et la sélection de différents repères. Voici la démarche :

- On sélectionne les repères qu'on privilégie.
- On établit les réponses qui paraissent pertinentes par rapport à la situation.
- On évalue les effets de ces réponses sur soi, les autres, les relations et la société.
- On justifie son choix en expliquant son raisonnement.

### Examiner une diversité de points de vue

L'examen de différents points de vue permet de mieux les comprendre et d'alimenter sa réflexion. Voici la démarche :

- On examine différents points de vue pour en identifier les **repères**.  
*Exemple:* Un repère peut être une règle comme « Il est interdit de voler ».
- On compare ces repères en les situant dans le temps et l'espace.  
*Exemple:* Au Québec, les lois interdisent le vol.
- On évalue la pertinence des informations et des raisonnements afin de prendre une bonne décision.

Il existe différents types de repères, par exemple une valeur, une donnée scientifique, une norme, une loi, une tradition, une règle religieuse ou une expérience personnelle.

### Dialoguer

Le dialogue est sollicité tout au long de la réflexion sur une question éthique. Il aide à développer son point de vue. Il peut entre autres prendre la forme d'une conversation, d'une discussion ou d'un débat. Le dialogue peut aussi être intérieur. Celui-ci consiste à réfléchir par soi-même à ce que l'on connaît, à ce que l'on pense, à ce que l'on ressent, à ce que l'on choisit et à ce que l'on décide. Voici la démarche :

- On tient compte de ses propres **ressentis**, de ses **réactions** et aussi de son point de vue initial par rapport à une situation.
- On tient également compte des ressentis, des expériences et des points de vue des autres.
- On mobilise des moyens pour **appuyer ses idées**, comme de bons exemples, des repères pertinents et des raisonnements valides.
- On respecte les **conditions favorables** au dialogue avec les autres (demander la parole, écouter les autres, ne pas les interrompre, etc.).

En quoi consiste un ressenti ou une réaction? Il peut s'agir d'une émotion, d'un souvenir, d'une pensée ou d'une réaction physique (rougir, s'emporter, etc.) qui survient quand tu réfléchis.

Il existe différents moyens d'appuyer ses idées. Tu peux les découvrir dans La boîte à outils, aux pages 212 à 214.

En mettant en place des conditions favorables à l'interaction, tu encourages le dialogue. Tu peux te familiariser avec les conditions qui favorisent le dialogue dans La boîte à outils, à la page 204.

# Autonomie

**C**haque personne développe son autonomie à travers différentes expériences de vie.

Ce module te propose d'examiner diverses dimensions de l'autonomie, comme apprendre à combler ses besoins, à gérer ses émotions et à prendre de bonnes décisions. Il t'invite aussi à explorer ta liberté de choix et la possibilité de te comporter en accord avec tes propres valeurs.

## Thème

- Autonomie et interdépendance

## Concept principal

- Autonomie

## Concepts particuliers

- Autorégulation
- Autodétermination
- Liberté de choix
- Individualisme

## Ateliers du module

- |                                       |    |
|---------------------------------------|----|
| 1. Devenir autonome.....              | 4  |
| 2. Être un individu responsable ..... | 16 |

## POUR COMMENCER...

Une personne autonome exerce sa liberté de façon responsable.

Qu'est-ce que l'autonomie, d'après toi ?



En grandissant, on apprend à parler, à marcher et, petit à petit, à prendre des décisions. On développe son autonomie. En quoi consiste le développement de l'autonomie ?

## Agnès et l'autonomie

Au fil des années, Agnès devient de plus en plus autonome.



À l'âge de 3 ans, elle peut déjà s'habiller seule.



À 7 ans, elle est capable de préparer un petit déjeuner pour ses parents.



À 11 ans, elle organise une vente-débarras pour amasser de l'argent afin d'acheter un cadeau à sa mère.



À 13 ans, elle s'occupe de nourrir le chat de son voisin quand il part en voyage.

Et TOI ?

Nomme des comportements qui montrent qu'une personne de ton âge est autonome.

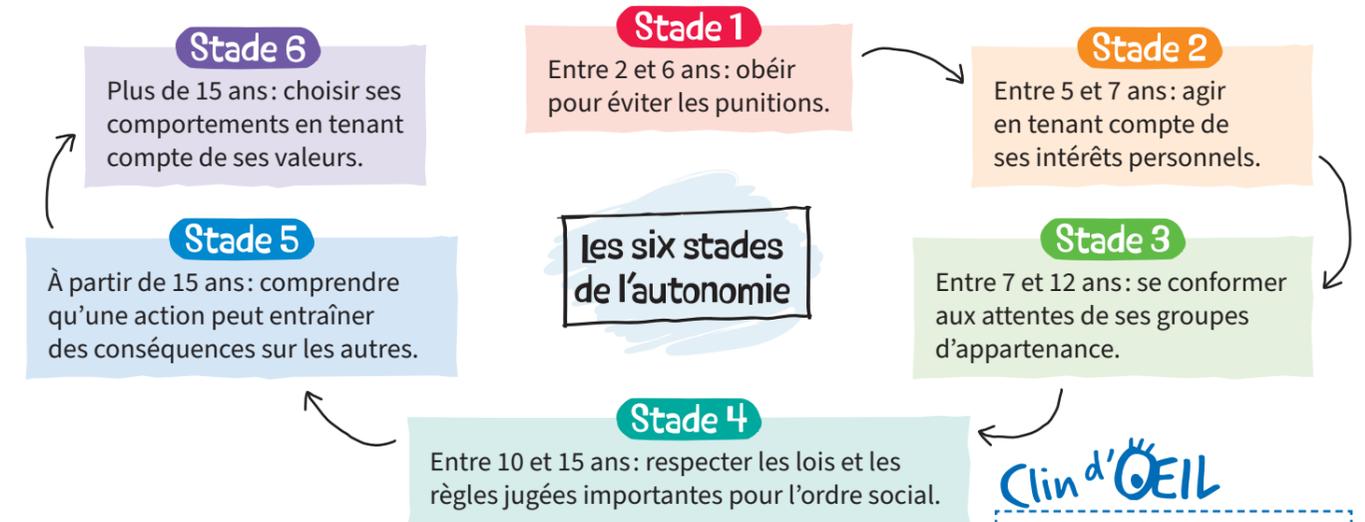
## En route vers l'autonomie

La socialisation est le processus par lequel un enfant apprend notamment comment se comporter dans toutes les situations de la vie. Un des effets importants de la socialisation est de lui permettre de développer son autonomie.

L'**autonomie** est la capacité d'une personne à prendre des décisions pour combler ses besoins et pour réaliser des projets qui lui tiennent à cœur. L'autonomie d'une personne peut varier considérablement selon les situations et les normes sociales.

Cependant, être autonome ne signifie pas devoir tout faire soi-même. Dans certaines circonstances, on peut compter sur les autres. Comme il est tout aussi normal que les autres puissent compter sur nous.

