

ÉDITION 2015-2016  
Septembre

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



# Parent veut savoir...! Complice dans sa réussite

**Dans ce  
numéro :**

RÔLE DU PARENT 1  
DANS  
LA RÉUSSITE

AGIR TÔT 2

L'ANXIÉTÉ CHEZ 2  
L'ENFANT,  
UN MESSAGE  
POUR LES PA-  
RENTS

JE LE SOUTIENS, 3  
IL PERSÉVÈRE  
Un soutien à la  
compétence  
parentale

MOT D'ENFANT 4

SITES D'INTÉRÊT 4

## Rôle du parent dans la réussite

Le parent est le pilier de la réussite scolaire de son enfant et son engagement fait toute la différence. Son influence commence dès la petite enfance et se poursuit jusqu'à la fin de son parcours scolaire menant à un diplôme: secondaire, professionnel, collégial ou universitaire. Son rôle s'exerce de différentes façons.

### De la naissance...

STIMULER le développement de son enfant et de son langage, L'ÉVEILLER à la lecture avant l'entrée à l'école, LUI DONNER DE L'ATTENTION, LE METTRE EN CONTACT avec d'autres enfants.

### ...au primaire...

S'INTÉRESSER aux APPRENTISSAGES de son enfant, L'ENCOURAGER et L'ENCOURAGER encore, ÉTABLIR une bonne routine et une bonne discipline, VALORISER l'école, VEILLER à ce que les devoirs soient faits, L'ACCOMPAGNER si nécessaire, sans toutefois les faire à sa place, DÉVELOPPER son autonomie et son sens de l'organisation, PARLER avec son enfant de façon franche et ouverte, DISCUTER de son métier...

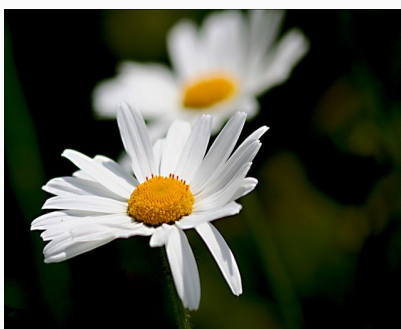
### ...au secondaire, au secteur adulte ou professionnel...

S'INTÉRESSER à sa vie scolaire, L'ENCOURAGER toujours et tous les jours, LE FÉLICITER pour ses succès, ses améliorations, VEILLER à ce qu'il ne s'absente pas de ses cours, L'AIDER à mieux se connaître, CONTRIBUER à l'éclosion de ses passions, L'INCITER à se découvrir à travers des activités parascolaires, LE SOUTENIR dans sa quête d'autonomie, de nouveautés et de dépassement, LE RESPONSABILISER quant à ses choix et à son avenir, PARLER de façon ouverte de ses projets et de l'école, de ses relations sociales, de sexualité, de drogue, VALORISER l'éducation et la formation, L'AIDER à concilier études et travail s'il occupe un emploi en s'assurant que cela ne nuit pas à ses études.

### ...jusqu'au cégep ou à l'université!

SOUTENIR son jeune dans son choix de formation et de carrière et dans la réalisation de ses aspirations, L'ENCOURAGER et LE FÉLICITER encore, quand on en a l'occasion, MAINTENIR une communication ouverte.

**Source: Centre régional de l'abandon scolaire CRÉPAS**





## AGIR TÔT

**Le niveau de développement d'un enfant à son entrée à l'école conditionne en bonne partie les premières étapes de sa scolarisation. Prévenir l'échec scolaire nécessite donc d'agir tôt, au cours de la petite enfance et dès l'entrée à l'école. Il est primordial d'accorder une grande importance au niveau de la prévention, notamment en ce qui concerne les transitions, l'éveil à la lecture et à l'écriture, les habiletés langagières et les comportements et habilités sociales.**

