



ÉCOLE SECONDAIRE
SAINT-JOSEPH

9 mai 2023

19 h

TRANSITION PRIMAIRE SECONDAIRE

Comment aider mon
enfant à bien vivre sa
transition ?

M. JEAN-FRANÇOIS RACINE,
DIRECTEUR GÉNÉRAL DE L'ÉSSJ



MARIA DOUABI,

**DIRECTRICE DES SERVICES AUX ÉLÈVES 1RE
SECONDAIRE
(450)774 3775, POSTE 266**



MON RÔLE:

-  **ENCADREMENT DES ÉLÈVES**
-  **RENCONTRE DE PARENTS**
-  **RÉUSSITE ÉDUCATIVE**



CONTENU DE LA PRÉSENTATION

- **Les défis face à la transition du primaire vers le secondaire et présentation d'outils d'accompagnement.**

(présenté par **Jasmine Sirois**, conseillère en orientation)

- **Développer l'autonomie et l'organisation : comment aider mon enfant ?**

(présenté par **Louise L'Ecuyer**, **Stéphanie Bousquet**, orthopédagogues)

- **Devenir parent d'un adolescent, 3 grands défis !**

(présenté par **Marie-Maude Viens**, **Valérie Lavoie** et **Stéphanie Allard**, éducatrices spécialisées)

- **Concrètement, que fait l'École secondaire Saint-Joseph pour faciliter l'intégration de votre jeune au secondaire?**

(présenté par **Pierre-David Trudel**, Directeur des services pédagogiques)



JASMINE SIROIS, CONSEILLÈRE D'ORIENTATION



LES DÉFIS DE LA TRANSITION: QUELQUES FAITS

- La **transition** vers l'école secondaire peut être un **défi** pour plusieurs adolescents.
- Les enfants éprouvent une **hausse marquée des niveaux d'hormones de stress** quand ils s'apprêtent à commencer leurs études secondaires ou viennent de les commencer.
- Le stress est **normal** et même **nécessaire** à notre survie.
- **Nous ne pouvons pas éviter tous les agents stressants de la vie et nous ne devrions pas essayer de protéger nos enfants pour qu'ils ne fassent jamais face au stress.**
- Toutefois, nous pouvons **les outiller**.



SIGNES POSSIBLES DE LA PRÉSENCE D'UN ÉLÉMENT STRESSEUR CHEZ L'ENFANT

- Maux physiques: mal de cœur, douleurs au ventre, mal de tête, malaise un peu flou;
 - Irritabilité;
 - Difficulté à s'endormir ou à demeurer endormi.
- Il est important de se rappeler que près de 3 personnes sur 4 ont de la difficulté à nommer ce qui peut les stresser.



BOÎTE À OUTILS



Modèle d'intervention **SPIN**
ton stress développé au
Centre d'études sur le
stress humain:

- Sens du contrôle faible
- Personnalité menacée
- Imprévu
- Nouveauté



EXEMPLE D'INTERVENTION (CENTRÉE SUR LE PROBLÈME)

Décortiquez l'élément stressant **Nouveauté** avec votre enfant:
«J'ai peur de me perdre à l'école. Je ne saurai pas où aller».

Trouvez des plans A, B, C...

Exemples:

Participer à l'activité de pré-accueil;

Faire le chemin quelques fois avant le début.



UN AUTRE EXEMPLE

Décortiquons maintenant l'élément stressant **Sens du contrôle faible**:

L'enfant n'a pas le choix d'aller à l'école. Comment l'aider à avoir une perception de contrôle face à la situation?

- A) L'enfant choisit ce qu'il veut manger le midi.
- B) Il choisit son sac d'école.
- C) Il choisit une activité parascolaire qui l'attire...





COMBATTRE UN MAMMOUTH DES TEMPS MODERNES

- L'humain préhistorique et le stress de survie: mobiliser son énergie pour fuir ou combattre.
- L'adolescent d'aujourd'hui face au stress d'un examen difficile peut avoir la même mobilisation d'énergie mais où pourra-t-elle se dépenser?



STRATÉGIES D'INTERVENTION (CENTRÉES SUR LES ÉMOTIONS)



- Rire (lire des bandes dessinées, raconter des farces).
- Bouger (courir, nager, jouer avec des amis).
- Faire quelques respirations abdominales ou chanter.
- S'impliquer dans du bénévolat, se sentir utile et apprécié.



À RETENIR

- Chaque enfant (**et chaque parent**) peut avoir une sensibilité plus ou moins grande face aux défis.
- Discutez et décortiquez avec lui ce qui peut le perturber.
- Accompagnez-le dans l'établissement de plans A, B, C, ...
- Suite à un événement stressant, il faut dépenser l'énergie mobilisée.

