



Comment appuyer les élèves en réponse aux événements mondiaux

Les événements mondiaux, tels que les accidents, les catastrophes naturelles, les actes de violence collective, les troubles civils, les guerres et les conflits peuvent avoir un impact sur les individus, les classes, les écoles, les communautés et au-delà de celles-ci, selon leur nature et leur portée.

La façon dont les élèves réagissent aux événements varie. Le stade de développement, la proximité physique ou émotionnelle à l'événement et l'expérience antérieure de circonstances traumatisantes peuvent avoir une incidence sur la façon dont les élèves réagissent. Les réactions peuvent durer des jours, voire des semaines. En général, elles s'atténuent au fil du temps. Grâce aux mesures de soutien que nous mettons en place, on peut à titre d'adultes bienveillants, aider les élèves à exprimer leurs sentiments, valider leurs expériences, les rassurer et les aider à prendre du recul.

Réactions courantes aux événements mondiaux difficiles

- ↔ tristesse
- ↔ colère ou irritabilité
- ↔ anxiété
- ↔ distance sociale
- ↔ fatigue
- ↔ maux physiques
- ↔ manque de concentration
- ↔ absentéisme

COMMENT APPUYER LES ÉLÈVES À LA SUITE D'UN ÉVÉNEMENT MONDIAL

Maintenir un milieu d'apprentissage calme

- Sachez qu'en périodes difficiles, les réactions des adultes donnent le ton aux élèves.
- Privilégiez un rythme calme pour l'apprentissage ainsi que des délais souples, au besoin.
- Maintenez des routines normales et prévisibles.
- Réduisez l'importance et la durée des leçons formelles.
- Envisagez de reporter ou de changer le cours si le contenu du programme à l'étude est plutôt délicat.
- Utilisez des activités d'apprentissage qui vous permettent de circuler en salle de classe et de faire le point avec les élèves.
- Créez des espaces tranquilles en classe pour faciliter la réflexion et le dialogue
- Encouragez les élèves à limiter leur consommation de médias sociaux et d'informations télévisées.



Aider les élèves à gérer les émotions fortes à la suite d'un événement mondial difficile, et ce, tout au long de la journée scolaire

- Offrez aux élèves l'occasion d'entreprendre des discussions lorsque le moment leur convient plutôt que diriger la discussion au niveau de toute la classe.
- Écoutez attentivement pour comprendre comment les élèves perçoivent l'événement.
- Fournissez des explications factuelles sur les événements de manière adaptée à l'âge de l'élève.
- Calmez les inquiétudes, rappelez les procédures de sécurité et rappelez aux élèves qu'il y a des adultes bienveillants qui les appuieront.
- Validez les sentiments de tristesse, de colère, d'anxiété et aidez les élèves à reconnaître que ces émotions peuvent prendre du temps à s'atténuer.
- Encouragez les élèves à puiser dans leur spiritualité, leurs réseaux, leurs stratégies d'autosoins et d'autres sources de force.
- Modelez la compassion et les pratiques qui favorisent le bien-être et la santé mentale positive.
- Aidez les élèves à observer les moments de grâce, à reconnaître ceux qui viennent en aide, et à cerner les signes d'espoir.

Reconnaître lorsqu'un élève éprouve des difficultés et pourrait avoir besoin d'un soutien supplémentaire

- Dressez une liste des élèves qui pourraient être à risque en raison de leur proximité physique ou émotionnelle avec l'événement mondial, d'un traumatisme antérieur, etc.
- Surveillez ces élèves de plus près, en faisant le point avec eux tous les jours.
- Reconnaissez que même les élèves qui ne démontrent aucun lien avec l'événement ou qui ne paraissent pas vulnérables pourraient éprouver des difficultés.
- Surveillez les changements dans le comportement des élèves et (ou) les émotions qui sont excessives sur le plan de l'intensité et de la durée.
- Surveillez les signes indiquant que le comportement et (ou) les émotions des élèves interfèrent avec le fonctionnement quotidien à l'école.
- Si vous avez des préoccupations, notez vos observations et consultez le personnel approprié (p. ex., direction, personnel aux services de travail social ou de psychologie au conseil scolaire).
- Discutez de vos préoccupations avec l'élève d'une manière compatissante et adaptée à son âge.
- Utilisez les protocoles de l'école ou de la classe pour communiquer avec les familles, les tuteurs, ou les aidants naturels afin de discuter de vos observations et préoccupations.



Fournir des mesures d'adaptation en classe, au besoin

- Accueillez chaque jour les élèves qui pourraient être plus à risque d'une manière calme, attentionnée et intentionnelle.
- Présentez aux élèves qui éprouvent des difficultés les soutiens scolaires disponibles et comment ils peuvent y accéder.
- Créez des occasions qui vous permettent de faire le point discrètement avec les élèves et qui favorisent le dialogue.
- Maintenez les attentes scolaires, mais les adoucir si un élève semble dépassé.
- Aidez les élèves à terminer leurs travaux scolaires en morcelant les tâches pour qu'elles soient plus faciles à gérer, en les jumelant avec d'autres élèves, etc.
- Accordez plus de temps pour terminer les tests et les devoirs, au besoin.
- Encouragez les élèves à vous signaler s'ils rencontrent des difficultés et ont besoin de parler, ou s'ils veulent prendre du recul par rapport à une tâche.
- Aidez les élèves à participer aux activités qui peuvent faciliter la guérison (p. ex., écrire une carte, faire un don, etc.)

Aider les élèves en difficulté et leurs familles à accéder à un soutien plus intensif, au besoin

- Soyez au courant des mesures de soutien qui existent au niveau de l'école, du conseil scolaire et de la communauté.
- Soyez au courant du cheminement local pour accéder aux services.
- Travaillez avec l'équipe-école pour sensibiliser les parents, les tuteurs, et l'élève aux soutiens et aux services disponibles.
- Avec le consentement des parents ou des tuteurs, faites part de vos observations pour faciliter l'aiguillage et la planification du traitement.
- Continuez à fournir des mesures d'adaptation en classe aux élèves qui éprouvent des difficultés à la suite d'un événement mondial difficile.
- Utilisez les stratégies pédagogiques recommandées par le fournisseur de services.

PRENDRE SOIN DE SOI

N'oubliez pas de prendre soin de vous, pour votre bien-être et pour que vous puissiez mieux soutenir les élèves que vous servez. Prêtez attention à vos propres pensées et à vos sentiments, et au fait que les réactions de deuil peuvent durer plusieurs jours, voire plusieurs semaines.

- Profitez de l'occasion pour parler de la situation et de vos sentiments avec vos amis, votre famille, votre milieu culturel ou communauté de foi, ainsi que vos collègues.
- Conservez des horaires et des habitudes normaux.
- Assurez-vous de bien manger, dormir, jouer, faire de l'exercice et rire. Accordez-vous la permission de vous reposer.
- Adoptez des bonnes stratégies d'adaptation pour gérer votre chagrin, vos peurs, votre colère et vos inquiétudes.
- Demandez de l'aide. Ce n'est pas une expérience que vous devez affronter seul. Vous pouvez obtenir de l'aide par l'entremise du programme d'aide aux employés, consulter votre médecin de famille, ou communiquer avec une ligne d'écoute téléphonique. Espace Mieux-être Canada offre également des mesures de soutien susceptibles d'aider.

