



Lutter contre l'impuissance et la résignation active

C'est à l'occasion du Réseau des jeunes, tenu durant la première semaine de novembre, que les membres de notre comité ont eu la chance d'assister à une conférence exceptionnelle concernant la lutte contre l'impuissance et la résignation active. Ce moment édifiant a été animé par Philippe Tousignant, conseiller principal de l'organisme de bienfaisance Éduconnexion, organisme qui vise, entre autres, à concevoir et à faciliter le développement d'approches et de ressources éducatives à travers le monde.

« Face à une situation difficile sur le plan éducatif, personnel, relationnel ou même sociétal, comment l'impuissance et la résignation se développent-elles chez une personne ou un groupe ? Dans quelles conditions peuvent-elles rapidement en venir à bloquer le fonctionnement du cerveau ? »¹

Monsieur Tousignant nous a fait plonger dans l'explication du processus d'auto-défense du cerveau face à son incapacité à résoudre des problèmes : le développement du mécanisme d'action-inaction.

Sur le plan de la biologie, il nous démontre que le sentiment d'impuissance est en relation directe avec ce qu'on appelle l'hormone du stress. En réalité, lorsque le taux de cortisol est élevé dans le corps humain et ce, de façon prolongée, le cerveau répond en envoyant une commande défensive qui se traduit par l'apparition chez l'individu d'un état plus craintif, plus fragile, plus méfiant envers les autres et moins apte à réfléchir convenablement.

Ressentir l'impuissance est une expérience douloureuse puisqu'elle entraîne

Suite en page 4



Les services publics sont un investissement, et non pas une dépense !

Édito du président

Dans mon édito précédent, je mentionnais que nous venions d'écrire l'histoire le 6 octobre dernier. Eh bien, un mois plus tard, l'histoire a pris vie à l'occasion d'un premier coup de semonce. Un avant-midi pendant lequel les membres du Syndicat de Champlain se sont mobilisés et ont rejoint leurs collègues du Front commun sur les lignes de piquetage.

Je vous lève mon chapeau : l'opération a été un succès grâce à votre mobilisation. Votre détermination et votre engagement à défendre de meilleures conditions de travail ne sont pas passés inaperçus. La négociation suit son cours, mais si le gouvernement continue de nous ignorer, nous nous retrouverons les 21, 22 et 23 novembre prochains pour la deuxième étape.

D'ici là, merci pour votre dévouement, autant au travail que sur les lignes de piquetage. Ainsi, vous êtes les porte-étendards d'une cause qui transcende vos écoles et vos centres.

Et pendant que vous prenez d'assaut la rue pour revendiquer les conditions que vous méritez, le train-train quotidien de la CAQ continue. Sa campagne gouvernementale de relations publiques est une machine qui carbure à la distraction, détournant l'attention du public des enjeux critiques en se concentrant sur des éléments superficiels plutôt que sur des problèmes substantiels.

Son discours dissimule les détails cruciaux de son plan économique. En effet, il martèle sur toutes les tribunes que le Québec est dans l'impossibilité économique et financière de prioriser le réseau de l'éducation et son personnel. Ce qu'il ne mentionne pas, c'est que, selon ses prévisions, l'équilibre budgétaire réel du Québec

sera atteint dès 2025. Qu'il s'agisse d'une période de croissance économique ou de ralentissement, de surplus budgétaires ou de déficits, le gouvernement québécois trouve toujours une justification pour exiger des sacrifices de la part du personnel de l'éducation.

La réalité, c'est que lorsque ça va bien, il offre à tous les Québécois des baisses d'impôts. Le coût politique de cette mesure est moins élevé que de réinvestir dans vos conditions de travail...

Évidemment, la mise à jour économique du 7 novembre est une excuse pour ne pas offrir à tous des conditions salariales décentes et pour continuer d'ignorer la mise en place de mesures concrètes qui viendraient alléger la tâche du personnel enseignant et mettre fin à la précarité du personnel de soutien scolaire.

La stabilité financière ne doit pas se faire au détriment de celles et ceux qui sont aux premières lignes, auprès des enfants de la société québécoise. Le discours traditionnel ne peut plus servir de prétexte pour ignorer nos revendications !

L'homélie répétée du gouvernement concernant l'impossibilité d'accorder des hausses salariales aux travailleurs du secteur public est une mélodie que nous avons déjà entendue. Mais, son sermon me laisse un goût amer d'injustice surtout que LUI, s'est accordé une augmentation de 30 %.

J'en appelle à une réflexion approfondie de la part du gouvernement face à son discours. L'équité salariale, la reconnaissance du personnel du réseau scolaire et l'amélioration de ses conditions de travail doivent devenir des priorités incontournables dans la gestion de notre avenir commun.