• **SURTOUT, ayez CONFIANCE en votre enfant. Il est capable !**



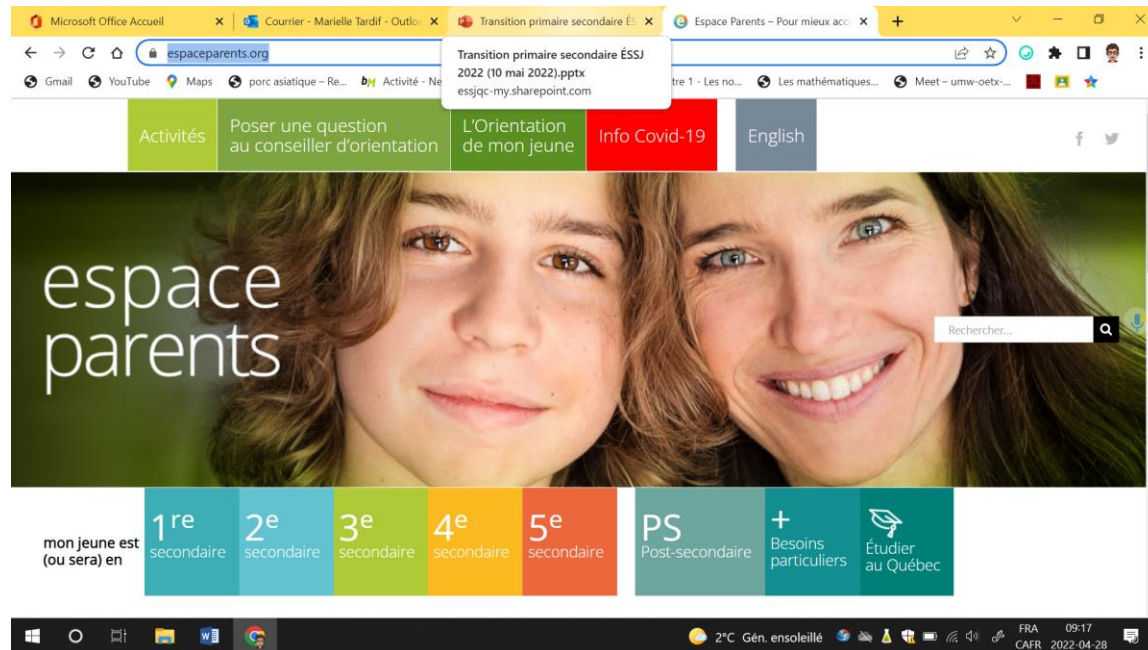
OUTILS D'ACCOMPAGNEMENT

Reportage à l'émission Découverte
<https://www.youtube.com/watch?v=PNxqJzQqnfk>



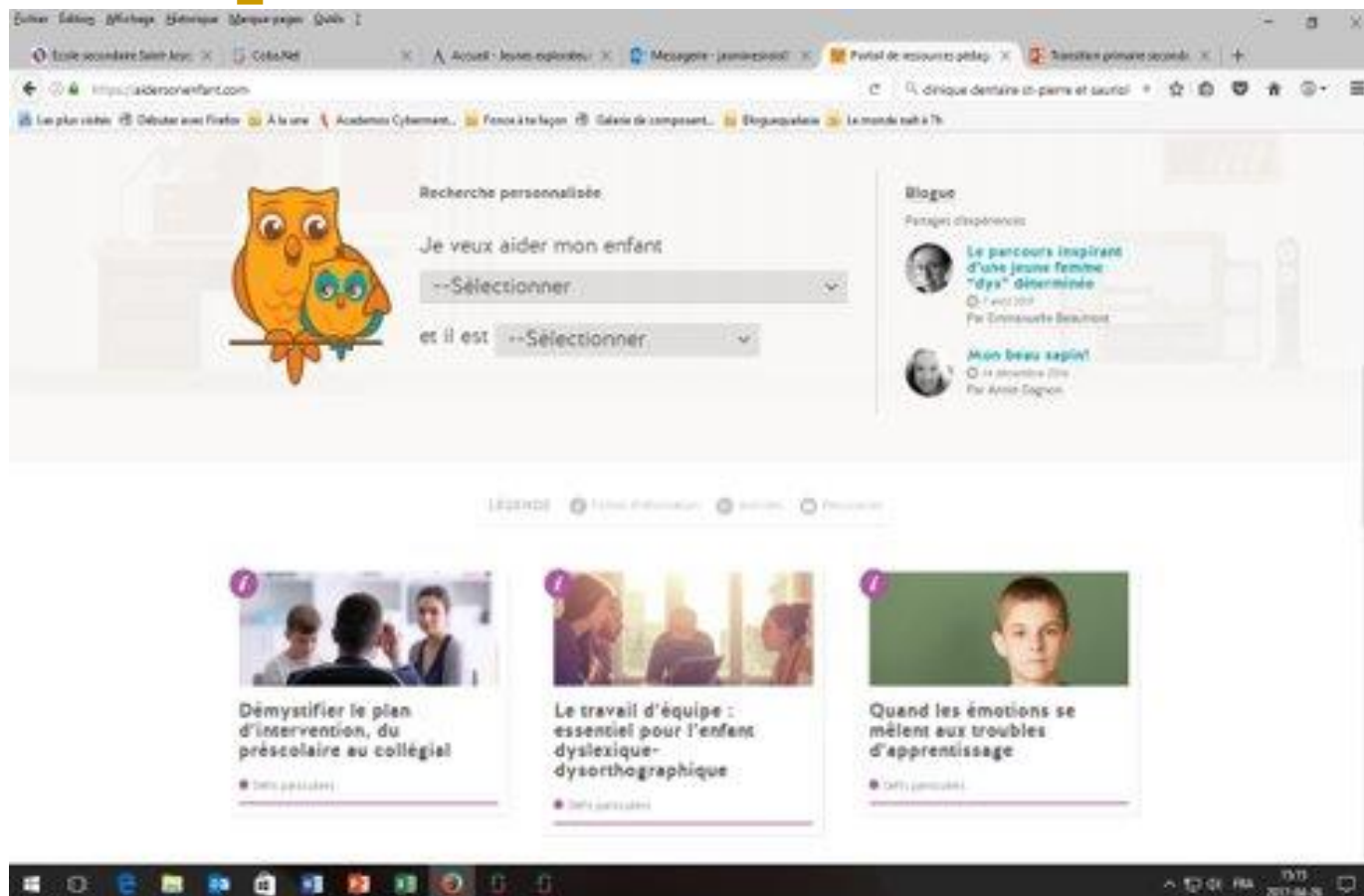
OUTILS D'ACCOMPAGNEMENT

<https://espaceparents.org/>



OUTILS D'ACCOMPAGNEMENT

<http://aidersonenfant.com>



LOUISE L'ECUYER, STEPHANIE BOUSQUET

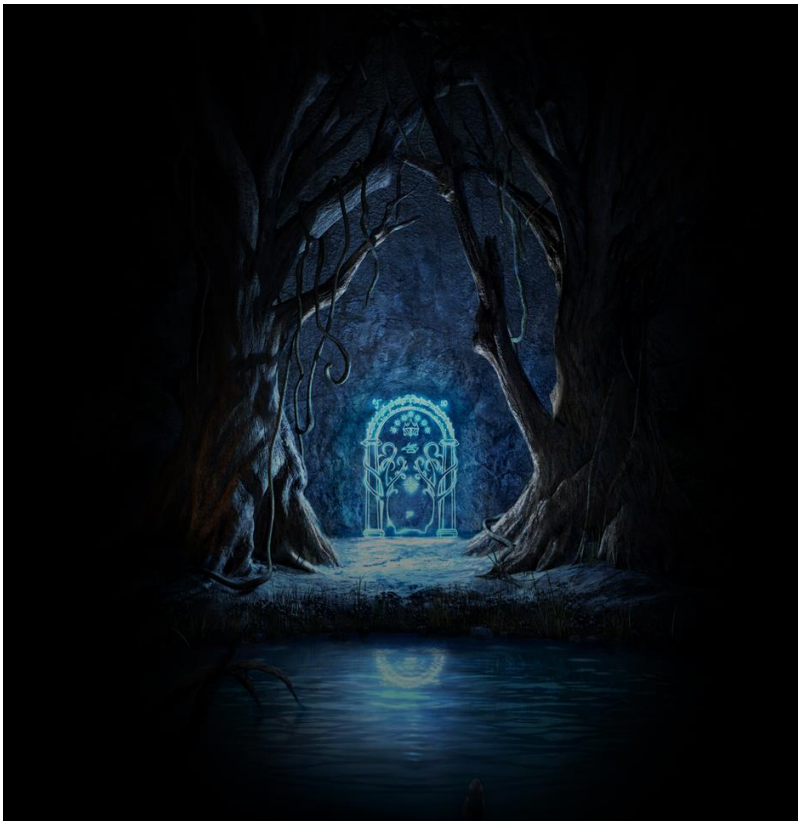
ORTHOPÉDAGOGUES



Développer l'autonomie et l'organisation : comment aider mon enfant ?



AUTONOMIE



Votre enfant veut plus de liberté, mais il doit aussi apprendre à gérer de nouvelles responsabilités.

C'est un **apprentissage** et vous en serez le **guide** !





Même s'il fait encore beaucoup de dégâts en mangeant seul ou en buvant au verre, il est important de donner à votre enfant des occasions de s'exercer. C'est de cette façon qu'il apprendra peu à peu à maîtriser ses nouvelles habiletés.

Extrait du Mieux vivre avec son enfant



d'erreurs
Même s'il fait encore beaucoup de ~~dégâts~~ en
~~organisant et en planifiant ses travaux~~
~~mangeant seul ou en buvant au verre~~, il est
important de donner à votre ~~enfant~~ ^{ado} des
occasions de s'exercer. C'est de cette façon
qu'il apprendra peu à peu à maîtriser ses
nouvelles habiletés.



Accompagner....comment ?

Tous les élèves n'arrivent pas au secondaire avec le même degré d'autonomie.

Il s'agit donc d'y aller **graduellement**.

