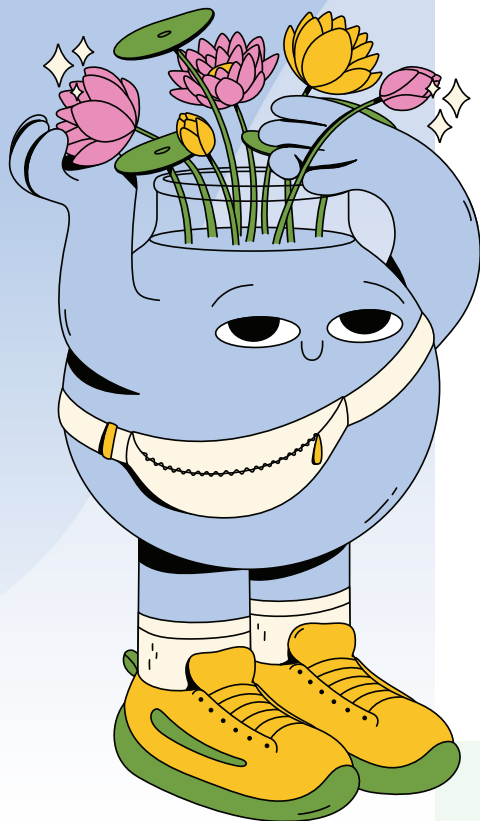


ÉCOLES
SECONDAIRES
...



Bâtir des relations saines en milieu scolaire

Interagir positivement au secondaire : un levier concret pour la santé mentale des élèves

La situation en milieu scolaire québécois

- 39 % des élèves du secondaire ont subi au moins un geste de violence¹
- 28 % des élèves se sentent soutenus dans les milieux scolaires²
- 56 % des jeunes ont de la facilité à créer des liens avec leurs pairs et à les entretenir (en diminution depuis les dernières années)³

Ces enjeux sont complexes et multifactoriels. **La bonne nouvelle** : améliorer la **qualité des relations adultes-jeunes** est l'un des leviers efficaces pour créer un climat scolaire plus sain. À l'école, les adultes occupent une position de premier plan. Par leurs gestes, leur posture et leurs interventions quotidiennes, ils peuvent créer un **environnement dans lequel les jeunes sont encouragés à interagir positivement**. Ces interactions positives sont centrales pour améliorer la qualité des relations entre adultes et jeunes.

1 Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS), 2023

2 EQSJS, 2023

3 EQSJS, 2023

Que signifie « interagir positivement » ?

Interagir positivement, c'est poser un **geste volontaire pour aider quelqu'un ou lui faire du bien, en tenant compte de ses besoins, de ses émotions et de son point de vue**.

Ces gestes se cultivent au quotidien, par les jeunes comme par les adultes qui les entourent.

EXEMPLES D'INTERACTIONS POSITIVES

Aider | Écouter | Encourager |
Complimenter | Inclure | Partager | Échanger
Inviter à discuter | Coopérer



Pourquoi c'est pertinent – pour vous et pour les élèves

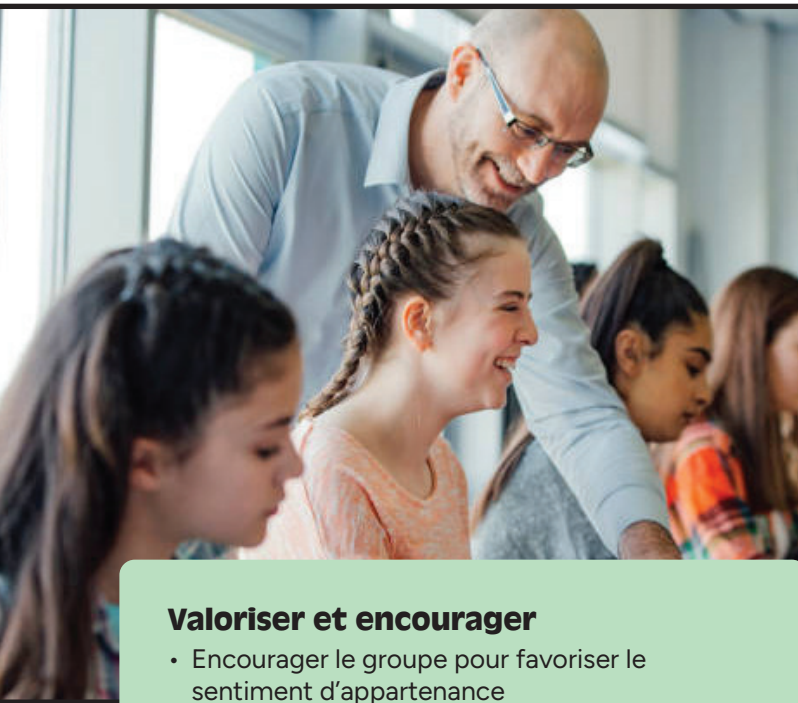
POUR LE PERSONNEL SCOLAIRE :

