

Savoir apprendre

Les échecs et la réussite

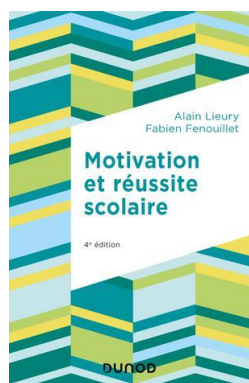
Des récits inspirants
Films et romans

Faire face au stress...
et se sentir mieux

La persévérance et les enseignantes et enseignants

Savoir apprendre

MOTIVATION ET RÉUSSITE SCOLAIRE



« la 4e édition de cet ouvrage offre la synthèse des travaux scientifiques relatifs à la motivation avec la description des principaux mécanismes biologiques et psychologiques qui la caractérisent » 2019. Dunod

Livre numérique

SAVOIR APPRENDRE POUR RÉUSSIR.

LES MEILLEURES STRATÉGIES D'ÉTUDE VALIDÉES PAR LA SCIENCE

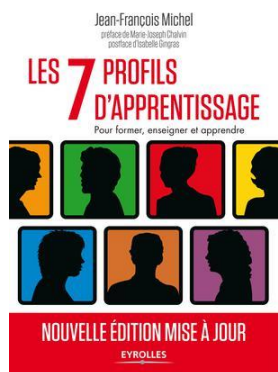
LB 1027.23 E837 2020



Récit touchant. Suivez Antoine dans ses expériences de jeunes adultes : de la musique aux démons intérieurs. Une belle façon de s'ouvrir aux problématiques de santé mentale, notamment la bipolarité.

Notice dans Regard

LES SEPT PROFILS D'APPRENTISSAGE POUR FORMER, ENSEIGNER ET APPRENDRE



En s'appuyant sur les apports de la psychologie cognitive, il décrit des "profils" d'individus qui correspondent chacun à des processus d'apprentissage spécifiques. Pour déterminer chacun de ces profils, il distingue trois critères : l'identité, la motivation et la compréhension. »

Livre numérique
Notice regard – Édition 2019

APPRENDRE À APPRENDRE

LA COMPÉTENCE CLÉ POUR S'AFFIRMER ET RÉUSSIR À

L'ÉCOLE

Partie 2. COMMENT APPRENDRE À CONTRÔLER ET RÉGULER SES APPRENTISSAGES ?



« Cet ouvrage se propose d'explorer les manières dont les systèmes d'éducation peuvent aider les élèves à acquérir les compétences et les dispositions d'apprentissage qui sont essentielles tant pour leur réussite scolaire que pour leur apprentissage tout au long de la vie. »

Livre numérique

Les échecs et la réussite

RÉUSSITE, ÉCHEC ET ABANDON DANS L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR



« Mais que signifie "réussir des études"? Accéder à la formation et à l'établissement désirés, atteindre un certain niveau d'études, acquérir des compétences utiles sur le marché du travail ou seulement obtenir le diplôme? »

[Livre numérique](#)

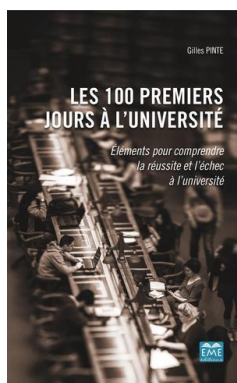
REBONDIR SUR L'ÉCHEC L'ART DE TRANSFORMER NOS REVERS EN COUPS GAGNANTS



« Qui n'a jamais eu ce sentiment désagréable d'avoir foiré un projet, un examen ou un dossier ? Qui n'a jamais mis en doute ses propres capacités à réussir ? Qui n'a jamais fait l'expérience de l'échec ? »

[Livre numérique](#)

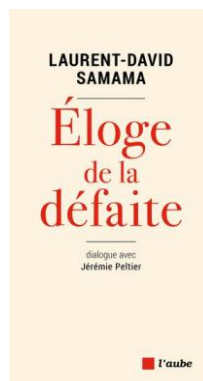
LES 100 PREMIERS JOURS À L'UNIVERSITÉ ÉLÉMENTS POUR COMPRENDRE LA RÉUSSITE ET L'ÉCHEC À L'UNIVERSITÉ