Tout au long du secondaire, vous serez :

-Tuteur (faire les devoirs avec l'enfant)



-Superviseur (planifier et vérifier)



-Partisan (s'intéresser et encourager)



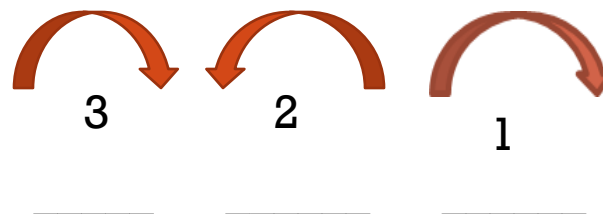
Leurs principaux défis :

- Utiliser son **cadenas** à combinaison numérique
- Gérer son horaire de **plusieurs jours**
- Gérer son **agenda**, ses **travaux scolaires** et **planifier son temps**
- Gérer son **matériel** en lien avec les différents cours



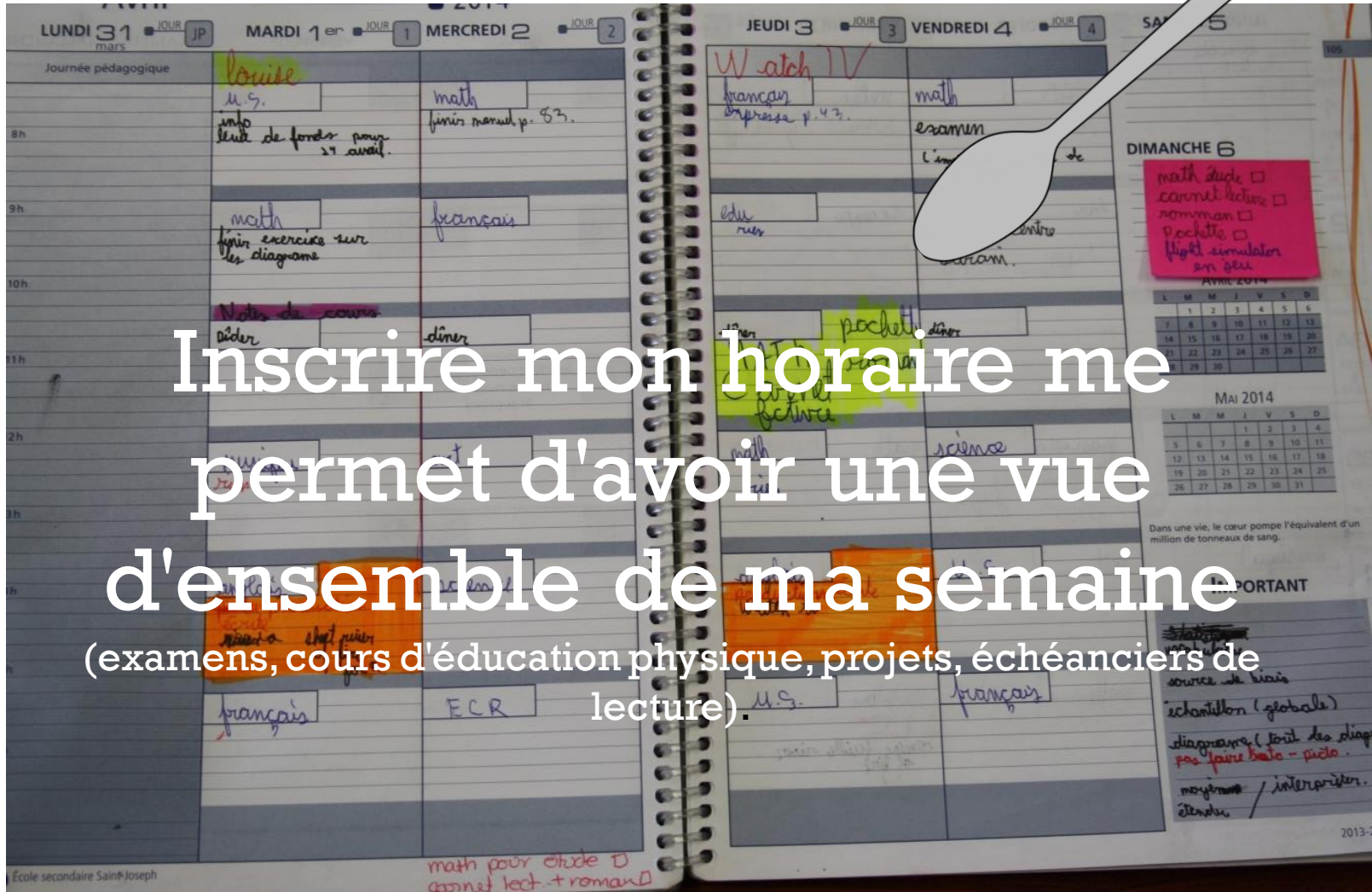
LE CADENAS

S	P	I	N
X	X	X	X



Agenda

Superviser: l'inscription de l'horaire



Les devoirs et leçons sont gérés par période.

