

5 CONSEILS

POUR FAVORISER LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE CHEZ VOTRE ÉLÈVE

Les défis scolaires et la peur de l'échec sont d'importantes sources d'anxiété chez nos jeunes, des facteurs qui peuvent nuire à leur épanouissement en milieu scolaire, mais aussi impacter leur estime de soi.

En tant qu'enseignant-e, vous exercez un rôle majeur dans la persévérance et la réussite scolaire de vos élèves, et vous avez la possibilité d'avoir un impact positif sur leur bien-être.



VOICI QUELQUES ASTUCES POUR AIDER VOTRE ÉLÈVE À DÉVELOPPER UNE BONNE ESTIME DE SOI MALGRÉ DES DIFFICULTÉS SCOLAIRES EN RELATIVISANT LA NOTION DE RÉUSSITE :

01 RELATIVISER LES NOTES

De nombreux-ses élèves font un lien très fort entre leur sentiment de compétence personnelle et leur réussite sur le plan académique.

Cette corrélation est d'autant plus encouragée dans notre société, axée sur les performances et les résultats quantifiables. Sans même le faire intentionnellement, notre discours et nos pratiques contribuent parfois à **exacerber l'anxiété de performance chez les jeunes**.



Il importe donc d'ajuster ses interventions afin de véhiculer l'idée que les résultats scolaires ne représentent pas la valeur de l'adolescent-e.

02 ENCOURAGER LES EFFORTS

Chaque jeune a ses propres défis et intérêts. Pour certain-e-s, le seul fait d'atteindre le seuil de réussite constitue une grande victoire, alors que pour d'autres, avoir 80% est un échec.

Il importe **d'attirer l'attention** de l'élève non seulement sur ses résultats objectifs, mais plutôt **sur ses progrès et les efforts qu'il-elle a mis pour y réussir**.



On peut par exemple féliciter l'adolescent-e qui s'est présenté-e de manière constante aux récupérations, qui est venu-e nous poser des questions, qui utilise correctement les homophones avec lesquels il-elle avait de la difficulté, etc. L'élève verra ainsi que son travail porte fruit et ressentira un sentiment de compétence, peu importe la note finale. **Ce sentiment de compétence peut ensuite être un fort moteur pour soutenir la motivation scolaire et le bien-être psychologique face à la sphère scolaire.**



03 LUI SOULIGNER SES AUTRES FORCES

Utiliser des exemples du quotidien permettra à votre jeune de mieux saisir ses bons coups et de vous croire. Les forces peuvent cibler **certains aspects de la matière** (ex : « La trigonométrie est ardue pour toi, mais tu as de la facilité en géométrie »), des **compétences personnelles** (ex : joie de vivre, présence pour les autres, leadership, persévérance) ou **des talents dans d'autres domaines** (sports, arts, etc.).



COMPRENDRE SES FORCES : UNE CLÉ POUR RENFORCER SON OPTIMISME ET SA RÉSILIENCE.

Voici une activité pédagogique complète et clé en main à faire en classe pour aider vos élèves à identifier leurs forces au-delà des matières académiques. En faisant cet atelier avec vos jeunes, vous les aiderez à mieux comprendre quels sont leurs atouts face aux difficultés, à augmenter leur estime d'eux-mêmes et à être plus optimistes et résilient-e-s.

04 L'AIDER À DÉVELOPPER DE NOUVELLES COMPÉTENCES



En tant qu'enseignant-e, vous êtes une personne privilégiée pour observer certaines qualités et forces chez votre élève. Elles peuvent vous servir de base sur laquelle vous appuyer pour proposer des projets ou des activités qui favoriseront l'épanouissement de l'adolescent-e, outre la performance académique.

05 ÉVITER LA COMPARAISON DES ÉLÈVES ENTRE EUX-ELLES

Gardez à l'esprit que chaque élève est un défi en soi, chacun-e est différent-e et apprend différemment. Veillez aussi à ne pas voir un-e jeune en difficulté comme un échec.



Plus d'outils pour développer la santé mentale des jeunes dans **NOTRE TROUSSE ÉCOLES**