



POLY

**Adaptation
culturelle et culture
québécoise**

28 juillet 2021

Présentation et plan du webinar

Mariane Lafrance

Agente responsable du Programme d'échanges internationaux

Véronique Landry

Agente responsable du Programme d'échanges internationaux

Cristina Silva

Doctorante en génie chimique à Polytechnique

- 1. L'iceberg culturel**
- 2. Caractéristiques de la culture canadienne et québécoise**
- 3. Vos défis**
- 4. L'adaptation culturelle**
- 5. Période de questions**

Bon fonctionnement du webinar

- Son et vidéo coupés
- Participation active via les sondages
- La présentation est enregistrée et sera disponible sous le site Go-Poly



Question pour vous!



Quelle est votre région de provenance? Répondez à la question à partir des choix de réponse qui s'affichent dans le sondage.



L'iceberg culturel



Facile à voir (10%):

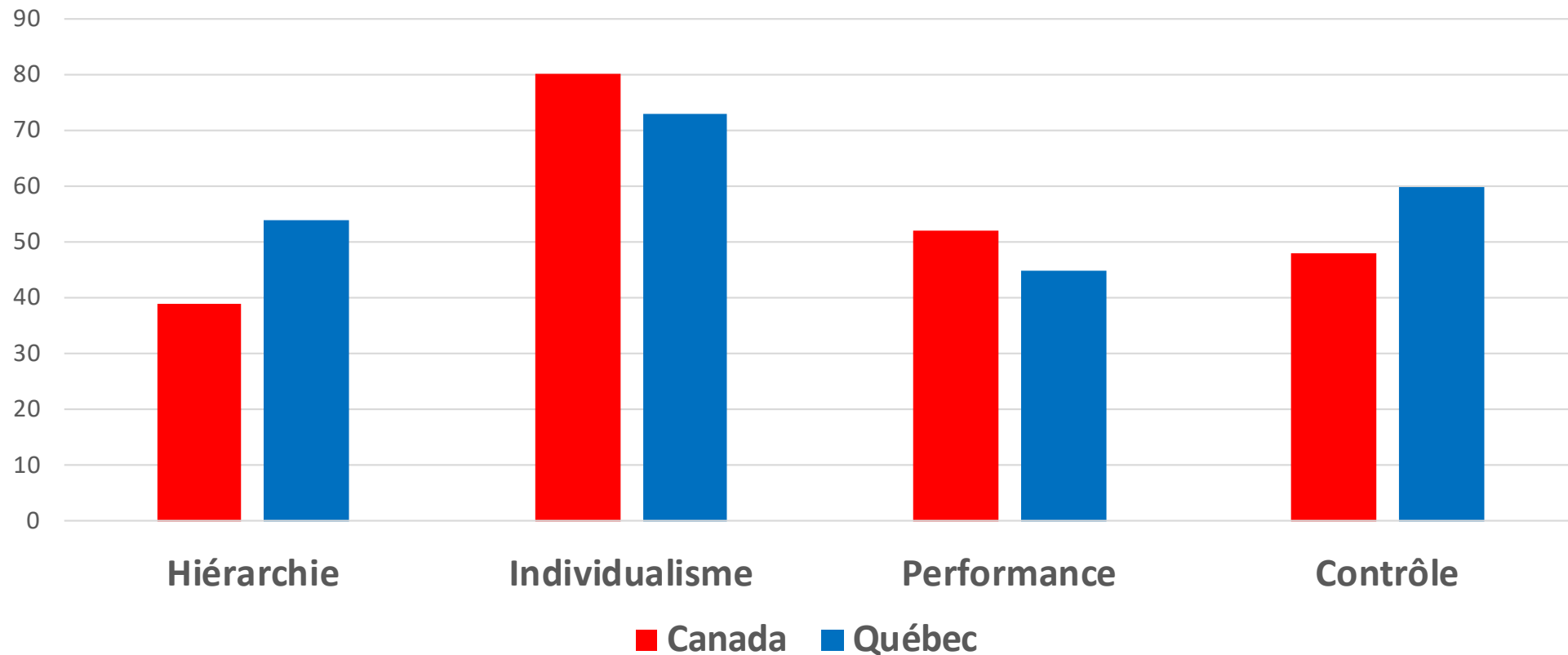
- Langue
- Habits
- Musique
- Alimentation
- Etc.

Difficile à voir (90%):

- Valeurs
- Croyances
- Perceptions
- Attentes
- Etc.

Cultures québécoise et canadienne

VALEURS CULTURELLES CANADA / QUÉBEC



Inspiré du modèle des dimension des cultures nationales de Geert Hofstede
<https://www.hofstede-insights.com/country-comparison/canada>

L'accent québécois



Lien vers la vidéo: <https://www.youtube.com/watch?v=qYm83H5TOMM>

Vos défis



Quel est le principal défi que vous vous attendez à devoir surmonter pendant votre séjour?

Répondez à la question à partir des choix de réponse qui s'affichent dans le sondage.

Vos défis

Réussite académique

Vie personnelle

Vie sociale et affective

Adaptation culturelle

Respect des lois d'immigration

Étudiant
québécois

Étudiant
international

Vos besoins

Accomplissement personnel
(moral, créativité, résolution des problèmes...)