Le psychologue américain Lawrence Kohlberg (1927-1987) a montré qu'un enfant développe son autonomie morale en passant par différents stades.



Clin d'ŒIL

Chaque personne devient autonome progressivement et à son propre rythme.

Clin d'ŒIL

Toutes les théories, comme celle de Kohlberg, peuvent être débattues et remises en question afin d'être améliorées.

Une personne autonome est capable de :

- **réguler** ses comportements en fonction du contexte ;
- prendre des décisions pour répondre à ses besoins ou pour réaliser des projets ;
- réfléchir de manière critique sur les **valeurs** qui guident ses comportements.

### REFLÉCHISSONS

Auguste a amené sa petite sœur de 11 ans faire du vélo sur les sentiers du boisé. Sa sœur a fait une chute et s'est blessée légèrement. Auguste réfléchit aux conséquences de ses actes.

D'après toi, devrait-il encore amener sa sœur faire du vélo dans le boisé ?

**Réguler**  
Gérer ses comportements et ses émotions de façon autonome.

**Valeur**  
Ce qu'un individu ou un groupe d'individus considère comme un bien idéal pour lui-même et la société.

## Clin d'ŒIL

Le mot *autorégulation* est composé du préfixe *auto*, qui signifie « soi-même », et du mot *régulation*, qui signifie « se réguler », c'est-à-dire se donner des règles. Il désigne donc l'action de se réguler par soi-même.

### Ponctuel

Qui arrive toujours à l'heure.



## Clin d'ŒIL

Une personne capable d'auto-régulation peut gérer plus efficacement son temps, ses activités ou ses projets dans différentes situations. Elle montre alors qu'on peut lui faire confiance et compter sur elle.

# La maîtrise de soi

L'**autorégulation** est la capacité d'une personne à gérer ses émotions, ses comportements, ses réactions et ses pensées dans diverses circonstances et en fonction des normes sociales. Elle constitue un des aspects importants de l'autonomie. Elle permet à une personne d'avoir une bonne maîtrise de soi.

## Des règles et des comportements

Une règle établit une manière de se comporter de façon régulière et prévisible. Elle précise ce qu'on doit faire dans une situation donnée. Bien qu'une règle soit contraignante, elle vise aussi à sécuriser et à protéger les gens contre l'incertitude, le stress et le désordre.

Une personne intègre plusieurs règles au cours de sa vie. Elle peut aussi choisir de se donner des règles qui l'aident à mettre de l'ordre dans sa vie personnelle et dans ses relations avec les autres. Grâce à ces règles, elle peut parvenir à gérer plus facilement ses comportements. Par exemple, lorsqu'une personne se rend compte qu'elle est souvent en retard, elle peut se donner une règle qui l'amène à être **ponctuelle**. Si elle perd souvent patience, elle peut aussi se donner une règle pour retrouver son calme. Une personne autonome apprend en réfléchissant à ses comportements et à ses émotions, et parvient ainsi à les contrôler.

Voici des situations sociales qui demandent de se donner des règles pour autoréguler ses comportements.

- Se lever le matin pour aller à l'école.
- Déterminer le temps qu'on peut passer devant un écran.
- Préparer son lunch.
- Faire ses devoirs.
- Ranger sa chambre.
- Se conformer aux règles d'une activité sportive.
- Se coucher le soir pour avoir une bonne nuit de sommeil.

Une personne autonome, capable de s'auto-réguler, reconnaît qu'il existe des conséquences à ses paroles et à ses comportements sur elle-même et sur les autres. Pour la philosophe française Simone Weil (1909-1943), en portant attention à autrui, on apprend également à se comprendre et à se respecter soi-même.

## REFLÉCHISSONS

Présente un exemple de situation sociale où des gens ont souvent du mal à contrôler leurs comportements et explique pourquoi ils ont cette difficulté.

# Des émotions fortes

Dans certaines situations, on ressent des émotions fortes qui sont parfois difficiles à contrôler. On peut alors sauter de joie, éclater de rire, crier à tue-tête, pleurer à chaudes larmes ou hurler de colère, selon les circonstances.

Voici des exemples d'**émotions positives fortes**. Une personne peut être :

- heureuse à l'obtention d'un excellent résultat;
- excitée au départ d'un voyage;
- amoureuse pour la première fois;
- enthousiaste à l'annonce d'un gain important.

Voici des exemples d'**émotions négatives fortes**. Une personne peut être :

- révoltée en présence d'une injustice;
- décue de ne pas avoir été sélectionnée;
- découragée à cause d'un mauvais résultat scolaire;
- blessée par des propos méchants;
- anxieuse avant un examen important;
- irritée par le comportement de quelqu'un.

Les émotions, qu'elles soient positives ou négatives, font partie de la vie. Elles mettent à l'épreuve la capacité d'une personne à gérer ses comportements. Or, savoir se contrôler, c'est-à-dire retrouver son calme, permet de prendre des décisions réfléchies, d'interagir de manière respectueuse avec les autres et de se sentir mieux avec soi-même.

## REFLÉCHISSONS

D'après toi, pourquoi est-il important de bien reconnaître ses émotions ?



## Clin d'ŒIL

Parfois, l'émotion est trop forte, elle nous envahit. Pour se calmer, on peut essayer par exemple de prendre de grandes respirations et de nommer l'émotion ressentie.

## À PROPOS... DE LA RELAXATION

Après une longue semaine à l'école qui exige des efforts constants d'auto-régulation, c'est bon de pouvoir relaxer. Il existe plusieurs techniques de relaxation qui aident à mieux gérer son stress et à mieux dormir.

Relaxer, c'est aussi passer du temps avec des personnes qu'on aime. Rire, discuter et faire des activités avec des amis ou des proches, cela procure un sentiment de bonheur et de bien-être.

## L'autorégulation pour s'améliorer

Plusieurs personnes ont développé une capacité d'autorégulation qui leur permet de se surpasser. Elles consacrent des heures et des heures à s'exercer pour progresser dans leur domaine. Même si elles se sentent parfois insatisfaites, elles sont généralement capables de bien gérer leurs émotions. C'est ce qui leur permet de persévérer malgré les défis auxquels elles sont confrontées.

### Dans le sport

Les personnes qui deviennent des athlètes de haut niveau ont une excellente capacité d'autorégulation. Elles sont en mesure de se fixer des objectifs à long terme et de travailler fort pour les atteindre. Elles utilisent des techniques d'autorégulation pendant l'entraînement et les compétitions pour gérer leurs émotions, leur stress et leur concentration. Elles démontrent aussi une discipline rigoureuse et une forte motivation pour atteindre leurs objectifs. Elles savent généralement gérer leurs émotions et rester concentrées pendant leur entraînement.

