

NAVIGUER ENSEMBLE

balado

S'ÉPANOUIR À L'ÉCOLE : LA CLÉ POUR LA RÉUSSITE ÉDUCATIVE DES JEUNES

Quoi retenir de cet épisode ?

- La **réussite éducative** correspond au développement d'une personne sur le **plan social, intellectuel, moral, physique et affectif**.
- Pour favoriser la **persévérance scolaire**, encouragez votre jeune à **développer ses habiletés personnelles et sociales** en parallèle de ses habiletés scolaires.
- Plusieurs **facteurs influencent la réussite éducative**, tels que :
 - **Personnels** (ex. : gestion du temps, motivation, concentration);
 - **Familiaux** (ex. : engagement, encouragement et encadrement des parents);
 - **Scolaires** (ex. : relation enseignant-élève, les pratiques pédagogiques employées);
 - **Sociaux** (ex. : situation socioéconomique, les modèles de réussite, les ressources).
- L'état d'esprit des jeunes influence leur attitude envers leur éducation :
 - Un **état d'esprit fixe**, où l'intelligence et les capacités sont perçues comme étant innées et inchangeables, freine les efforts du jeune en situation d'échec ;
 - Un **état d'esprit de croissance**, où les échecs sont utilisés comme motivation et les défis sont confrontés au lieu d'être évités, incite les jeunes à s'impliquer et à persévérer dans leurs études. Les jeunes qui adoptent cet état d'esprit considèrent leurs habiletés comme développables à travers l'effort et la persévérance, et donc se sentent plus en contrôle de sa réussite.
- **Le parent peut jouer un rôle dans le développement de l'esprit de croissance** du jeune, par de petites actions :
 - Féliciter votre jeune pour ses efforts, peu importe le résultat scolaire;
 - Accompagner votre jeune à travers les défis;
 - Continuer à s'impliquer malgré les échecs.
- **Plusieurs méthodes permettent de travailler la compréhension**, telles que :
 - La pratique active, soit l'action de redire l'information à notes cachées;
 - Essayer d'expliquer un sujet à quelqu'un d'autre;
 - Avoir un équilibre sain entre étude et temps personnel.

QUELS SONT LES LIENS ENTRE LA SANTÉ MENTALE ET LA RÉUSSITE ÉDUCATIVE ?

La santé mentale, c'est comme une plante : il faut en prendre soin. Et comme les plantes, les jeunes ont besoin d'aide pour fleurir ! Pour stimuler les jeunes à persévérer à travers les succès comme les échecs et favoriser une bonne santé mentale, des **compétences** peuvent être développées.

Se connaître pour mieux réussir :

Pour favoriser la persévérance en milieu scolaire, il est important que votre jeune **connaisse ses forces, ses faiblesses ainsi que les méthodes de travail** qui sont les plus adaptées à ses besoins. Il est possible d'identifier les stratégies qui fonctionnent le mieux pour votre jeune en discutant des réussites et des difficultés rencontrées.

Demander de l'aide en cas de difficultés :

Plusieurs jeunes peuvent être gênés ou ne savent pas à qui s'adresser en cas de difficultés scolaires. Pour les aider à persévérer, vous pouvez les soutenir et leur faire connaître les ressources disponibles. Aussi, en valorisant **la demande d'aide** comment étant parfaitement **normal et acceptable**, cela permet à votre jeune une prise en charge de la situation.



De s'engager socialement :

L'implication scolaire des jeunes, en classe, aux activités parascolaires ou aux récupérations, favorise la persévérance. En tant que parent, encouragez votre enfant en valorisant ses efforts, même sans les résultats espérés.

Cultiver de saines habitudes de vie :

Adopter de bonnes habitudes, tant dans la vie quotidienne que dans les études, est favorable pour réussir. En veillant à ce que votre enfant dispose d'un espace adapté pour étudier et en inculquant des habitudes de vie saine, vous l'aidez à se concentrer pleinement sur ses études et à donner le meilleur de lui-même.



Pour en savoir plus sur la persévérance scolaire

Les questionnements liés à la réussite éducative et la persévérance scolaire peuvent être multiples. Plusieurs ressources en ligne existent pour s'informer et s'outiller sur le sujet.

- **Alloprof** a un **répertoire de stratégies** pour les parents pour s'impliquer dans la vie scolaire de leur jeune.
- Le **Réseau Réussite Montréal** propose des **ressources** variées pour aider les parents à s'engager dans la vie scolaire de leur jeune.
- Le site internet de la **Fondation Jeunes en Tête** contient plusieurs outils pour les jeunes et la famille au sujet de la persévérance scolaire, dont **cet article** qui traite de la manière pour retrouver confiance en soi après un échec académique.
- Pour aider les jeunes à étudier de manière efficace, le **Centre de services scolaire de la Capitale** a conçu un **guide**.

En partenariat avec :

Québec

LA SANTÉ MENTALE
POSITIVE
ÇA SE CULTIVE

UNE INITIATIVE DE
L'ASSOCIATION POUR
LA SANTÉ PUBLIQUE
DU QUÉBEC