Estime
(confiance, respect des autres et par les autres, estime personnelle)

Sécurité
(du corps, de l'emploi, de la santé, de la propriété...)

Besoins physiologiques
(manger, boire, dormir, respirer...)

Se préparer
mentalement
AVANT l'arrivée

Se préparer
matériellement
AVANT l'arrivée

L'adaptation culturelle - vidéo



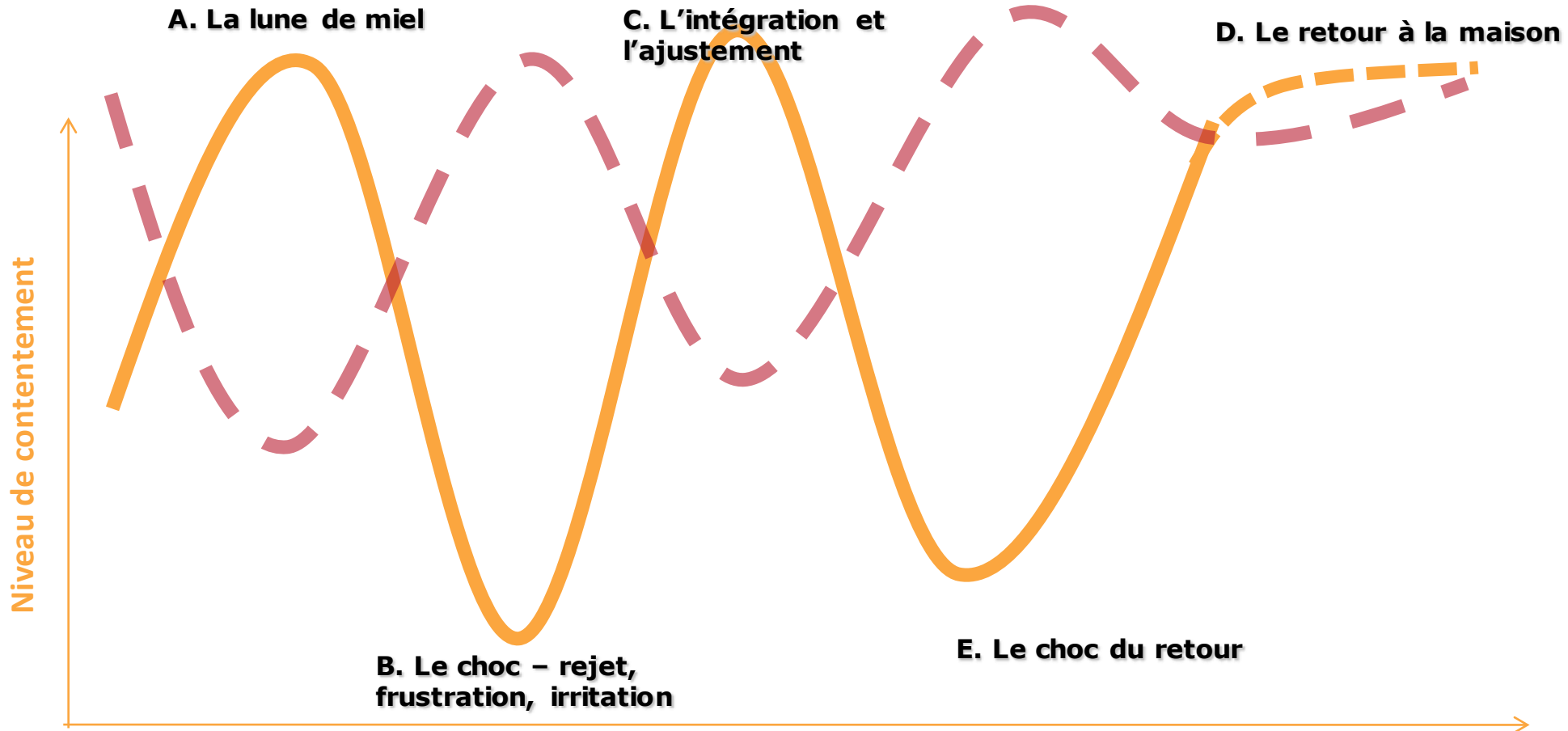
L'adaptation culturelle

LUNE DE MIEL

SURVIE

ADAPTATION GRADUELLE

AISANCE BICULTURELLE



Inspiré de: Lysgaard, Sverre (1955). "Adjustment in a foreign society: Norwegian Fulbright Grantees Visiting The United States", in *International Social Science Bulletin* 7: 45-51

Stratégies d'adaptation

Quoi faire si je vis un choc culturel?

- ✓ Décharger le stress
- ✓ Faire des choses qui me font du bien
- ✓ Être patient, me donner du temps
- ✓ En parler avec quelqu'un de confiance
- ✓ Chercher de l'aide si ça ne passe pas

Stratégies d'adaptation



Qu'elle est votre stratégie d'adaptation préférée parmi celles proposées dans le sondage?



PLUS D'INFORMATION

Questions sur la rentrée et le début de vos études

- Visitez le site web de GO-Poly : polymtl.ca/gopoly
- Participez au forum de discussion GO-Poly : gopoly.polymtl.ca/
- Écrivez à l'équipe GO-Poly : gopoly@polymtl.ca