Les athlètes de haut niveau sont capables:

- de focaliser leur attention sur la tâche à accomplir;
- de s'adapter à des situations difficiles;
- de rebondir après une défaite ou un échec;
- de se fixer des objectifs ambitieux et de travailler dur pour les atteindre.



### À l'école

L'autorégulation joue également un rôle important dans la réussite scolaire. Elle permet à l'élève de mieux gérer son temps, ses émotions, ses comportements et ses pensées afin de pouvoir mieux se concentrer sur ses études. L'élève autonome peut apprendre à chercher conseil auprès de ses proches et de son groupe d'amis pour surmonter une épreuve difficile ou apprendre à rester humble pour affronter de nouveaux défis.



## REFLÉCHISSONS

Les athlètes montrent une grande capacité d'autorégulation. En effet, ces personnes font preuve de persévérance et sont exigeantes envers elles-mêmes. Elles cherchent continuellement à s'améliorer et à progresser.

Dans quelle activité aimerais-tu performer ? Pourquoi ?



La joueuse de tennis Leylah Annie Fernandez est née à Montréal en 2002. À force d'efforts constants, elle s'est classée parmi les 15 meilleures joueuses au monde en 2022. On dit d'elle qu'elle est très positive et toujours enthousiaste.

## La dépendance et le sevrage

La **dépendance** peut être définie comme une forte envie pour une substance, une activité ou une personne, au point où il devient difficile de s'en passer malgré des conséquences négatives. On peut souffrir par exemple d'une dépendance à un ami ou à une amie, à la nourriture, à l'alcool, au tabac, à une drogue, aux jeux en ligne, aux écrans ou aux jeux vidéo. Le **sevrage** est un processus, souvent très difficile, pour se libérer d'une dépendance qu'on ne contrôle plus.

Lis le texte pour savoir ce que Lucas a fait pour se libérer de sa dépendance.



Lucas passe tout son temps libre devant son écran d'ordinateur, à jouer à des jeux vidéo. Il joue parfois toute la journée et toute la soirée, jusque tard dans la nuit. Il se sent fatigué et ne sort presque plus de la maison. Ses résultats scolaires sont en chute libre. Il sait qu'il a développé une dépendance aux jeux vidéo et qu'il doit faire quelque chose pour changer cette situation. Il commence par chercher de l'aide auprès de son père.

Dans un livre, il apprend que l'autorégulation consiste à contrôler ses comportements pour atteindre un équilibre sain. À la suite de sa lecture, il entreprend de s'autoréguler pour se débarrasser de sa dépendance aux jeux vidéo.

Voici ce que Lucas décide de faire:

- Élaborer un plan.
- Se fixer des limites claires. Par exemple, il s'autorise à jouer deux heures durant la fin de semaine.
- Faire preuve de discipline et de volonté en résistant à la tentation de jouer durant les jours de semaine.
- Trouver d'autres activités, comme faire du sport, lire ou discuter avec ses amis.

L'autorégulation permet de réfléchir à ses comportements et de les ajuster au besoin afin de prendre soin de soi, mais aussi des autres.

## REFLÉCHISSONS

Ce qui est arrivé à Lucas peut arriver à tout le monde. On peut être dépendant ou dépendante de son téléphone, des boissons sucrées et même d'un ami ou d'une amie.

1. Que conseillerais-tu à un proche qui a développé une dépendance ?
2. Quelles leçons peux-tu tirer de l'histoire de Lucas ?

## À PROPOS...

### DE LA DÉPENDANCE AUX JEUX VIDÉO

Même si les jeux vidéo demeurent un simple divertissement pour une majorité de jeunes, certains joueurs peuvent développer une dépendance qui entraîne des conséquences sur leur santé physique et mentale. Au Québec, environ 1,5% des jeunes auraient une dépendance aux jeux vidéo.



# L'autodétermination

Une personne autonome n'aime pas se faire dire ce qu'elle doit penser ou ce qu'elle doit faire. Par contre, elle est ouverte au dialogue avec les autres pour enrichir sa réflexion.

Une personne autonome fait preuve d'autodétermination lorsqu'elle exerce sa liberté de prendre une décision en tenant compte de ses besoins et de ses valeurs, mais aussi des besoins et des valeurs des autres. Ainsi, elle est capable de déterminer ce qui est le mieux pour elle et pour les autres.

**Une personne autonome est capable de prendre ses propres décisions.**

## Considérer ses limites

Quand une personne prend une décision, elle doit considérer à la fois ses limites personnelles et les limites de l'environnement dans lequel elle évolue, car elles ont une influence sur ses choix.

Considérer ses limites, c'est tenir compte de ses capacités, de ses valeurs et de ses besoins. C'est aussi tenir compte des circonstances, des règles, des normes, des lois, des expériences personnelles, de la culture familiale et des attentes des autres. Voici quelques exemples.

L'école organise une randonnée de vélo de montagne de 15 km. Pour y participer, il faut remplir certaines conditions. On invite les élèves à en tenir compte dans leur décision de s'inscrire ou non à l'activité.

Parmi les conditions, il y a :

- être en forme ;
- se sentir capable de relever le défi ;
- avoir l'autorisation d'un parent ;
- avoir obtenu la note minimale de 60 % en éducation physique.

Toutes ces conditions constituent des limites.

Il importe de prendre conscience de ses limites et d'en tenir compte de manière responsable afin de préserver son bien-être et d'optimiser ses chances de réussite dans tout projet.

## REFLÉCHISSONS

Nomme des limites dont une personne doit tenir compte afin de favoriser sa réussite scolaire.

### Clin d'ŒIL

Le mot *autodétermination* est formé du préfixe *auto*, qui signifie « soi-même », et du mot *détermination*, qui signifie « prendre une décision ». Il désigne donc l'action de décider par soi-même.



# La liberté de choisir ses valeurs

Une personne autonome apprend à choisir les valeurs qui guident ses comportements. Elle choisit ses valeurs parmi celles qui sont reconnues dans son environnement culturel. Par exemple, elle peut s'intéresser à la place du respect, de l'amour, de la bonté, de l'amitié, du courage, de la liberté, de la franchise et de l'honnêteté dans ses décisions et dans ses relations avec les autres.

La liberté de choisir ses valeurs est le fondement de l'éthique. Une personne est responsable des valeurs qu'elle choisit et qui deviennent le centre de sa vie. Si elle adopte comme valeurs le respect et l'honnêteté, alors elle essaie, en toutes situations, de se montrer fidèle à celles-ci. Elle fait preuve d'un sens des responsabilités lorsqu'elle réfléchit aux valeurs qui guident ses décisions et ses actions.

Dans certaines situations sociales, il arrive qu'on veuille agir selon ses valeurs, mais qu'on choisisse de ne pas en tenir compte. Voici des exemples.



Pierre-Charles sait que c'est mal de tricher, mais il décide tout de même de copier les réponses de son voisin pendant un examen.