Il n'y aura plus de plan de travail (feuille de leçons) de semaine.



Contactez le titulaire si la prise de note à l'agenda semble un défi.



Le matériel scolaire

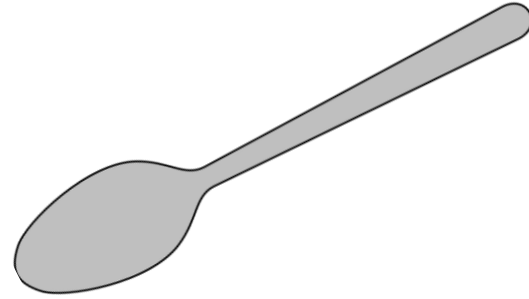
- L'enfant prépare son **sac** la veille en vérifiant l'agenda.
- Prévoir une réserve de matériel à la maison (crayons, gommes à effacer, stylos...)



GESTION DU MATÉRIEL EN CLASSE



~~«Mon enfant a un
problème
d'organisation.»~~



Il est en train d'apprendre et de s'adapter. Il y a plusieurs niveaux d'interventions.

Développer de la cohérence à l'école et à la maison.

Développer le sens des responsabilités de l'enfant.

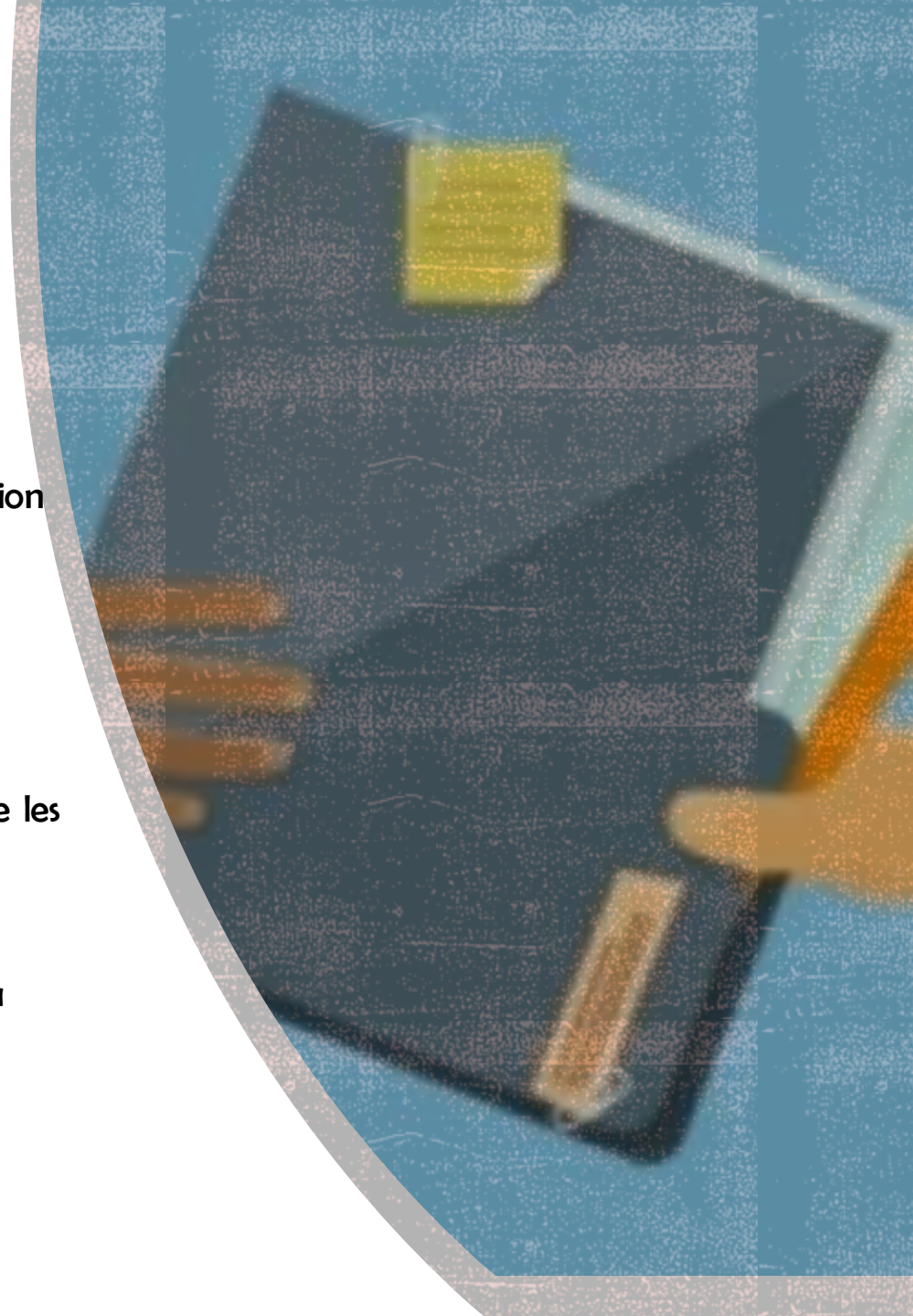
Avoir de la constance.