Jean-François Guilbault

Président du Syndicat de Champlain



Militer, c'est un peu comme composter

Vous trouvez la comparaison boiteuse ?

Pourtant, on adhère tous à la vertu et quand vient le temps de s'y mettre, légèrement plus frileux, on se dit alors : « Mais qu'est-ce que ça va donner ? Ce n'est pas moi qui ferai la différence ! Pourquoi faire cet effort si mon voisin ne le fait pas ? Je n'ai pas assez d'énergie... »

Il est vrai que vider ses restes de table, sortir le bac, surtout quand il fait un temps de canard, respirer les odeurs nauséabondes et se faire surprendre par ces horribles vers blancs sont toutes des raisons valables pour abdiquer et se rappeler que sa simple action ne changera pas grand-chose à la situation. C'est ainsi réglé !

Vrai. Mais nous échouons instantanément à nos objectifs.

Pourtant, quand tout le monde s'y met, l'effort est réparti sur l'ensemble. Composter permet à la terre de se régénérer et de produire quelque chose de mieux. Ensemble, on se donne la chance de faire pousser quelque chose de meilleur.

Se mobiliser, c'est pareil. Quand on se désengage le moment venu, pour toute raison valable, on accepte que nos conditions de travail continueront de se dégrader. Seul l'effort collectif nous permettra de hisser nos professions. Se battre pour une reconnaissance demande de l'énergie, mais l'enjeu n'en vaut-il pas la peine ?

Soyons solidaires et nombreux, mercredi et jeudi, à écrire à nos ministres afin que chaque petite voix se rende jusqu'à leurs oreilles ! En appui, les équipes du Front commun sont allés redécorer, avec du matériel recyclé, des bureaux de députés. L'idée est de maintenir la pression pour supporter nos porte-paroles syndicaux aux différentes tables de négociations.

Sandra Boudreau
Coordonnatrice



Formation de sensibilisation à la violence conjugale

Pour aider la sensibilisation à la violence conjugale, le comité de la condition féminine du Syndicat de Champlain organise une formation avec Mme Ariel Trickey-Massé, intervenante à la maison d'hébergement *Le Carrefour pour Elle* de Longueuil.

Quand : Le vendredi 8 décembre de 18 h 30 à 20 h 30

Où : au bureau du Syndicat au 7500, chemin de Chambly, à Saint-Hubert.

Places limitées : 30 personnes maximum.

La participation est gratuite, mais l'inscription est obligatoire afin de réserver votre place. Les donations volontaires pour la maison d'hébergement sont les bienvenues.

La formation comprendra une explication de base sur la violence et les formes qu'elle prend, notamment la manipulation, le harcèlement, la violence psychologique, l'emprise et le détournement cognitif (*gaslighting*). Lors de cette soirée, les signes de la violence en milieu de travail, les difficultés à quitter une relation dans laquelle il y a de la violence ainsi que les pratiques à adopter lorsque quelqu'un autour de nous vit de la violence seront aussi des sujets abordés. La formation offre autant des apprentissages théoriques que pratiques à l'aide de mises en situation. Une période de questions sera possible si le temps le permet.

Inscrivez-vous en remplissant le formulaire prévu à cet effet à syndicatchamplain.com, onglet « Inscriptions », faites vite !

Artiste recherché

Couverture de votre planificateur

Voici venu le moment où nous faisons appel à vous, nos membres, pour illustrer la page couverture du prochain planificateur *L'Outil de travail quotidien*.

Nous attendons vos créations, peu importe leur format : photographie, peinture, aquarelle, gravure, etc. Soyez imaginatifs, il n'y a ni sujet ni thème imposé ! Vous avez jusqu'au 15 décembre à 16 h pour nous faire parvenir, par courriel, une photographie de bonne qualité de l'œuvre que vous souhaitez proposer pour l'édition 2024-2025 du planificateur. Écrivez à Jessica Carrière à l'adresse suivante :

jcarriere@syndicatdechamplain.com.

Le conseil d'administration fera un choix, lors de sa séance en décembre prochain, parmi les œuvres qui lui auront été soumises. Notez bien que ce concours s'adresse uniquement aux membres du Syndicat de Champlain et que chaque artiste peut présenter un maximum de cinq œuvres.

Prochaine séquence de grève

21 novembre : Grands rassemblements régionaux

22 novembre : Piquetage devant les établissements

23 novembre : Chaînes humaines devant les centres hospitaliers

Toutes les informations sur ces journées de grève, transmises lors des assemblées de délégués cette semaine, vous parviendront dans le Bulletin Négocié ce mercredi.

Inscription obligatoire pour la journée du 21 novembre afin de prévoir la bonne quantité de lunches. Rendez-vous sur notre site Internet dès maintenant pour le faire : <https://www.syndicatchamplain.com/inscriptions/rassemblements-regionaux-pour-la-greve-du-21-novembre/>.