Rachid observe un jeune se faire intimider dans l'autobus, mais il choisit de ne rien dire pour éviter la confrontation.

Lou promet à un ami de garder un secret, mais elle finit par le révéler à d'autres personnes.

Ariane est passionnée par la protection de l'environnement, mais elle achète régulièrement des aliments dans des emballages non recyclables.

Si on pouvait toujours être fidèle à ses valeurs, on serait des champions et des championnes de l'éthique. Mais c'est tout un défi dans la vie de tous les jours. Par exemple, même si la plupart des gens affirment que la gentillesse fait partie de leurs valeurs, personne n'arrive à être toujours gentil ou gentille avec tout le monde, dans toutes les situations de sa vie.

## REFLÉCHISSONS

1. Dans chacune des situations sociales ci-dessus, nomme les valeurs qui sont en jeu.
2. D'après toi, pourquoi certaines personnes n'arrivent pas à être fidèles à leurs valeurs ?

### Clin d'ŒIL

Les valeurs influencent la manière de penser et d'agir d'une personne.



## Vivre en accord avec ses valeurs

Les valeurs jouent un rôle fondamental en éthique. Elles servent de principes qui orientent les actions et les décisions d'une personne. Elles l'aident à déterminer ce qui est moralement bien, bon et juste pour elle dans une situation donnée. Chaque personne peut explorer le monde des valeurs, soit par la réflexion individuelle ou en discutant avec d'autres. Elle peut ainsi choisir les valeurs qui correspondent à ses aspirations personnelles et aux aspirations de sa collectivité.

Dans plusieurs situations sociales, les valeurs qui animent une personne ou un groupe de personnes sont soumises à des tensions.

Voici deux exemples.



Ghita doit aider son père à préparer le souper. Elle aime bien rendre service à la maison. Cependant, il fait beau dehors aujourd'hui et elle a très envie de retrouver ses amis. Dans cette situation, Ghita réfléchit à la décision à prendre selon ses valeurs. Elle est déchirée entre l'entraide et l'amitié.



Le comité d'élèves de l'école doit décider s'il utilise l'argent récolté pour le donner à un organisme qui prend soin des enfants dans le besoin ou pour acheter un nouvel équipement sportif pour la salle de musculation. Dans cette situation, le comité d'élèves est déchiré entre des valeurs d'entraide collective et de bien-être personnel.

Ces situations montrent que, dans la vie, il est souvent nécessaire de faire des choix difficiles entre des valeurs qui nous tiennent à cœur. Réfléchir et discuter avec d'autres personnes sur le choix d'une valeur fait partie de la prise de décision.

### REFLÉCHISSONS

Lis les situations suivantes et nomme les valeurs qui sont soumises à des tensions.

- Sami a promis à ses amis de prendre part à une partie de soccer après l'école. Il aime jouer avec eux. Cependant, il sait que son père l'attend à la maison pour réparer les marches de l'escalier extérieur.
- Lors de la réunion municipale, les membres du conseil sont divisés entre investir dans l'aménagement d'un nouveau parc ou participer au financement d'un nouveau club de golf.

## L'autodétermination et l'éthique

L'éthique suppose qu'une personne est suffisamment autonome pour choisir des valeurs qui lui permettront de réguler ses comportements en fonction des normes et des règles qui existent dans ses milieux de vie.

L'éthique demande que l'on prenne des décisions réfléchies. Cela n'est jamais facile. Pour y arriver, on doit examiner différentes options tout en tenant compte de ses limites. Enfin, on doit être capable de justifier une décision dont on est le seul ou la seule responsable.

Lis le texte pour mieux comprendre ce qui pourrait influencer Janos dans sa prise de décision.



En transportant le vieux vase de son grand-père, Janos l'échappe accidentellement. Janos ne sait pas s'il doit avouer à son grand-père qu'il a cassé son vase.

Si Janos avoue qu'il a cassé le vase, son grand-père sera déçu, car il aimait beaucoup ce vase et il répétait à tout le monde d'y faire attention.

Si Janos ne dit rien, il court le risque que son grand-père découvre la vérité et, si cela se produit, il perdra alors la confiance de son grand-père.

Janos a une décision à prendre. Il a le choix entre deux options : être honnête avec son grand-père ou lui cacher la vérité. Janos entreprend une réflexion pour comprendre comment ses valeurs influencent sa décision.

Une personne peut choisir d'agir selon ses valeurs. Elle a alors le sentiment d'être en harmonie avec elle-même. Elle peut aussi choisir de ne pas agir selon ses valeurs.

### REFLÉCHISSONS

- Dans la situation de Janos, quelles sont ses limites ?
- D'après toi, qu'est-ce qui pourrait motiver Janos à ne rien dire ?



### Clin d'ŒIL

Quand vient le temps de prendre une décision, il faut prendre le temps de réfléchir aux choix offerts.



## Prendre une décision éclairée

En devenant autonome, on est souvent confronté à des situations dans lesquelles on est appelé à prendre des décisions difficiles.

Cet Espace labo t'invite à réaliser une démarche éthique afin de prendre une décision en effectuant quatre opérations de la compétence *Réfléchir sur des questions éthiques*.

Voici un exemple de la démarche proposée, à partir de la situation d'amitié entre Eva et Sarah.

Eva et Sarah sont des amies inséparables depuis plusieurs années. Elles partagent des moments de joie, des secrets et des aventures. Cependant, Eva commence à remarquer un changement chez Sarah. Elle est de plus en plus agressive envers les autres. Un jour, alors qu'elles étaient toutes les deux dans la cour de l'école, Sarah a ridiculisé un camarade de classe devant tout le monde. Eva a ressenti un grand malaise. Elle doit décider si elle veut continuer à entretenir une amitié avec Sarah.

### 1 Décrire la situation.

**Qui ?** Deux amies : Eva et Sarah.

**Que se passe-t-il ?**

Sarah est plus agressive, elle se moque des autres. Eva se demande si elle veut poursuivre son amitié avec Sarah.

### 2 Relever les tensions.

Quand Sarah se moque des autres, elle ne les respecte pas.

Pour Eva, il est important d'être respectueux.

Eva relève une tension entre les comportements de Sarah et une de ses valeurs : le respect.

### 3 Sélectionner des repères à privilégier.

Des valeurs comme le respect des autres et l'amitié sont des repères.

Pour Eva, l'amitié est importante. Elle se construit sur le respect mutuel. Si Sarah ne respecte pas les autres, elle pourrait un jour cesser de respecter Eva.

### Clin d'ŒIL

Un repère peut être une valeur, un fait ou une règle.