**• SURTOUT, ayez CONFIANCE en
votre enfant. Il est capable !**



MON ENFANT A UN PLAN D'INTERVENTION

- S'assurer que les documents (rapport d'évaluation et plan d'intervention du primaire) soient au dossier pédagogie de l'ÉSSJ. Josée Derome :jderome@essj.qc.ca)
- L'équipe de soutien vous contactera en août, avant la rentrée scolaire, pour bien comprendre les besoins de votre enfant.
- L'équipe de soutien transmettra l'information à l'équipe-école.



STÉPHANIE ALLARD
VALÉRIE LAVOIE
MARIE-MAUDE VIENS

Éducatrices spécialisées



UN TOURBILLON DE CHANGEMENTS

physiques-psychologiques-sociaux



POUR ÊTRE UN PARENT ALLIÉ DE VOTRE ADO PENDANT CETTE TRANSITION

"VOTRE ENFANT N'EN EST PLUS UN ! IL DEVIENT ADO ET FERA SOUS PEU SON ENTRÉE AU SECONDAIRE. RASSUREZ-VOUS, IL EST PRÊT À AFFRONTER LA GRANDE ÉCOLE AVEC TOUT LE BAGAGE DES VALEURS QUE VOUS LUI AVEZ INCULQUÉES. VOTRE RÔLE DE PARENT EST LOIN D'ÊTRE TERMINÉ, MAIS IL DOIT ÉVOLUER POUR S'ADAPTER AUX CHANGEMENTS QUI SE PRODUIRONT SOUS PEU."



DEVENIR PARENT D'UN ADOLESCENT

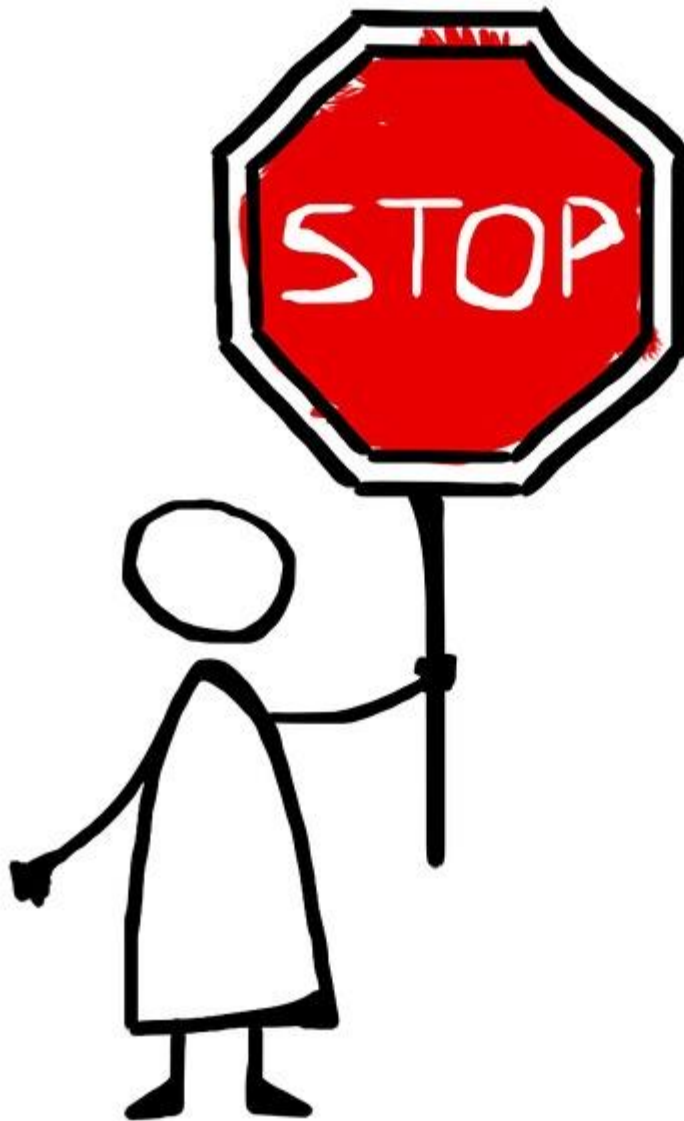
- 3 grands défis:
 - 1- L'accompagner vers l'autonomie
 - 2- Comprendre cet enfant aux bras trop longs
 - 3- Communiquer avec lui et avec nous





1

**L'accompagner
vers l'autonomie**



JE L'ACCOMPAGNERAI DANS SES CHANGEMENTS PHYSIQUES ET COMPORTEMENTAUX

- Votre enfant recherche:
 - L'autonomie
 - La liberté
 - Les nouvelles expériences.....

- Votre responsabilité:
 - Fixer les règles



DÉVELOPPER L'AUTONOMIE, C'EST AUSSI...