Objet : PL 23... selon vos désirs votre Excellence !

Geneviève en lettre attachée

Bonjour à vous,

Cette semaine, j'étudiais la contre-réforme de l'Église catholique avec ma fille, actuellement en secondaire 2. Alors que les penseurs humanistes prétendaient que l'action intrinsèque de l'Homme pouvait contribuer à l'avancement de la société grâce à la raison, la liberté et le jugement critique, l'Église en perte d'influence avait dû intervenir pour freiner toute cette hérésie. Pour conserver son pouvoir, son contrôle, elle avait créé son Tribunal de l'Inquisition, une police des mœurs quoi! Ce qui lui donnait le droit de condamner tout individu qui osait remettre en question les agissements de l'Église. Cela m'a fait réfléchir. Parce que près de 600 ans plus tard, je trouve que sur certains enjeux actuels de notre société, la gestion du gouvernement est similaire à celle de l'Église de l'époque. Désolée pour les âmes sensibles, mais quelle est la différence entre ça et notre gouvernement de la CAQ qui déploie beaucoup plus d'efforts à afficher sa supériorité qu'à aider véritablement ses travailleurs? N'est-ce pas ce que les fidèles reprochaient également à l'Église?

J'en viens au sujet principal de ma lettre: la Loi sur l'Institut national d'excellence en éducation ou, de son petit nom, le projet de loi 23. Je me demande si vous êtes réellement conscients des aberrations qui découleront de cette modification à la Loi sur l'instruction publique lorsque le gouvernement de la CAQ l'aura fait adopter. On s'imagine très bien que celui-ci ne reculera pas sur sa décision, puisqu'il nous a démontré tellement de fois à quel point il se fout de l'expertise des acteurs du réseau scolaire. En autant que ça lui serve: pour sa gouvernance et pour son règne, le reste importe peu. Donc, quand les fervents défenseurs de l'idéologie du PL23 (qui, selon eux, guérira notre réseau scolaire!) auront enfin fait passer leurs idées, nous assisterons à un recul majeur des droits et libertés du personnel de l'éducation, mais surtout, nous assisterons à une perte majeure du sens de la démocratie au sein de notre système d'éducation. Toutes ces décennies à unir nos voix pour se définir en tant que société libre, participante et démocratique, pour en revenir à se faire bernier par des beaux mots écrits dans un projet de loi, lesquels camouflent les intentions de contrôle et de pouvoir du gouvernement.

Les articles de presse provenant de partout énumèrent les grandes lignes du PL23, alors je n'en dresserai pas la liste, mais j'insisterai plutôt sur des aspects qui seront brisés quand le gouvernement mettra fin à ses débats fictifs sur le sujet : déprofessionnalisation des expertises scolaires, perte de l'autonomie professionnelle, chute des libertés d'action professionnelle, abolition du Conseil supérieur de l'éducation, baisse du droit de choisir ses formations, et j'en passe. Ultimement, le climax de cette littérature sera dévoilé lorsque nous assisterons à la disparition de la démocratie dans la gestion de l'organisation du travail de l'éducation au Québec.

Alors que tout est déjà mis sur pied pour avoir accès à des résultats de recherches sur le développement de l'éducation, les courants éducatifs, les statistiques de réussite éducative, pourquoi le gouvernement ressent-il le besoin d'élaborer une loi au travers laquelle il créerait ses propres instances pour refaire le travail qui est déjà réalisé? Avons-nous réellement besoin d'un institut d'excellence en éducation, un pallier administratif de plus, encore, pour « prouver » que chacun d'entre nous est doté de raison et de la capacité à analyser et à ajuster ses pratiques? Et aujourd'hui, qui peut bien avoir cette prétention de posséder l'autorité suprême pour s'autoproclamer comme étant le mieux placé pour dicter à tous ce dont l'Éducation a besoin? Si ce n'est que pour étancher une soif de pouvoir et assouvir un besoin de domination sociétale, je ne vois aucun avantage à museler l'apport des experts du milieu et à sacrifier notre précieuse démocratie.

Geneviève Bourbeau
Coordonnatrice

Ristourne : un autre avantage du régime d'assurance auto et habitation des membres de la CSQ !



Le régime d'assurance de groupe auto et habitation des membres de la CSQ a généré des surplus!

Obtenez une soumission dès aujourd'hui pour pouvoir en profiter.

csq.lapersonnelle.com • 1 888 476-8737



Partenaire de la CSQ



Centrale des syndicats du Québec



Assureur de groupe auto, habitation et entreprise

La Personnelle désigne la Personnelle, courtiers généraux. Le Régime la Personnelle est régi par les règles de commerce d'assurance soit des régimes de commerce de la Personnelle, courtiers généraux, soit par les règles de commerce de la Personnelle, courtiers généraux. Les renseignements sont fournis à titre d'information et ne constituent pas une offre de service. Les renseignements sont fournis à titre d'information et ne constituent pas une offre de service. Les renseignements sont fournis à titre d'information et ne constituent pas une offre de service. Les renseignements sont fournis à titre d'information et ne constituent pas une offre de service.