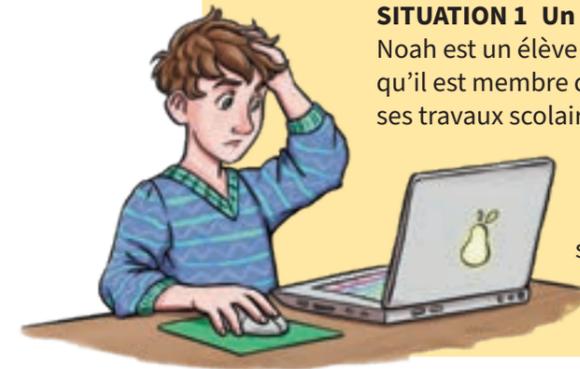
### 4 Identifier une réponse ou des actions possibles.

En réponse à la situation, Eva décide de prendre un moment pour discuter avec Sarah de son comportement. C'est sa première action.

## ➡ À ton tour!

### Dégager la dimension éthique d'une situation (CD2)

- Lis les deux situations suivantes, dans lesquelles une décision importante doit être prise.



#### SITUATION 1 Un travail scolaire

Noah est un élève studieux qui excelle dans toutes les matières. Mais depuis qu'il est membre de l'équipe de football de l'école, il manque de temps pour ses travaux scolaires. Noah n'a pas envie de voir ses notes baisser. Afin d'éviter de remettre un devoir en retard, il est tenté de copier le travail d'un camarade de classe. Cependant, l'idée de tricher ne lui plaît pas du tout. Si les gens venaient à savoir qu'il triche, Noah pourrait subir des conséquences négatives et perdre sa réputation. Et que diraient ses parents ?

#### SITUATION 2 Une consommation responsable

Amalia se trouve face à une décision difficile. Son amie Béatrice l'invite à se rendre dans une boutique à la mode pour acheter des vêtements neufs. Amalia est consciente de l'impact environnemental de leur production. Elle sait que l'industrie de la mode est souvent polluante et qu'elle génère beaucoup de déchets. Amalia se dit qu'elle préférerait acheter ses vêtements dans une friperie. Mais elle hésite, ne voulant pas déplaire à Béatrice, qu'elle aime beaucoup. De plus, depuis qu'elles sont toutes jeunes, elles échangent souvent leurs vêtements, car elles ont la même taille.



- Choisis une des situations.
- Suis la démarche présentée à la page précédente afin de dégager la dimension éthique de la situation choisie.
  - Décris la situation pour bien la comprendre.
  - Relève des tensions que vivent les personnes.

### Élaborer un point de vue (CD2)

- Élabore ta réponse à la situation que tu as choisie.
  - Sélectionne les repères à privilégier.
  - Identifie une réponse ou des actions possibles. Justifie ton choix.

## ATELIER 2



# Être un individu responsable

L'adolescence est une période passionnante de l'existence, car on devient de plus en plus autonome. On prend des décisions qui façonnent notre parcours de vie. On a une plus grande liberté de choisir des valeurs qui sont le reflet de notre identité. On fait parfois des erreurs, mais ces erreurs peuvent aussi être une occasion de s'améliorer et de devenir une personne responsable.

### DIALOGUE AVEC SOCRATE

Dans une salle de réalité virtuelle, on peut dialoguer avec le philosophe Socrate. Geneviève profite de l'occasion pour discuter de liberté avec lui.

Geneviève: Je réalise que mes choix dépendent de plusieurs limites. Je ne suis peut-être pas aussi libre que je le croyais.

Socrate: Tes choix sont soumis à des limites. Ils sont par exemple souvent influencés par des croyances, des traditions et des normes sociales profondément enracinées dans ta manière de penser. C'est pourquoi il est important de développer la capacité de remettre en question tes propres idées afin de faire des choix éclairés et responsables. Tu développes cette capacité en apprenant à te connaître toi-même.

Geneviève: C'est vrai, il n'est pas facile de se connaître et de faire des choix.

Socrate: Avec les années, j'ai découvert qu'on apprend à se connaître lorsqu'on dialogue avec une personne de confiance. Elle peut nous poser de bonnes questions. En se connaissant mieux, on a plus conscience de ses valeurs, de ses préférences et de ses responsabilités.



Le philosophe grec Socrate (470-399 avant l'ère chrétienne) est à l'origine de la pensée éthique.



1. En quoi consiste la liberté pour toi ?
2. D'après toi, que signifie être responsable de ses choix ?

## La liberté de choix

Tout au long de sa vie, une personne expérimente la liberté de faire des choix en tenant compte de ses valeurs, de son bien-être, de ses objectifs de vie et de ses responsabilités envers les autres.

### Faire des choix

Dans la vie de tous les jours, on fait constamment des choix. Le matin, on choisit ce qu'on va porter pour aller à l'école. Le midi, on choisit son repas à la cafétéria. Le soir, on choisit une activité à faire avec ses camarades.

Choisir, c'est sélectionner une option parmi plusieurs. Chacune de nos décisions implique un choix, qui peut être facile ou difficile. Il est facile de choisir entre une crème glacée au chocolat ou à la vanille, car notre choix est alors guidé par nos goûts.

C'est plus difficile de faire un choix éthique qui comporte des tensions entre des valeurs, des normes ou d'autres repères. Par exemple, va-t-on continuer de faire confiance à une amie qui parle dans notre dos ? Dans ce cas, la décision pourrait impliquer de mettre fin à une relation amicale. C'est un choix difficile, car il concerne des valeurs importantes : la confiance, l'honnêteté, la loyauté, le respect et l'amitié.

### Choisir librement

Lorsqu'on fait des choix, on a la liberté de décider de nos actions en tenant compte de nos valeurs, mais aussi de celles des autres. Par exemple, chaque vendredi soir, Liam veut inviter ses amis à la maison pour jouer à des jeux en ligne, mais une règle imposée par ses parents lui interdit de les inviter plus d'une fois par mois. Dans sa famille, on valorise le calme et le repos le vendredi soir.

La liberté de faire des choix est précieuse, mais une personne responsable doit réfléchir à ce qui est bien pour elle et pour les autres.

Depuis très longtemps, des êtres humains défendent la liberté de choisir ce qui est bien pour eux. La liberté de choix est devenue une dimension fondamentale de la réflexion sur l'être humain.

### REFLÉCHISSONS

Il y a très longtemps, les êtres humains pensaient que leur vie était entièrement déterminée par le destin et qu'ils n'avaient par conséquent aucune liberté de choix.

Crois-tu que cette croyance existe encore aujourd'hui parmi la population québécoise ?



### Clin d'ŒIL

Le verbe *choisir* a plusieurs synonymes : *décider*, *sélectionner*, *préférer*.

### Clin d'ŒIL

Faire un choix signifie accepter les conséquences de ce choix. Une personne responsable doit assumer les résultats de ses choix, qu'ils soient bons ou mauvais.

## L'autonomie et la liberté de choix

### Dramaturge

Personne qui écrit des pièces de théâtre.

À l'époque de Socrate, les Grecs croyaient que leur vie était déterminée par le destin. La tragédie *Œdipe roi*, écrite par le **dramaturge** Sophocle, met en lumière l'influence du destin sur la liberté humaine.