## L'anxiété chez l'enfant, un message pour les parents

**Bianka Champagne**

Sexologue-psychothérapeute et praticienne IMO

La peur et l'anxiété sont naturelles. Elles permettent d'éviter certaines situations dangereuses. La peur se manifeste lorsque l'enfant ou l'adulte vit ou voit un danger réel. Il doit réagir à cette situation. Tandis que l'anxiété est vécue lorsque la personne redoute ou anticipe négativement une situation ou des réactions inexistantes pour l'instant. Le cerveau est dans l'espace temps du futur et le corps réagit dans le moment présent au scénario créé, comme s'il était réellement face à un danger. En fait, lorsque l'émotion de peur ou d'anxiété se prolonge dans le temps ou si elle est exagérée par rapport à la situation, cela devient problématique. La vie au QUOTIDIEN est perturbée tant pour la personne qui vit cette émotion disproportionnée que pour son entourage.

Comparativement aux adultes, les enfants n'ont pas les mots pour traduire ce qui se passe en eux lorsqu'ils sentent une inquiétude, un mal-être, un malaise, une crainte, une détresse ou un danger. Par leurs comportements, ils tentent maladroitement d'exprimer leur inconfort. Les mots auxquels ils n'ont pas accès se traduisent en maux et en comportement dérangentant ou inquiétant. Le parent se sent par moment dépassé parce qu'il lui est difficile de comprendre avec sa tête d'adulte ce que l'enfant tente de communiquer.

Certains enfants vivant de l'anxiété se replient sur eux-mêmes et sont trop calmes. D'autres peuvent adopter des comportements plus agités ou des comportements déstabilisants voire, problématiques.

À nous parents de prendre le temps de découvrir le message de l'enfant et d'identifier la source de leur anxiété ainsi que de notre propre anxiété. Leur besoin fondamental est de se sentir aimés, vus, entendus et reconnus. La non-réponse à ce besoin est, entre autres, une des causes de l'anxiété chez l'enfant. Elles sont variées. Les enfants peuvent réagir aux conflits conjugaux, à un examen important, à un déménagement d'un ami, etc. Ils peuvent avoir été exposés à des événements de l'actualité, à des images troublantes ou incompréhensibles pour eux comme à une scène de nudité ou de violence à la télévision. C'est à nous de se placer dans la peau de l'enfant pour l'aider à mettre des mots sur ce qu'il vit. Ceci implique un degré de difficulté parce que nous traduisons à partir de notre pensée adulte. S'engager à prendre le temps de comprendre l'enfant dans son vécu est favorable pour celui-ci et sa famille. Questionner l'enfant au sujet de ce qu'il vit et de ce qui le préoccupe sans le réprimander, c'est de lui accorder le droit de se sentir faible, vulnérable, troublé ou inquiet sans être jugé. Le soutien d'un professionnel est aussi une source aidante aux changements positifs pour l'enfant anxieux, la fratrie et ses parents.



# JE LE SOUTIENS, IL PERSÈVÈRE

Trousse d'animation à l'intention des parents

## La trousse

Le Conseil régional des familles (CRF) et le Conseil régional de prévention de l'abandon scolaire (CRÉPAS) du Saguenay-Lac-Saint-Jean s'associent pour présenter un nouvel outil de sensibilisation et d'intervention pour les parents: la trousse d'activités

**Je le soutiens, il persévère.**

## Le contexte

Le parent joue un rôle essentiel dans le cheminement scolaire de son enfant. Le soutien de la famille peut faire la différence entre poursuivre ou abandonner ses études. D'autres personnes peuvent aussi jouer un rôle important, comme le personnel scolaire, mais c'est le soutien du parent qui compte le plus pour la persévérance scolaire.

Un sondage mené pour la Fondation Lucie et André Chagnon (Léger Marketing 2011) mentionne qu'un parent québécois sur quatre admet avoir des difficultés à exercer son rôle de parent, notamment en raison de son travail.