« L'objectif de ce livre est de montrer de manière vivante comment les étudiants vivent leurs premières semaines à l'université dans leurs problématiques de travail universitaire, de vie sociale et personnelle. »

[Livre numérique](#)

ÉLOGE DE LA DÉFAITE

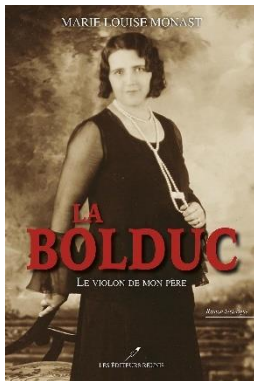


« Un petit livre pour montrer que nous avons le droit d'être mauvais, qu'échouer est intrinsèque à l'être humain, et qu'il est possible d'apprécier, parfois, la débâcle, la chute, le revers, le naufrage, simplement pour se sentir vivant. »

[Livre numérique](#)

Des récits inspirants : Bandes dessinées, films et romans

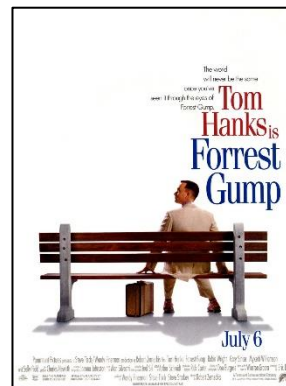
LA BOLDUC : LE VIOLON DE MON PÈRE



« le parcours de Mary Travers, qui fut la première auteure-compositrice-interprète du Québec à vivre de son art. Son histoire est un périple rempli d'émotion, de courage et de persévérance, et le portrait de toute une époque. »

[Notice Regard](#)
[Film en ligne. La Bolduc](#)

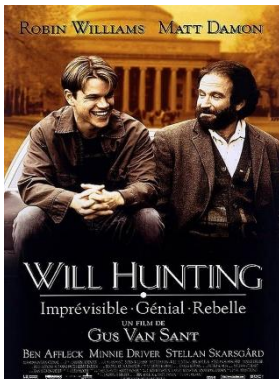
FORREST GUM



1994.
« Quelques décennies d'histoire américaine, des années 1940 à la fin du XXème siècle, à travers le regard et l'étrange odyssee d'un homme simple et pur, Forrest Gump. »

[Film en ligne](#)

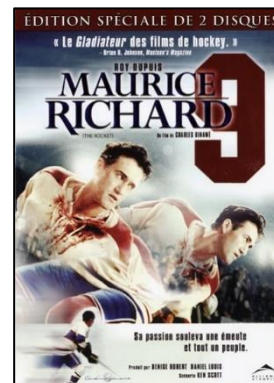
WILL HUNTING



1997
« Will Hunting est né dans le quartier populaire de South Boston et a arrêté très tôt ses études, refusant le brillant avenir que pouvait lui procurer son intelligence. »

[Film en ligne](#)

MAURICE RICHARD



2005.
« Après un début de carrière difficile marqué par diverses blessures et des rapports tendus avec son entraîneur Dick Irvin, le joueur du Canadien de Montréal Maurice Richard devient une super-vedette. ».

[Film en ligne](#)

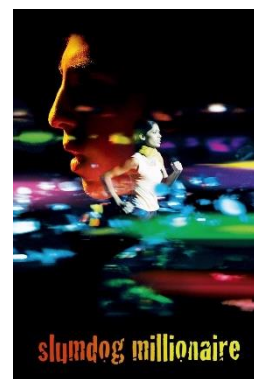
LE SCAPHANDRE ET LE PAPILLON



2007
En 1995, Jean-Dominique Bauby, rédacteur en chef du magazine «Elle», subit un accident cérébro-vasculaire qui le rend paralysé de la tête aux pieds. »

[Film en ligne](#)