Lis ce résumé de la tragédie *Œdipe roi*.

Lorsque naît Œdipe, ses parents vont voir une prêtresse pour connaître son destin. Elle leur dit qu'Œdipe va tuer son père et épouser sa mère. Pour éviter ce terrible destin, ses parents décident de l'abandonner dans une forêt. Un berger le trouve et l'amène dans son village. Il est élevé par des parents adoptifs. Un jour, Œdipe, qui ne sait pas qu'il a été adopté, cherche à son tour à connaître son destin. Il va voir une prêtresse qui lui dit qu'il va tuer son père et épouser sa mère. Pris de

panique, il quitte ses parents adoptifs. Sur la route, il rencontre un inconnu qui le menace. Il se bat contre lui et le tue. Œdipe ne sait pas que l'étranger qu'il vient de tuer est son père. Plus tard, il se trouve dans une ville où un terrible monstre dévore les gens. Celui qui réussira à tuer ce monstre épousera la reine de la ville en guise de récompense. Œdipe réussit à tuer le monstre et épouse donc la reine. Cette reine n'est nulle autre que sa mère. ■

Ainsi, en voulant échapper à son destin, Œdipe finit quand même par l'accomplir. Pour les Grecs d'autrefois, cette tragédie révèle l'existence de forces supérieures qui déterminent le parcours de vie de chaque personne.

Si la vie était entièrement déterminée à l'avance par le destin, personne n'aurait la liberté de choisir ses amis, ses relations amoureuses, ses idées, ses activités, ses projets et ses valeurs. On ne pourrait pas dire qu'on est l'auteur ou l'auteurice de sa propre vie. En fait, on n'aurait pas le contrôle de son existence.

Être l'auteur ou l'auteurice de sa vie, c'est reconnaître qu'on a la capacité de créer son propre chemin, de choisir ses projets, de poursuivre ses passions, de se connaître davantage pour prendre de meilleures décisions et, surtout, de participer à la construction d'un monde meilleur. Aujourd'hui, les gens préfèrent penser qu'ils ne sont pas entièrement soumis au destin comme au temps d'Œdipe. Mais on ne peut pas oublier que des normes sociales et d'autres contraintes peuvent restreindre la liberté de choix des personnes. La tragédie d'Œdipe rappelle tout de même cette idée qu'on n'est pas toujours en mesure de maîtriser son destin.



### À PROPOS... DE SOPHOCLE

Sophocle (496-406 avant l'ère chrétienne) est un dramaturge grec. Une partie de ses œuvres sont parvenues jusqu'à nous. Elles mettent en scène des héros, parfois rejetés par la société, qui se trouvent confrontés à des questions éthiques.



### ▶▶ RÉFLÉCHISSONS

1. Que signifie pour toi être soumis ou soumise au destin ?
2. À ton avis, peut-on arriver à contrôler entièrement sa vie ?

## La liberté : un état d'esprit et un pouvoir

La liberté peut être définie à la fois comme un état d'esprit et comme un pouvoir. La liberté est un **état d'esprit** qui permet à une personne de conserver la capacité de faire des choix, même si...

### elle est en prison.

Selon le philosophe Jean-Paul Sartre (1905-1980), même en étant en prison, une personne peut maintenir un état d'esprit qui lui permet d'exercer sa liberté de penser, de réfléchir sur le sens de sa vie, de préparer des projets et d'imaginer un monde meilleur. L'état d'esprit détermine le sentiment de liberté, peu importe la situation dans laquelle une personne se trouve.

### elle est influencée par des personnes, des événements de son passé ou des émotions fortes.

Selon Jean-Paul Sartre, on conserve toujours la liberté de choisir ses valeurs et ses comportements, quelles que soient les influences de son passé. Par exemple, une personne qui a subi de mauvais traitements durant son enfance pourra se demander si l'influence de son passé va l'amener à maltraiter ses propres enfants.

Cependant, selon le sociologue Pierre Bourdieu (1930-2002), nos expériences passées déterminent grandement nos comportements.

Malgré ces points de vue opposés, on doit toujours réfléchir à notre liberté de choix et à ce qui peut la limiter.

La liberté est un **pouvoir** qui permet...

de faire des  
choix librement ;

d'agir de manière  
autonome ;

d'exercer un  
contrôle sur sa vie ;

de contester des normes et  
des règles en vigueur dans un milieu.

Pour la philosophe Martha Nussbaum (1947-), la liberté est souvent restreinte par le manque de choix. Elle affirme qu'une personne éduquée provenant d'un milieu aisé aura plus de choix qu'une personne issue d'un milieu moins favorisé. Elle croit également que la liberté individuelle offre le pouvoir de faire des choix en tenant compte de sa capacité d'agir. Quand vient le temps de faire un choix, elle propose de se poser les questions suivantes : quel est mon pouvoir d'action dans cette situation ? Qu'est-ce que je suis en mesure de faire véritablement ? Quelles sont mes limites ? Où puis-je trouver du soutien pour réaliser mes objectifs et mes projets ?

La liberté de choix est limitée. Tous les choix ne sont pas possibles. Par exemple, si on vit dans une société violente, il est difficile de faire confiance aux gens autour de soi.

### ▶▶ RÉFLÉCHISSONS

Nomme des choix qui ne te sont pas permis, et explique pourquoi ils ne le sont pas.



# Des limites à la liberté de choix

Une personne explore les multiples possibilités qui s'offrent à elle quand vient le temps d'exercer sa liberté de choix. Elle doit prendre des décisions en tenant compte de ses limites.

Pour comprendre les limites à la liberté de choix d'une personne, il faut d'abord considérer qu'elle est héritière de son environnement. Par exemple, elle peut être née sur une terre fertile ou dans une région désertique, avoir grandi dans un pays riche ou dans un pays pauvre, ou encore vivre dans une société démocratique ou dans une société en guerre.

Une personne peut également avoir des limites personnelles qui résultent, par exemple, d'une mauvaise santé, d'un manque de confiance ou d'une difficulté à contrôler ses émotions. Sa culture, des normes sociales et son mode de vie peuvent également l'amener à considérer qu'elle a ou n'a pas certaines possibilités.

Tous ces éléments peuvent influencer ses choix.

Voici des exemples de limites à la liberté de choix d'une personne.

## Les expériences personnelles

Les expériences que vit une personne peuvent influencer ses choix. Par exemple, si elle a vécu dans différents pays quand elle était jeune, elle pourrait avoir de la difficulté à vivre toujours au même endroit à l'âge adulte.

## Les valeurs

Une personne intègre des valeurs de sa famille et de ses proches. Ses choix peuvent être influencés par ces valeurs. Par exemple, si elle a appris à valoriser l'environnement, elle pourrait décider de ne pas s'acheter de voiture, même si elle avait de bonnes raisons de le faire.

