

ÉDITION 2014-2015
Octobre

Collaboration au bulletin
Comité Parent veut-savoir...!
Comité de parents CSPB et
partenaires

Parent veut savoir...! Complice dans sa réussite

Aider son enfant à réussir

Dans ce numéro :

Mon enfant est un élève anxieux	2
7 trucs pour persévérer	3
Parent veut savoir...! Programmation annuelle des conférences	4
Mot d'enfant	4
Sites d'intérêt	4

Être le parent d'un enfant d'âge scolaire n'est pas une tâche toujours facile, surtout si celui-ci présente les signes d'un risque d'échec scolaire.



Votre rôle est très important et essentiel et vous n'êtes pas seul.

La direction de l'école, le personnel enseignant, les intervenants et les professionnels scolaires sont là pour vous soutenir et collaborer avec vous à la réussite de votre jeune. Et pour le meilleur développement de votre enfant.

Heureusement, rien n'est joué d'avance et, malgré la présence éventuelle chez votre enfant de certaines caractéristiques propres aux élèves à risque, vous pouvez favoriser sa réussite scolaire.

S'il existe différents types d'élèves à risque, différentes interventions ont été développées afin de répondre aux besoins de chacun.

Dans cette édition, en page 3, vous trouverez l'article « 7 trucs pour persévérer » pour vous aider comme parent pour favoriser la réussite scolaire de votre enfant.

Élections scolaires
2 novembre 2014
Je vote! Je vote!
Je vote!

QUE FONT LES COMMISSAIRES SCOLAIRES ?

Ils déterminent les orientations de la commission scolaire dans l'intérêt supérieur des élèves, des parents, des personnes qui les ont élus, de la communauté.

Comme la commission scolaire constitue un gouvernement local autonome, les commissaires exercent des responsabilités pouvant s'apparenter à celles des conseillers municipaux.

UN RÔLE ESSENTIEL

Les commissaires représentent d'abord la population qui les a élus. À ce titre, ils ont à être au courant des préoccupations et des problèmes de leur milieu.

QUELQUES DOSSIERS

Orientations et priorités de la commission scolaire—Politiques éducatives et administratives—Plan stratégique—Affectation et utilisation des établissements—Répartition équitable des ressources (humaines-matérielles-financières)-Politique de transport scolaire.

PREMIÈRE ÉDITION

Cette première édition de la publication PARENT VEUT SAVOIR...! COMPLICE DANS SA RÉUSSITE, est un outil d'information complémentaire pour le parent et les partenaires qui gravitent autour de l'élève et sa réussite.

Celle-ci est d'ailleurs possible par la participation de différents acteurs de la communauté.

Soulignons également le travail accompli par les parents engagés dans le comité de parents de la commission scolaire et les conseils d'établissements de chacune des écoles que fréquentent vos jeunes.

MON ENFANT EST UN ÉLÈVE ANXIEUX

Pour certains élèves, les périodes d'examens sont synonymes de stress, d'anxiété, parfois même d'insomnie, et ce, pour diverses raisons.

Comment agir, en tant que parent, pour soutenir son enfant anxieux?

GESTION DU STRESS

Que nous soyons petits ou grands, les examens ont toujours représenté un événement très stressant pour la majorité d'entre nous.

Bien que cette réaction soit tout à fait normale, il existe certaines précautions à prendre afin de diminuer son stress et être en mesure de mieux le gérer.



Le soutien affectif des parents : élément important de la réussite éducative de son enfant.

1. Déterminer avec l'enfant

quels sont ses objectifs à l'égard des examens qui s'en viennent. Les buts à atteindre peuvent être quantitatifs ou qualitatifs, mais il faut qu'ils soient clairs, réalistes et qu'ils correspondent aux volontés de l'enfant.

2. Déterminer avec l'enfant

les moyens à prendre pour y arriver. C'est le temps de parler d'organisation, d'horaire de travail et de division des activités.

3. Aménager un espace de travail

propice à l'étude et consentir à mettre du temps avec l'enfant pour l'aider à se préparer.

4. Transmettre un sentiment de confiance

à l'enfant, en étant convaincu qu'il peut réussir.

5. Déterminer certaines récompenses

que l'enfant pourra s'accorder lorsque ses objectifs seront atteints ou simplement lorsqu'il aura bien suivi son plan de travail.

6. Ne pas trop mettre de pression.

7. Vérifier après la période d'examens

comment les choses se sont passées : de quoi finalement parlait l'examen, quelles ont été les questions difficiles et celles qui, au contraire, ont été très faciles. C'est aussi l'occasion de revoir les moyens choisis pour se préparer. Le secret? Écouter et écouter encore.



7 TRUCS POUR PERSÉVÉRER



1. Croire en soi !

La première personne qui devrait croire en ses capacités, c'est votre enfant. Encouragez-le à aller jusqu'au bout et à ne pas se laisser décourager, même si, parfois, il y a des journées plus dures que d'autres.

Dressez ensemble une liste de ses qualités. Lorsqu'il sera découragé, il pourra s'y référer.

2. Se souvenir de ses réussites.

Rappelez à votre enfant certaines de ses réussites, qu'elles soient du domaine scolaire, de l'activité physique, des loisirs, des arts, etc.