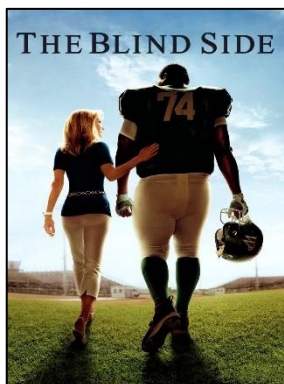
SLUMDOG MILLIONAIRE LE POUILLEUX MILLIONNAIRE



2008
« Un jeune Indien sorti des taudis de Mumbai participe à la version hindoue de "Qui veut gagner des millions". »

[Film en ligne](#)

L'ÉVEIL D'UN CHAMPION



2009

« Michael Oher, un jeune afro-américain, est pris en charge par une famille américaine qui l'aide à accomplir son plein potentiel. »

[Film en ligne](#)

LITTÉRATURE JEUNESSE.

SUGGESTIONS LECTURE SUR LE THÈME DE LA PERSÉVÉRANCE, POUR LES 0 - 17 ANS



ASSOCIATION
DES BIBLIOTHÈQUES
PUBLIQUES DU QUÉBEC

Association des
bibliothèques publiques du
Québec

[Consulter la liste en ligne](#)

Faire face au stress... et se sentir mieux

5 MINUTES PAR JOUR POUR LÂCHER PRISE ENFIN !



Vous voulez toujours bien faire mais rien ne se passe comme prévu ? Vous en avez assez de ruminier des événements du passé qui vous empoisonnent la vie ? Il est temps d'apprendre à lâcher prise et à retrouver votre sérénité.

[Livre numérique](#)

LES 5 CLÉS POUR SE LIBÉRER DU STRESS



« Déstresse ! : facile à dire mais pas si simple à mettre en œuvre quand tout semble plutôt se liguer pour générer du stress : culte de la performance, diktat du « toujours plus et plus vite », suprématie de l'instantanéité, [...] etc. Dans cet environnement a priori hostile, comment rester serein ? »

[Livre numérique](#)

[Notice Regard](#)

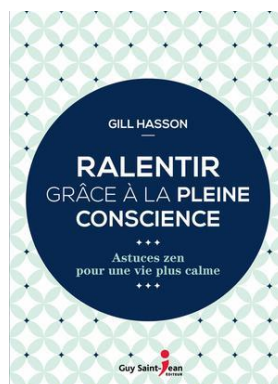
CLOUER LE BEC À SON CRITIQUE INTÉRIEUR PETIT MANUEL DE PROMOTION DE SOI



« "Je suis nul comparé à lui", "Elle est tellement plus intelligente que moi", "Je ne vauds rien"... Et si ces pensées nous empêchaient de vivre et savourer l'existence que nous méritons ? »

[Livre numérique](#)

RALENTIR GRÂCE À LA PLEINE CONSCIENCE



« Le temps est venu de commencer à vivre le moment présent? calmement. Ralentez. Inspirez profondément. Ce livre regorge de pistes de réflexion et vous invite à adopter des façons de faire qui feront chuter votre stress dans le but de mieux apprécier la vie ! »

[Livre numérique](#)

Faire face au stress... et se sentir mieux (suite)

PAR AMOUR DU STRESS 2E ÉD. SONIA LUPIEN



« D'emblée, l'auteure déclare que contrairement à ce que bien des gens pensent, le stress n'est pas une maladie : au contraire, il est essentiel à la survie humaine. Par contre, s'il vous affecte de façon chronique, cela peut entraîner de graves séquelles. »

[Notice Regard](#)

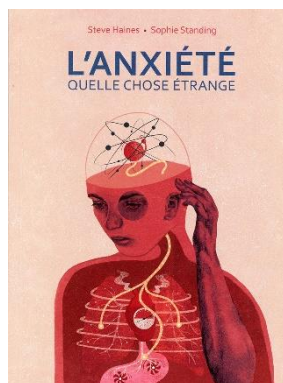
AU RYTHME DES TRANSITIONS : OUTILS ET STRATÉGIES POUR MIEUX VIVRE LE CHANGEMENT



« Avez-vous parfois l'impression de perdre vos repères lorsque vous faites face à d'importants bouleversements dans votre vie? En réalité, tout est question de rythme et d'accords »