## La culture familiale

Une personne grandit en intégrant la culture de sa famille, ses pratiques et son mode de vie. Cet environnement peut influencer ses choix. Par exemple, un individu qui aurait grandi dans une famille où personne n'a fréquenté l'université pourrait hésiter à entreprendre des études universitaires.

## Les règles

Les lois, les règlements, les interdits et les normes sociales sont des contraintes. Elles encadrent la liberté de choix d'une personne.

## La guerre

La guerre peut limiter les possibilités d'une personne, par exemple la possibilité de fréquenter régulièrement l'école ou de vivre dans un environnement sûr et stable. Les conflits armés entraînent souvent la destruction d'infrastructures essentielles et la fermeture d'établissements scolaires, ce qui oblige les individus à fuir leurs foyers et à vivre dans des conditions précaires.

## L'environnement physique

Les possibilités d'une personne qui grandit près de la mer peuvent être différentes des possibilités d'une personne qui grandit dans un village de montagne.

## L'entourage

Des personnes qui nous entourent véhiculent des normes qui peuvent exercer une pression sur notre manière de voir les choses.

## Les croyances religieuses

Dans plusieurs milieux sociaux, il existe des limites religieuses. Il peut s'agir par exemple de règles à suivre ou de comportements qui ne sont pas permis par une religion, comme l'homosexualité.

## Des conditions de vie difficiles

Les inégalités sociales font en sorte que la liberté de choix est plus restreinte pour les personnes qui vivent avec peu de moyens économiques, celles qui sont sans emploi et celles qui vivent de la discrimination ou qui connaissent des problèmes de santé.

## REFLÉCHISSONS

D'après toi, laquelle des limites énumérées précédemment impose le plus de contraintes? Pourquoi?

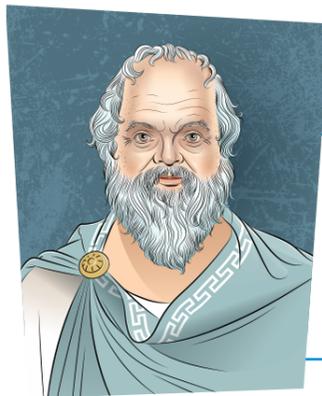
## Des aspirations dans la vie

L'autonomie d'une personne consiste entre autres à prendre des décisions qui lui permettent de répondre à ses aspirations. Une **aspiration**, c'est le fait de poursuivre un idéal, un but. Une personne peut avoir diverses aspirations. Elle doit pouvoir prendre les moyens nécessaires pour tenter de les réaliser.

Il existe une grande variété de buts dans la vie qui dépendent des décisions que l'on prend.

### Des aspirations en éthique

Une personne peut avoir comme aspiration de poursuivre un idéal éthique, par exemple être bienveillante ou courageuse. Plusieurs réflexions philosophiques portent sur les idéaux. En voici quelques-unes.



**Socrate**  
(470-399 avant l'ère chrétienne) affirme que l'un des grands buts de la vie est de cultiver la sagesse.



**Aristote**  
(384-322 avant l'ère chrétienne) dit que tous les êtres humains cherchent le bonheur.



**Épicure** (341-270 avant l'ère chrétienne) soutient qu'il faut chercher des plaisirs à long terme, comme l'amitié, et éviter les souffrances autant que possible.



Pour l'écrivain brésilien **Paulo Coelho** (1947-), le but de la vie est d'être en chemin vers nos buts.



Pour la philosophe **Martha Nussbaum** (1947-), les individus développent des « capabilités », c'est-à-dire le pouvoir de réaliser leur plein potentiel et de profiter d'une belle vie.



## Des projets qui nous tiennent à cœur

Une aspiration, ce peut aussi être de vouloir réaliser un projet qui nous tient à cœur. Par exemple, on peut avoir comme projet de terminer ses études, d'accomplir des exploits sportifs, de trouver un bon emploi, de fonder une famille, de vivre dans un endroit confortable ou d'avoir de bons amis.



← Vivre dans une ferme est un exemple de projet qui peut nous tenir à cœur.

Une aspiration peut aussi être une activité spéciale qu'on rêve de pouvoir réaliser. Par exemple, sauter en parachute, escalader l'Everest, parcourir l'Amérique à vélo, voyager en Asie ou monter sur scène devant 100 000 personnes. Une personne peut classer ses aspirations de ce type par ordre de priorité et en réaliser une seule, plusieurs ou l'ensemble.

Une personne autonome peut déterminer ses aspirations, choisir celles qui lui tiennent le plus à cœur et prendre les décisions qui lui permettent de les réaliser.



← Naviguer autour du monde en voilier est un exemple d'activité spéciale.

### REFLÉCHISSONS

1. Parmi les idéaux éthiques présentés à la page précédente, lequel t'interpelle davantage ? Pourquoi ?
2. D'après toi, pourquoi est-il important d'avoir des aspirations et de chercher à les réaliser ?

### Clin d'ŒIL

Avoir des aspirations donne un sens à la vie. C'est aussi vital que le besoin de respirer!

## Une marge de manœuvre

Lorsque vient le temps de prendre une décision, une personne peut bénéficier d'une marge de manœuvre, c'est-à-dire qu'elle peut choisir entre plusieurs possibilités qui s'offrent à elle. Par exemple, une personne qui nage très bien et qui est en bonne condition physique a plusieurs possibilités. Elle peut donc choisir de s'investir soit en nage synchronisée, en plongeon, en water-polo ou en natation de compétition.

Dans la situation suivante, Marco réagit à des contraintes pour augmenter sa marge de manœuvre.



Par un bel après-midi d'été, Marco et son jeune frère Javier veulent jouer ensemble au ballon. Comme ils ne trouvent pas le ballon, ils décident plutôt de faire un tour de vélo. En sortant le vélo de Javier, Marco réalise qu'un des pneus est crevé. Il prend alors l'initiative de réparer le pneu. Son petit frère Javier est content, mais Marco remarque qu'il semble s'ennuyer. Il lui dit alors d'aller jouer pendant qu'il répare son vélo.

Dans cette situation, Marco fait face à plusieurs contraintes. Il doit s'adapter à la situation, c'est-à-dire trouver une alternative. Comme le ballon est introuvable, il choisit de faire du vélo. Il est alors confronté à une autre contrainte: le pneu crevé. Pour surmonter cette seconde contrainte, il propose de réparer le pneu. Sa capacité à s'adapter et ses compétences manuelles lui permettent d'augmenter sa marge de manœuvre. Peut-être arrivera-t-il ainsi à faire le tour de vélo prévu?

Marco fait également preuve de flexibilité quand il propose à Javier d'aller jouer pendant qu'il répare le vélo. En agissant ainsi, il élargit la marge de manœuvre de son frère, qui se retrouve soudain avec une nouvelle possibilité d'activité.