Quelques pratiques parentales accessibles et simples favorisent la persévérance scolaire des tout-petits et des plus grands, et ce, peu importe la scolarisation des parents, le revenu familial ou l'âge des enfants:

- ⇒ ***L'engagement envers l'enfant (par son soutien affectif et son soutien dans les études);***
- ⇒ ***L'encadrement et l'encouragement à l'autonomie.***

## Thèmes abordés

- ⇒ LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE ET SES EFFETS
- ⇒ L'IMPORTANCE DU RÔLE DES PARENTS DANS LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE
- ⇒ LES PRATIQUES PARENTALES QUI FONT LA DIFFÉRENCE
- ⇒ LE SOUTIEN AFFECTIF PARENTAL ET LE SOUTIEN DANS LES ÉTUDES
- ⇒ LA COLLABORATION PARENT-ENSEIGNANT ET ÉCOLE-FAMILLE

## L'approche

Les activités proposées dans chacun des thèmes favorisent le développement du pouvoir d'agir des parents. Il y est reconnu que les parents sont les premiers et principaux éducateurs de leur enfant. Ceux-ci portent quotidiennement la valeur accordée à l'éducation auprès de leur jeune et contribuent à donner du sens au projet d'études. L'animateur agit à titre de facilitateur pour des discussions et échanges.



***Pour plus d'informations sur les activités de la trousse ou pour une demande d'ateliers pour animer des groupes de parents à la Commission scolaire du Pays-des-Bleuets, contactez :***

***Jocelyne Allaire, agente de développement CSPB***

***Tél: 418 275-4136 # 1017***

***Courriel: [allairej@cspaysbleuets.qc.ca](mailto:allairej@cspaysbleuets.qc.ca)***

Commission scolaire  
du Pays-des-Bleuets  
Jocelyne Allaire, éditrice

[www.cspaysbleuets.qc.ca](http://www.cspaysbleuets.qc.ca)  
[Twitter.com/CSPaysBleuets](https://twitter.com/CSPaysBleuets)

### MOT D'ENFANT

Vers l'âge de 3 ans,  
Cassiopée prend son petit  
déjeuner et me dit:  
«Maman,  
si on met des graines  
de sésame dans la terre,  
est-ce qu'il va pousser  
des bagels???».



Programmation des ateliers et conférences de  
**Parent veut savoir...!**

## CHANGEMENTS À VENIR

### Programmation 2015-2016

La programmation 2015-2016

sera réduite de cinq à quatre thèmes pour l'année.

Deux (2) représentations pour chacun des thèmes, les mercredis.

Les endroits de présentation seront, selon les sujets présentés:

Dolbeau, Normandin, Saint-Félicien, Roberval.

*Surveillez la programmation sur la page d'accueil du site  
de la Commission scolaire du Pays-des-Bleuets*

**21 OCTOBRE et 28 OCTOBRE 2015**

**11 NOVEMBRE et 25 NOVEMBRE 2015**

**10 FÉVRIER et 24 FÉVRIER 2016**

**30 MARS et 6 AVRIL 2016**

*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](mailto:cparents@cspaysbleuets.qc.ca)*

## SITES D'INTÉRÊT

De belles découvertes à faire. Bonne navigation!

[www.uneplacepourtoi.qc.ca](http://www.uneplacepourtoi.qc.ca)

<http://jefinis.com>

[www.jereussis.com](http://www.jereussis.com)

[www.teljeunes.com](http://www.teljeunes.com) ou le 1 800 263-2266 (numéro sans frais)

[www.alloprof.qc.ca](http://www.alloprof.qc.ca)

[www.petitmonde.com](http://www.petitmonde.com)

[www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.ca](http://www.saineshabitudesdevie.gouv.qc.ca)



**DANGER IMMÉDIAT**

Communiquez avec le 911 ou le service de police de votre localité.

**CYBERCRIMINALITÉ** <http://www.sq.gouv.qc.ca/cybercriminalite/cybercriminalite-surete-du-quebec.jsp>

**NAVIGUER EN TOUTE SÉCURITÉ** <http://www.rcmp-grc.gc.ca/is-si/index-fra.htm>

**DÉNONCER LA PORNOGRAPHIE JUVÉNILE/L' AGRESSION SEXUELLE** [www.cyberaide.ca](http://www.cyberaide.ca) ou 1 866 658-9022

**RETIRER LE CONTENU À CARACTÈRE SEXUEL (photo, vidéo...) INTERNET SERVICE EN LIGNE** : [http://  
aidezmoisvp.ca/](http://aidezmoisvp.ca/)