[Notice Regard](#)

L' ANXIÉTÉ : QUELLE CHOSE ÉTRANGE



« un guide consacré à l'anxiété, une émotion fréquemment éprouvée et redoutée. En exposant ce qui relève de la biologie, de la psychologie et du vécu, en nous montrant surtout à quel point ces différents aspects sont étroitement liés »

[Notice Regard](#)

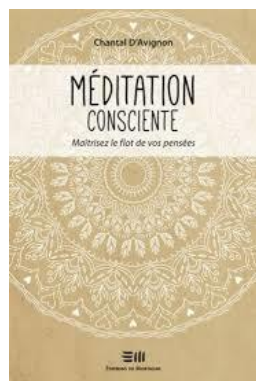
L' ANXIÉTÉ SANS COMPLEXE : TROUVER LE CALME ICI ET MAINTENANT



« Après avoir longtemps souffert d'anxiété, j'ai développé une relation douce et amicale avec elle. Au terme d'une longue quête personnelle, j'ai appris à l'accueillir avec compassion plutôt qu'à l'éviter et à la rejeter »

[Notice regard](#)

MÉDITATION CONSCIENTE : MAÎTRISEZ LE FLOT DE VOS PENSÉES



« Vous aimeriez retrouver le calme intérieur et vous réapproprier votre essence profonde ? Vos pensées envahissantes et incessantes vous dérangent ? Arrêtez, respirez, observez en vous, autour de vous, et vous éprouverez un sentiment de bien-être et de sérénité. »

[Notice Regard](#)

La persévérance et les enseignantes et enseignants

SOUTENIR LE GOÛT DE L'ÉCOLE LE PLAISIR D'APPRENDRE ENSEMBLE



Cette nouvelle édition propose « 4 nouveaux chapitres [qui] traitent de l'environnement et de la persévérance, de la pédagogie universelle pour soutenir l'engagement de l'élève, du recours aux technologies pour le développement du potentiel des jeunes et d'un modèle holistique d'apprentissage inspiré d'une approche autochtone. »

[Livre numérique](#)

LES CÉGÉPIENS ET LA RÉUSSITE SCOLAIRE : UN POINT DE VUE SOCIOLOGIQUE /



« Quelle est l'influence des facteurs extérieurs au milieu de l'éducation sur la réussite scolaire des cégépiens? En quoi leur système de valeurs, leur participation au marché du travail pendant l'année scolaire, leurs relations avec leurs parents et leurs amis, leur situation financière ou leur degré de bien-être, par exemple, interfèrent-ils sur leurs études? »

[Notice dans Regard](#)

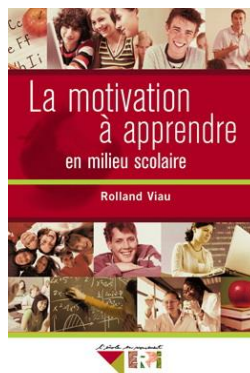
APPRENDRE : LA RENCONTRE ENTRE MOTIVATION ET MÉTACOGNITION AUTORÉGULATION DANS L'APPRENTISSAGE DES MATHÉMATIQUES EN FORMATION PROFESSIONNELLE



Cet ouvrage traite des processus d'apprentissage chez des adolescents et jeunes adultes. Le principal objet consiste à comprendre comment ces étudiants s'autorégulent »

[Livre numérique](#)

MOTIVATION À APPRENDRE EN MILIEU SCOLAIRE DE ROLLAND VIAU



« Cet ouvrage est une suite des livres La motivation en contexte scolaire et La motivation dans l'apprentissage du français, rédigés par le même auteur. [...] Le présent ouvrage a l'avantage de s'appuyer sur de nombreux travaux de recherche francophones et sur des comptes rendus d'expériences vécues par les enseignants. »

[Notice Regard](#)