- | | |
|---------------------------|---|
| ↑ climat de classe | ↓ conflits à gérer (en classe comme au retour des pauses) |
| ↑ engagement des élèves | |
| ↑ lien de confiance | ↓ épuisement professionnel |
| ↑ satisfaction au travail | |

POUR LES ÉLÈVES :

- | | |
|-----------------------------------|--------------------------------------|
| ↑ réussite scolaire | ↑ engagement scolaire |
| ↑ estime de soi | ↑ sentiment d'appartenance à l'école |
| ↑ adaptation face aux difficultés | ↓ comportements perturbateurs |
| ↑ sentiment de sécurité | ↓ intimidation |

Passer à l'action grâce à ces suggestions



Valoriser et encourager

- Encourager le groupe pour favoriser le sentiment d'appartenance
- Donner des encouragements spécifiques aux comportements, de préférence en privé
- Valoriser les interactions positives observées et les bons coups
- Normaliser l'erreur comme faisant partie de l'apprentissage

Créer un climat où les élèves se sentent à l'aise de s'ouvrir

- Adopter un ton respectueux, sans jugement ni sarcasme
- Faciliter la demande d'aide grâce à des moyens discrets (ex. : moment dédié, boîte à mots)
- Insister sur la confidentialité
- Partager des petits exemples personnels pour normaliser les émotions

Apprendre à mieux connaître les élèves

- Utiliser des mini-sondages pour évaluer le stress, la motivation et les besoins
- Proposer aux élèves de citer leurs intérêts et leurs besoins, à l'écrit ou à l'oral
- Utiliser les défis et les jeux de coopération pour apprendre à se connaître

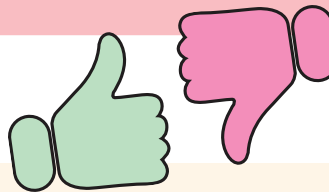
Gérer les conflits et les comportements perturbateurs avec ouverture

- En cas de comportement perturbateur, rappeler les règles de classe
- Si le comportement persiste, le nommer immédiatement et calmement, en privé si possible
- Cibler le comportement, jamais l'élève (ex. : « tu as un comportement irrespectueux » et non « tu es irrespectueux »)
- Clarifier les raisons derrière le comportement de l'élève en privé
- Réfléchir avec l'élève à des moyens pour adopter des comportements plus positifs
- Si pertinent, faire un retour en groupe pour rappeler l'impact du comportement
- Encourager un geste de réparation sincère (ex. : aider la personne brimée)
- Rappeler les attentes et aller de l'avant

Structurer avec des règles cohérentes

- Définir avec les élèves les règles à respecter et les afficher
- Expliquer le sens des règles et des attentes
- Appliquer les règles de façon constante
- Prévoir des conséquences logiques directement liées au comportement (ex. : salir = nettoyer)

Ces gestes sont des suggestions. Adaptez-les selon votre groupe et ajoutez-en d'autres si ils vous semblent plus pertinents.



En partenariat avec :

Québec 

LA SANTÉ MENTALE
**CA SE
POSITIVE
CULTIVE**

Une initiative de
l'Association pour
la santé publique
du Québec

Votre avis compte : partagez
vos commentaires et
suggestions sur l'atelier [ici](#).



Pour découvrir d'autres
outils et idées, visitez
casecultural.ca