Lutter contre l'impuissance et la résignation active (suite)

chez l'individu la diminution du désir de venir en aide aux autres et du goût de participer à rendre le monde meilleur. Monsieur Tousignant expliquait qu'à force de faire face à des situations nuisibles ou difficiles auxquelles les gens ne peuvent échapper ou pour lesquelles ils n'ont pas de pouvoir d'action, ils se retrouvent alors à vivre des sentiments d'incertitude ou de doute et de perte de contrôle. Ainsi, et de façon sournoise, un comportement de résignation acquise émerge et se cristallise en eux, c'est-à-dire qu'ils adoptent une attitude passive en réaction aux problèmes de la vie qu'ils rencontrent plutôt que d'y trouver une solution.

Le phénomène de l'impuissance apprise a des impacts sérieux sur les plans psychologique et physique des personnes. Le conférencier nous apprenait que lorsque le cerveau d'une personne en vient à la résignation, elle souffrira alors de problèmes émotionnels, de troubles physiologiques et pourrait adopter des comportements agressifs. Par exemple, en éducation, les jeunes ou les adultes qui font l'expérience d'échecs à répétition cultiveront une image d'eux-mêmes comme ne pouvant améliorer leurs performances. Si rien n'est mis en place pour contrer le développement du phénomène, ces étudiants souffriront éventuellement d'impuissance apprise

et c'est chez ceux-ci que les acteurs du réseau scolaire observeront les plus grandes pertes de motivation et les plus grands états de dépression et d'anxiété.

Sur le plan physique, on pourrait alors observer chez les apprenants en situation répétitive d'échecs, de la négligence à travers l'hygiène de vie face à la nutrition, le sport ou les suivis médicaux.

Monsieur Tousignant insistait sur le fait que connaître le phénomène de la résignation acquise et agir sur soi-même et sur les autres pour en contrer les effets négatifs peuvent engendrer des changements positifs majeurs sur la condition humaine et dans la société. Bien que sans recette magique, il énonçait que diverses stratégies et solutions adaptables à tous les âges et pour différents contextes de vie existent pour remédier à la situation. Pour les acteurs du réseau scolaire, le conférencier annonçait qu'il était possible de joindre de simples outils à ces stratégies pour aider les jeunes « à dénouer des conflits, prévenir et répondre à l'intimidation, ou encore replacer des apprenants en posture de pouvoir face à tout enjeu qui les fait sentir incapables ou impuissants ».

Cette conférence était d'une grande richesse et d'une pertinence absolue ! Les travaux du comité des jeunes étudient les possibilités de pouvoir vous en faire bénéficier aussi ! À suivre...

Éduconnexion, l'organisme pour lequel travaille Philippe Tousignant, prône la participation du citoyen. Grâce à ses for-

mations et ses divers projets offerts, sa mission se concentre sur l'accompagnement des individus dans le but de solidifier leur pouvoir d'action à travers des valeurs telles que la justice, l'écologie et la solidarité.

L'accompagnement offert aux actrices et acteurs de l'éducation, entre autres, favorise le développement de leur engagement et leur influence significative auprès des jeunes et des adultes apprenants. Avec ce nouveau regard, les interventions de ceux-ci prennent une tout autre direction.

L'objectif à atteindre consiste à faire émaner des changements positifs depuis chaque individu à travers le développement de sa motivation, de son engagement, de l'acquisition de connaissances et du développement de son sens critique. Dans ses mots, Éduconnexion appelle cela le « vouloir-agir », le « savoir-agir » et le « pouvoir-agir ».

Évidemment, le but ultime de cet organisme est d'aider les gens, intervenants comme apprenants, à avoir les capacités à trouver des solutions aux situations problématiques auxquelles ils sont confrontés et à résoudre les défis qui concernent les aspects importants de leur vie. Si chacun est outillé à déployer tout son potentiel, l'espoir de vivre dans une société plus juste et saine s'avère atteignable.

Le comité des jeunes

1 educonnexion.org

Droits parentaux

RENCONTRE D'INFORMATION

Changement de date

Dans notre dernière édition du journal *Le Champlain*, nous annonçons la soirée d'information sur les droits parentaux pour le 22 novembre prochain. Or, en raison de la prochaine séquence de grève, la formation, prévue cette journée-là, a dû être déplacée au **mardi 28 novembre à 16 h 30**.

Les inscriptions à cette rencontre sont toujours en cours, rendez-vous sur notre site Internet si vous voulez y participer.