Aidez votre enfant à se souvenir de comment il s'est senti lorsqu'il a réussi ces activités.

Lui faire prendre conscience que peu importe comment on se sent avant de commencer, on se sent toujours mieux après avoir essayé et réussi qu'en se sentant coupable de n'avoir même pas essayé.

3. Voir plus loin.

Pour se motiver, il est important de visualiser les avantages des efforts fournis et d'établir des liens avec son quotidien.

Par exemple, on peut rappeler à un adolescent que le secondaire, ça ne dure pas une éternité. Que s'il met des efforts maintenant, il pourra choisir la formation qu'il veut et faire le métier dont il a vraiment envie.

4. Accepter les échecs

C'est sûr que l'idéal, c'est de tout réussir du premier coup, mais dans la vraie vie, les choses ne se passent pas toujours comme on veut.

L'encadrement de notre enfant est important pour ne pas qu'il se décourage, en transformant ses difficultés en défis à relever. Parfois ça fonctionne et d'autres fois il faut réviser l'objectif et l'adapter à nos compétences.

Un point à retenir: miser davantage sur l'effort que sur la réussite.

5. S'investir dans des activités parascolaires et s'ouvrir sur le monde

Il est démontré que la motivation pour l'école est grandement influencée par les activités réalisées dans le milieu scolaire.

N'hésitez pas à inscrire vos enfants aux cours proposés sur l'heure du dîner ou après les classes.

Vous pouvez également dresser une liste de sources de motivation à l'école (ex : les amis, l'heure du dîner, une bonne relation avec un prof, etc.).

Il importe aussi de faire vivre à son enfant plusieurs nouvelles expériences. Divers domaines et métiers sont à connaître et qui pourront le motiver.

6. Se fixer des objectifs personnels

Restons réaliste. Votre enfant n'a pas besoin de viser 100 % partout non plus.

C'est lui qui se connaît le mieux. Aidez-le à formuler des buts réalistes avec des récompenses appropriées. Y aller par étape à franchir.

De plus, inviter votre enfant à élaborer de petits projets au début et de plus importants par la suite.

7. Être un bon modèle

Pour promouvoir la motivation, il est essentiel de la vivre soi-même.

Ainsi, parlez de vos réussites à votre enfant, partagez vos défis et les difficultés traversées.

Il apprendra que la motivation est un élément déterminant pour toute la vie et qu'elle influence notre quotidien.

Vous pouvez également développer une bonne collaboration école-famille pour motiver votre enfant dans ses études.

Simplement en parlant positivement de l'école et des enseignants, votre enfant comprendra l'importance de celle-ci.

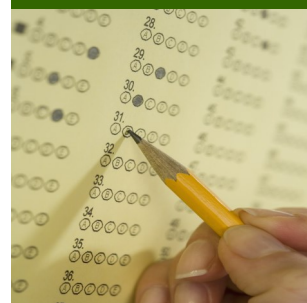
Sur le web :

Prends le contrôle

Destiné aux adolescents. Interactif, très simple. Interface moderne. Pour bien s'équiper. Prendre le contrôle.

<http://jefinis.com>

**L'allégorie,
la magie des
histoires pour
rassurer et
guérir.**



Commission scolaire du Pays-des-Bleuets

www.cspaysbleuets.qc.ca
Twitter.com/CSPaysBleuets

MOT D'ENFANT

*Lors d'une promenade à vélo,
après quelques kilomètres,*

Axandra

demande à sa mère:

“Maman,

*est-ce qu'on peut prendre une
petite pause parce que j'ai les
jambes essoufflées”*



PARENT VEUT SAVOIR...!

Programmation annuelle 2014-2015

Fort de 4 années d'existence, le comité PARENT VEUT SAVOIR ...! vous offre, cette année encore, une programmation gratuite avec des partenaires du milieu. Nous souhaitons que ces rencontres répondront à vos intérêts et préoccupations de parents.

- | | | |
|----------|---|---|
| OCTOBRE | - | Parent-enseignant: un duo gagnant |
| NOVEMBRE | - | Amour ? Amitié ? Déjà ? |
| FÉVRIER | - | Familles actuelles: défis nombreux, solutions multiples |
| MARS | - | Défis, épreuves ou échecs: surmonter ses difficultés |
| AVRIL | - | Enfance et performance: est-ce qu'on en fait trop ? |

Nous vous invitons à rechercher le dépliant annuel dans le sac d'école de votre enfant remis fin septembre et à naviguer sur le site de la commission scolaire, sous les onglets Parent veut savoir...! et Phare.

Un feuillet mensuel de présentation des conférences est aussi distribué au début de chaque mois pour présentation de la conférence et de la ressource.

*Pour de plus amples informations ou pour s'inscrire aux conférences, contactez le comité de parents au 418 275-4136, poste 1049 ou par courrier électronique :
cparents@cspaysbleuets.qc.ca*

ENSEMBLE, COMPLICE DE SA RÉUSSITE !

SITES D'INTÉRÊT

De belles découvertes à faire. Bonne navigation

www.servicephare-cspb.ca

www.uneplacepourtoi.qc.ca

http://jefinis.com

www.jereussis.com

www.teljeunes.com ou le 1 800 263-2266 (numéro sans frais)

www.alloprof.qc.ca

www.petitmonde.com

www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.ca