Cette situation montre comment une personne peut prendre une décision en considérant sa marge de manœuvre, c'est-à-dire en tenant compte des contraintes auxquelles elle est soumise, et en cherchant les possibilités qui s'offrent à elle. Ces décisions sont également prises en tenant compte de sa satisfaction personnelle.

### ▶▶ RÉFLÉCHISSONS

1. Que signifie pour une personne avoir une marge de manœuvre dans ses activités quotidiennes?
2. Nomme des situations où la marge de manœuvre d'une personne est très limitée.

## L'individualisme

Chaque être humain est un individu qui peut acquérir la conscience qu'il est unique. Il peut avoir des préférences, des valeurs et des intérêts qui lui sont propres. Le mot *individualisme* provient du mot *individu*.

Depuis longtemps, des philosophes et des sociologues réfléchissent au concept d'individualisme.

Pour le philosophe anglais John Locke (1632-1704), l'individualisme est un concept positif. C'est l'idée que les libertés, les droits et les valeurs de chaque individu sont importants. Ainsi, chacun peut s'épanouir, chercher à se perfectionner et être reconnu à sa juste valeur.

Le sociologue français Émile Durkheim (1858-1917), de son côté, souligne que l'individualisme est positif lorsqu'il est associé à la liberté de penser et à la dignité humaine. Selon lui, l'individualisme possède également un aspect négatif lorsqu'il fait référence aux comportements des individus qui pensent uniquement à leur propre plaisir et à leur intérêt personnel, sans se soucier du bien commun.



## L'individualisme au Québec

Dans la société québécoise, on utilise le mot *individualiste* dans un sens négatif pour qualifier une personne qui croit que tout lui est dû ou qui accorde une importance exagérée à ses intérêts personnels.

Cependant, le mot *individualisme* est aussi utilisé dans un sens positif. Il désigne alors l'autonomie personnelle, les droits individuels et la liberté de choix de chaque personne. Dans la société, on encourage l'autonomie et l'autodétermination. On reconnaît des libertés et des droits individuels. On valorise l'identité personnelle. Chaque être humain cherche à se distinguer des autres et à cultiver sa différence.

L'individualisme conduit de plus en plus chaque personne à choisir ses préférences, ses valeurs et ses désirs. On parle alors d'individualisation.

### ▶▶ RÉFLÉCHISSONS

1. Comment l'individualisme peut-il encourager une personne à être autonome?
2. Quels sont les risques lorsqu'on accorde trop d'importance à ses intérêts personnels?
3. Comment peut-on défendre à la fois l'individualisme et le bien commun?

### Clin d'ŒIL

Le verbe *s'individualiser* a un sens très différent du mot *individualisme*. Il signifie développer son identité personnelle, sa personnalité et son style.



## Les voitures autonomes

Dans certaines situations, une personne peut se sentir déchirée entre deux options. C'est ce qu'on appelle un dilemme moral. La personne doit alors se demander quelle est la meilleure décision à prendre, compte tenu des circonstances et des gens concernés. Avant de choisir l'une des options, elle doit bien comprendre la situation afin de mieux y réfléchir. Cette réflexion, quand elle se fait en équipe, exige en plus une bonne capacité à dialoguer.

### ➡ À ton tour!

Des équipes spécialisées en ingénierie et en programmation informatique collaborent à la conception de voitures autonomes, c'est-à-dire sans conducteur ou conductrice. Ces voitures sont équipées de multiples capteurs qui agissent comme des yeux magiques pour détecter les conditions de la route.

Dans un souci de sécurité, les voitures autonomes sont dotées d'un ordinateur programmé de façon à prendre les meilleures décisions selon les circonstances. Ces décisions ont été élaborées par des spécialistes de l'éthique. Par exemple, si un chien se présente devant la voiture, l'ordinateur envoie un signal de freinage. La voiture est donc programmée pour sauver le chien.

Durant l'expérimentation des voitures autonomes, les spécialistes de l'éthique se sont penchés sur diverses situations d'accident. Ils et elles se sont rendu compte que ces situations constituent des dilemmes moraux. Pour parvenir à prendre la meilleure décision, les spécialistes se sont donné **trois principes éthiques**:

1 Tous les êtres humains ont la même valeur, ils sont égaux, aucun ne vaut plus qu'un autre.

2 On doit réduire au maximum les pertes humaines.

3 Il faut éviter de causer du tort à autrui.



### Élaborer un point de vue et dialoguer (CD2)

1. Prends connaissance des trois situations suivantes.

#### SITUATION 1 Le chien blanc

Un chien blanc traverse la rue. L'ordinateur de la voiture calcule que le temps de freinage n'est pas suffisant. Il est programmé pour contourner l'animal. Lorsque la voiture change de direction, un enfant à vélo surgit devant la voiture. L'accident est inévitable. Les spécialistes de l'éthique doivent choisir si l'ordinateur sera programmé pour que la voiture heurte le chien ou l'enfant.

#### SITUATION 3 Les travailleurs de la construction

Trois travailleurs de la construction traversent la rue sans prendre garde. L'ordinateur de la voiture calcule que le temps de freinage n'est pas suffisant. Il cherche à contourner les travailleurs. Lorsque la voiture change de direction, une mère et son enfant surgissent devant la voiture. L'accident est inévitable. Les spécialistes de l'éthique doivent choisir si l'ordinateur sera programmé pour que la voiture heurte les travailleurs ou la mère et son enfant.

#### SITUATION 2 L'enfant à vélo

Un enfant à vélo traverse la rue. L'ordinateur de la voiture calcule que le temps de freinage n'est pas suffisant. Il cherche à contourner l'enfant. Lorsque la voiture change de direction, deux personnes âgées surgissent devant la voiture. L'accident est inévitable. Les spécialistes de l'éthique doivent choisir si l'ordinateur sera programmé pour que la voiture heurte l'enfant ou les personnes âgées.

Dans ces types de situations, des spécialistes de l'éthique pourraient conclure que, pour sauver des vies, il est préférable de programmer l'ordinateur d'une voiture pour qu'elle s'autodétruisse plutôt que de frapper mortellement des personnes, même si cela signifie que la ou les personnes dans la voiture pourraient mourir.

2. Pour chaque situation:

- réfléchis à la bonne décision à prendre en tenant compte des trois principes éthiques;
- note ta décision.

3. En équipe, pour chaque situation:

- présentez chacune de vos décisions. Identifiez les avantages et les inconvénients de chacune;
- au besoin, pour arriver à une décision commune, prenez le temps de délibérer. Notez cette décision et les raisons qui vous permettent de la favoriser.

➔ Page 206

4. Exerce ton esprit critique.

- Les trois principes éthiques énumérés à la page précédente sont-ils suffisants pour prendre une décision?
- Penses-tu qu'un autre principe éthique aurait dû être ajouté ou aurait été préférable à un autre? Lequel?