

## Jeunesse / Fiche-ressource 1

La direction Counseling & intervention communautaire du CSC Hamilton/Niagara vous propose cette nouvelle série de fiches-ressources que vous pourrez conserver dans vos dossiers.

### Comment puis-je aider mon jeune à faire la transition au Secondaire ?

**A**ider votre enfant à faire la transition entre l'école élémentaire et l'école secondaire semblerait être très simple en théorie. Dans la pratique, cela exige constance, contrainte, et patience.

Il est important de discuter des trois sujets mentionnés ci-dessous avec votre jeune.



#### FIXEZ DES ATTENTES RAISONNABLES ET CONSTRUCTIVES

1. **Sujets:** Laissez votre enfant s'exprimer sur ses sujets préférés, et les sujets détestés. Assurez vous de bien l'écouter.
2. **Habitudes d'étude:** A quel moment de la journée votre enfant étudie-t-il le mieux ? Essayez de lui instiller très tôt, de bonnes habitudes, notamment en matière d'organisation (par exemple ranger son sac d'école avant le coucher comporte moins de risques d'oublier de faire les devoirs, etc.).
3. **Activités :** Les activités sociales et hors programme sont aussi importantes au développement général de l'enfant que les études. Le sport et les études permettent un esprit sain dans un corps sain, et les amitiés saines sont nécessaires pour l'estime de soi. Sachez aider votre enfant à trouver le bon dosage entre études, loisirs et amitiés.

#### LA VOIE DU SUCCÈS EST PARFOIS PAVÉE D'ÉCHECS

Le succès associé à une récompense est une méthode qui encourage le développement. Cependant, gardez présent à l'esprit que les échecs, grands et petits, pavent souvent la voie du succès, et que bien souvent, les enfants apprennent de leurs erreurs.

1. **Objectifs réalistes :** Aidez votre enfant à identifier les compétences et les capacités qui se révèlent dans ses performances. Il est bon de mettre l'accent sur des objectifs à court terme.
2. **Outils pour gérer les échecs :** un échec en classe de 8<sup>e</sup> vaut mieux qu'un échec en classe de 11<sup>e</sup>. Le plus tôt un enfant sera confronté à l'échec, le plus tôt il comprendra quelle en est la cause (mauvaise organisation, etc.). Si maman et papa amortissent toujours ses chutes, que fera l'enfant quand ses parents ne seront plus dans les parages? Grands et petits, les échecs sont inévitables. Votre enfant doit apprendre à se détendre, à s'organiser et acquérir de bonnes compétences en communication. Si votre enfant n'a pas étudié et a échoué un test, laissez-le se faire ses reproches, mais aidez-le à s'améliorer.

La communication est extrêmement importante. S'il reçoit une note qu'il estime insatisfaisante, il est important que l'enfant lui-même puisse en discuter avec le professeur et qu'il cherche comment faire mieux à l'avenir. L'occasion pour lui d'utiliser ses compétences en communication sont des atouts qui lui apprennent le leadership et le sens de la responsabilité.

3. **Réévaluation :** Chaque bon projet doit avoir de la place pour l'évaluation et la réévaluation. Chaque période marquante devrait donner lieu à une discussion permettant d'analyser ce qui a fonctionné ou non. Au lieu de le sermonner, impliquez votre enfant et encouragez-le à mener la discussion.

#### ALLEZ JUSQU'AU BOUT

Ceci est le premier lieu où les élèves et les parents dérapent, mais après tout, c'est tout à fait naturel de partir d'un bon pied puis de ralentir en milieu de course.

1. **Tenir bon :** Quand vous faites un projet ou fixez des objectifs, allez jusqu'au bout, que les conséquences en soient positives ou négatives. Si votre enfant se rend compte que vous n'allez pas au bout, c'est perdu d'avance.
2. **Responsabilisez** votre enfant autant que possible pour qu'il aille jusqu'au bout : d'ici à l'école secondaire, votre enfant devrait être suffisamment indépendant pour se prendre en charge. Contentez-vous d'être le guide dans l'ombre, écoutant, observant et offrant du soutien.
3. S'il vous arrive à vous de déraiper, **assumez vos responsabilités:** Personne n'est faillible et cela sera un bon exemple pour votre enfant.

*Au secondaire, t'auras besoin d'un sac plus gros, d'un cerveau plus gros. tout est plus gros. Je crois que t'es trop p'tite encore!*



En suivant ces idées fondamentales, vous donnerez à votre enfant chaque occasion pour le succès: rappelez-vous, c'est le succès de votre enfant, le développement de votre enfant. Il doit être impliqué dans la planification de cette transition. Responsabilisez-le.

Extrait de l'article « How to prepare a child for high school » par Rae Bryant. (<http://www.helium.com/items/1003220-how-to-prepare-a-child-for-high-school>)

# filles fantastiques

voix créatives pour Le changement

Une initiative de bien-être pour les jeunes femmes; un espace libre et sécuritaire où elles peuvent s'exprimer.

«**Filles Fantastiques**» est un programme offert par le Centre de santé et qui s'adresse aux jeunes femmes francophones âgées de 12 à 16 ans. L'objectif principal est d'augmenter l'estime de soi et le bien-être à travers des activités et des discussions d'intérêt pour les filles.

Dans le but de créer un changement durable dans la vie des participantes, nous offrons des ressources et des ateliers de sensibilisation afin de les outiller pour leur vie quotidienne.

Le groupe utilise une approche féministe, structurelle et basée sur une série d'ateliers de cinq semaines. Chaque atelier propose un thème différent:

- ♥ L'identité
- ♥ La communication
- ♥ L'image corporelle
- ♥ Les relations intimes
- ♥ La santé et le bien-être

Ce programme sera offert dans la région de Hamilton à partir du mois de novembre.

Si vous êtes intéressée à joindre le groupe ou si vous connaissez une jeune femme qui pourrait bénéficier des groupes, veuillez communiquer avec **Anne Arseneau**

**Centre de Santé Communautaire Hamilton/Niagara** au 1-866- 437-7606 poste 296.



*Arc-en-ciel est un programme qui reconnaît que lorsque les familles doivent immigrer, elles subissent souvent divers changements.*

#### **Pour un enfant dans un nouveau pays,**

- Comment se faire de nouveaux amis?
- Comment comprendre les différences culturelles et ethniques?
- Comment dépasser la barrière de la langue?
- Comment accepter la nouvelle situation financière?

Arc-en-ciel offre un espace où les enfants peuvent normaliser leurs sentiments et leurs pensées par rapport aux défis passés et présents.

**N'hésitez pas à vous renseigner auprès de Anne Arseneau, Conseillère en santé mentale pour enfants et adolescents: 1-866- 437-7606 poste 296 ou [Anne.Arseneau@cschn.ca](mailto:Anne.Arseneau@cschn.ca).**