- Encourager la participation des **tâches à la maison**
- Poser des **gestes concrets** d'autonomie (lunch, lessive, argent de poche)



QUELLES RESPONSABILITÉS DONNER À MON ENFANT?

Pour favoriser l'autonomie à l'école et à la maison

AVANT 6 ANS  ■ Ranger ses jouets et ses livres ■ Aider à ranger l'épicerie ■ Mettre ses vêtements sales dans le panier à linge ■ Desservir sa place ■ Placer ses souliers au bon endroit ■ Mettre son manteau au bon endroit ■ Jeter ses déchets dans la poubelle ■ Essuyer un dégât ■ S'habiller seul ■ Assortir les bas qui vont ensemble ■ Se laver les mains ■ Se brosser les dents (avec supervision) ■ Se laver le corps (avec supervision)	ENTRE 6 ET 7 ANS  ■ Faire son lit ■ Mettre la table ■ Mettre sa vaisselle sale dans le lave-vaisselle ■ Sortir le recyclage, les poubelles, le compost ■ Plier les serviettes ■ Aider à faire la liste d'épicerie ■ Vider sa boîte à lunch ■ Préparer son sac pour les déplacements : y mettre une collation, un livre, etc. ■ Se préparer une collation ■ Apporter son linge sale à la salle de lavage ■ Arroser les plantes ■ Se brosser les dents ■ Se laver le corps et les cheveux avec aide (avec supervision) ■ Nourrir un animal	ENTRE 8 ET 9 ANS  ■ Vider le lave-vaisselle ■ Mettre le recyclage, le compost ou les poubelles au chemin ■ Compléter son lunch en y ajoutant les collations, breuvage, dessert, etc. ■ Aider à faire ses bagages ■ Promener les animaux ■ Balayer les balcons ■ Participer à la préparation des repas ■ Écrire la liste d'épicerie ■ Ranger les courses ■ Trier le linge sale ■ Ranger les vêtements propres ■ Se laver le corps et les cheveux (avec supervision)	ENTRE 10 ET 11 ANS  ■ Nettoyer le bain, la douche, la cuisine ■ Passer l'aspirateur ■ Épousseter ■ Laver son vélo ■ Ramasser les feuilles ■ Faire un lavage (avec aide au besoin) ■ Faire des recettes simples ■ Enlever les draps sales de son lit et les mettre à laver ■ Étendre le linge sur la corde ■ Faire de petits bagages pour une nuit : ex. : pyjama, brosse à dents, vêtements propres pour le lendemain, etc. ■ Se laver le corps et les cheveux	12 ANS ET +  ■ Faire seul sa routine du matin ou du soir ■ Nettoyer les fenêtres ■ Laver le plancher ■ Passer la tondeuse ■ Faire son lunch ■ Laver une voiture ■ Préparer un repas complet ■ Superviser les plus jeunes ■ Garder des enfants ■ Faire de petites courses ■ Vider les poubelles ■ Changer ses draps ■ Faire son propre lavage
--	--	--	---	---

JE RECONNAÎTRAI SES FORCES ET SES LIMITES

- Mauvaise note, travail en retard, perte de points....ça peut arriver.
- S'assurer que les beaux côtés surpassent les moins beaux (belles notes, améliorations, bon mot de l'enseignant...) .
- Dialoguer, partager, faire ressortir le positif.
- On apprend aussi de nos erreurs.





2

Comprendre cet
enfant aux bras
trop longs

JE FAVORISERAI LE DÉVELOPPEMENT DE SA PROPRE IDENTITÉ

- Prévoyez que votre enfant tente de mettre une distance entre vous et lui.
- Prônez l'importance d'une relation basée sur le respect mutuel.
 - Encouragez-le dans ses initiatives.
- Offrez-lui des occasions d'apprendre à se connaître.
 - Acceptez que les erreurs font partie du processus d'apprentissage.
- Faites-lui part de vos commentaires de façon constructive.
- Offrez-lui un cadre constant et prévisible. Ce sera sécurisant pour lui.



JE TENTERAI DE COMPRENDRE SES CONTRADICTIONS

- Derrière ses airs de grand se cacheun enfant.
- Besoin d'être approuvé.....mais critique tout.
- Besoin de s'isoler.....mais aime faire partie d'un groupe.
- Besoin d'être différent et original.....mais désire faire comme les autres.
- Lui faire sentir que vous êtes là!



JE L'AIDERAİ À SE COMPRENDRE ET À DÉVELOPPER SA CONFIANCE EN SOI



■ Pour aider votre enfant à bâtir sa confiance et son estime de soi vous pouvez l'aider à:

- Garder un rythme de vie positif
- Apprendre à s'affirmer
- S'accepter comme il est
- Se trouver des objectifs

On sait que l'entrée au secondaire est source d'inquiétudes, mais elle est aussi une source d'opportunités et de défis motivants pour votre enfant. Aidez-le à voir et à saisir ces opportunités.





3

**Communiquer
avec lui et avec
nous**



ÊTRE PRÉSENT POUR MON ENFANT

- Vous avez le droit de poser des questions à votre enfant.
- Intéressez-vous à lui (amis, loisirs et même à ses jeux vidéo).
- Utilisez l'humour!



Vous êtes son parent et non un enquêteur!



SOYONS DES ALLIÉS !



- Gardez contact avec le personnel de l'école. N'oubliez pas que nous avons tous le même but, celui de mettre **votre enfant** au centre de nos interventions.
- Avec toute notre bienveillance, nous sommes vos yeux et vos oreilles dans l'école!



TRAVAILLONS EN ÉQUIPE !

Avoir confiance en son enfant signifie aussi d'accepter qu'il fera des erreurs.

- Il est important de valider les informations quand un incident se produit qui implique votre enfant.
- Soyez conscients que votre enfant peut rapporter à la maison les événements selon ses propres perceptions.
- **Ceci ne remet pas vos compétences parentales en question.**



PIERRE-DAVID TRUDEL,

**DIRECTEUR DES SERVICES
PÉDAGOGIQUES**



Concrètement, que fait l'École secondaire Saint-Joseph pour faciliter l'intégration de votre jeune au secondaire ?



INSPIRER CONFIANCE



- Les élèves participent à une pré-rentree accompagnés de leurs parents.
- Lors de la première journée (jour 1), des activités d'accueil permettront aux élèves de 1re secondaire de mieux se familiariser avec leur nouvel environnement.

Classe-titulaire, transport, cadenas, casier, cafétéria, le quotidien...

- Le titulaire: une personne « phare »
- **COBA : Plate-forme de communication**
- Un environnement aux dimensions humaines et personnelles
- Un seul local de classe, un seul étage pour tous les élèves de 1re secondaire



DATES À RETENIR

- 30 août jour 0: Pré-rentree
- 9 h à 11 h 30 et de 13 h à 15 h 30
- 31 août, jour 0
 - Entrée technique des élèves de 2e à 5e secondaire
 - Congé pour les élèves de 1re secondaire



DATES À RETENIR

- Vendredi 1er septembre (jour 1)
 - Début des cours réguliers de 1re à 5e secondaire



MOMENTS IMPORTANTS

- **Effets scolaires:** disponible sur COBA fin juin
- **Matériel pédagogique:** août
 - BUROPRO CITATION
 - En magasin à St-Hyacinthe ou en ligne
- **Livraison des commandes UNIMAGE à L'ÉSSJ:**
 - 21août de 12 h 30 à 19 h



FAIRE ÉQUIPE

- Informer régulièrement les parents du cheminement scolaire de leur jeune:



- ❖ Rencontres de parents de 1^{re} secondaire à la mi-septembre,
- ❖ Bulletin inter-étape à la mi-octobre et à la fin avril,
- ❖ Portail COBA.

Remise du plan d'intervention de votre enfant dès le début de l'année (PI)



FAIRE ÉQUIPE

- Intégrer en douceur son nouveau milieu scolaire et se faire de nouveaux amis bibliothèque, gymnases, activités du midi...
- Prise en compte et valorisation des différences de chacun



**Vivre l'école
dans le respect de nos
différences!**



{ En Bref }

POUR SOUTENIR UNE TRANSITION SCOLAIRE DE QUALITÉ VERS LE SECONDAIRE

- 1. J'appuie mon enfant.**
- 2. Je fais équipe avec l'école.**
- 3. Je soutiens mon enfant dans ses travaux scolaires.**
- 4. Je parcours COBA régulièrement et le site de l'ÉSSJ. ●**



**MON ENFANT A
ENCORE BESOIN
DE MOI.**

Je l'encourage chaque jour.



RÉFÉRENCES

- Étude sur le soutien à la transition du primaire vers le secondaire, Nadia Desbiens, PHD et Groupe de recherche sur les environnements scolaires, Université de Montréal, 2010.
- 100 trucs pour améliorer vos relations avec les ados, Danie Beaulieu, PH.D, Les éditions Québec-Livres, 2014.
- Pensouillard le hamster, Dr Serge Marquis, Les éditions Transcontinental, 2011
- Le petit pensouillard: comment aider votre enfant à apaiser son mental, Dr Serge Marquis, Édito, 2023
- À chacun son stress, Sonia Lupien, Les éditions Va Savoir, 2019
- Vers le secondaire avec mon enfant pour un passage réussi!, Fédération des comités de parents du Québec, 2014.
- www.choixavenir.ca/parents
- <https://aidersonenfant.com>
- Centre d'études sur le stress humain (www.stresshumain.ca)
- Merci à Vincent Lépine pour sa collaboration.
- Allô prof (www.alloprof.qc.ca/)



DES QUESTIONS ?



DES QUESTIONS ?



- UNIMAGE - VÊTEMENTS SCOLAIRES
- Représentante: Mme Isabelle Brault
- Membre responsable de la Direction: M. Patrick Hébert
- unimage@essj.qc.ca
- Date limite pour commander les vêtements scolaires de votre enfant pour la prochaine année scolaire **est le 18 juin prochain**

