

5

### « Les devoirs et les leçons : Mission possible! »

- Comment jouer votre rôle de parent lors de la période des devoirs et des leçons ?
- Comment superviser votre enfant sans vous culpabiliser ?
- Comment accroître l'autonomie et la motivation de votre enfant ?
- Comment aider votre enfant à développer des méthodes de travail efficaces ?

Afin de voir la période des devoirs et des leçons comme un plaisir et non une corvée, les participants seront appelés à analyser leurs propres comportements entourant les travaux scolaires de leurs enfants : qui fait quoi ? quelle est la responsabilité de chacun ? Ils verront l'importance de créer une alliance avec l'école. Enfin, des moyens pratiques et stratégiques seront abordés afin d'en tirer le meilleur parti car la mission est possible!

« Soyez un acteur et non un spectateur de la réussite de votre enfant! »

*Animateur : Robert Darche, enseignant, formateur et conférencier*

L'estime de soi doit être nourrie dès le plus jeune âge par les parents et les éducateurs. Lors de cet atelier, il sera question des quatre composantes de l'estime de soi : le sentiment de confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance à un groupe, le sentiment de compétence. Ces composantes sont décrites par le conférencier qui explique comment elles peuvent être transmises à l'enfant.

6

### « L'estime de soi »

Il y sera aussi question des attitudes éducatives positives dont la mise en œuvre permet à l'enfant d'acquérir une meilleure connaissance de sa valeur personnelle. Cet atelier démontre en quoi l'estime de soi est le plus précieux héritage que des parents peuvent léguer à un enfant. Un cadeau merveilleux qui lui servira, en quelque sorte, de passeport pour la vie.

*Animateur : Germain Duclos, psychoéducateur, orthopédagogue et auteur*

Pas facile d'être parent de nos jours! On nous exhorte à suivre les conseils nutritionnels pour une boîte à lunch santé, on nous rappelle à quel point le sport, la réussite scolaire et le développement de l'estime de soi sont essentiels au bien-être de nos enfants. Sans compter l'importance du lien d'attachement pour l'épanouissement de notre enfant. On nous encourage à nous informer davantage, à mieux nous outiller, à nous rendre plus disponible que jamais... tout en conciliant travail et vie familiale! Et le couple, lui reste-t-il une petite place? Et le parent seul, peut-il vraiment prendre soin de lui? ... Les exigences envers les parents sont élevées. L'enjeu? Le bonheur de nos enfants. Or, quel parent ne désire pas le bonheur de son enfant? Mais ce bonheur dépend-il de notre « performance » comme parent?

7

### « Être parent sans mode d'emploi »

L'enjeu? Le bonheur de nos enfants. Or, quel parent ne désire pas le bonheur de son enfant? Mais ce bonheur dépend-il de notre « performance » comme parent?

*Animatrice : Michèle Lambin, travailleuse sociale, intervenante, thérapeute, formatrice, conférencière*

Cette conférence présente aux parents des écoles secondaires différentes stratégies et attitudes pouvant être adoptées pour aider leur adolescent dans leurs études : la motivation, l'organisation des études, la supervision, les stratégies d'étude active, la concentration, les exigences, la volonté pour un changement.

8

### « Comment favoriser la réussite scolaire de mon ado »

Les parents assistant à cette conférence seront en mesure d'évaluer leurs propres stratégies et de les changer s'il y a lieu. Enfin, les participants seront à même de constater l'importance de faire alliance avec l'école pour favoriser la réussite scolaire de leur jeune au secondaire.

*Animateur : Jean Bourque, M. Éd., orthopédagogue formateur, conférencier, et auteur. Intervenant à Éducation Coup-de-Fil*

À travers cet atelier, le parent se sensibilise et acquiert de l'information sur l'intimidation et la cyberintimidation (conséquences, signaux) ainsi que des outils de savoir-être et de savoir-faire lui permettant de s'impliquer au niveau de la prévention des gestes d'intimidation. C'est à travers l'acquisition de ces informations et de ces outils qu'il pourra choisir le rôle qu'il souhaite jouer auprès de son enfant, que celui-ci soit victime ou témoin d'intimidation ou qu'il pose lui-même les gestes intimidants. C'est en prenant une part active dans ce que vit son enfant sur le plan de la violence et de l'intimidation que le parent peut, lui aussi, dire NON à l'intimidation.

*Animatrice : Christelle Charbonneau, LigneParents*

Afin de permettre aux parents de dépister tôt les signes avant-coureurs d'une psychose chez leur enfant, Odette Beaudoin, présidente de la Société québécoise de la schizophrénie et mère d'un personne atteinte informera les parents sur la schizophrénie, sa prévalence, ses phases, ses symptômes et, sur l'interaction entre drogues et maladie mentale. Tout en ponctuuant son discours d'anecdotes vécues, elle soulignera aussi l'importance d'intervenir rapidement pour réduire les effets négatifs de la maladie et favoriser un niveau de rétablissement qui permettra à leur enfant d'avoir accès à une vie satisfaisante.

*Animateur : Odette Beaudoin, LL. L., M.P.S.*

## Horaire des ateliers

7h30 à 8h30	Accueil
8h30 à 8h50	Mot de bienvenue
9h00 à 10h15	Ateliers
10h15 à 10h30	Pause groupe A
10h30 à 10h45	Pause groupe B
10h45 à 12h00	Ateliers
12h00	Fin des ateliers

## Site des ateliers

École Marguerite-De-Lajemmerais  
5555, rue Sherbrooke Est  
(coin Boulevard de l'Assomption)

Stationnement extérieur,  
Entrée par le boulevard de l'Assomption



Comité central des parents

# Favoriser l'estime de soi ... pour leur réussite

Ateliers de formation offerts à l'ensemble des parents de la Commission scolaire de Montréal

Organisés par le Comité central des parents de la Commission scolaire de Montréal

Le samedi 7 novembre 2009, de 7h30 à 12h00

École Marguerite-De-Lajemmerais  
5555, rue Sherbrooke Est  
(coin boulevard de l'Assomption)



Commission scolaire de Montréal

# FORMULAIRE D'INSCRIPTION

## IDENTIFICATION (EN LETTRES MOULÉES SVP)

Nom \_\_\_\_\_

Prénom \_\_\_\_\_

Nom de l'école \_\_\_\_\_

Tél. à la maison \_\_\_\_\_

Tél. au travail \_\_\_\_\_

Courriel \_\_\_\_\_

INDIQUEZ VOTRE CHOIX D'ATELIER PAR ORDRE DE PRÉFÉRENCE - Les ateliers sont d'une durée de 3 heures  
1<sup>er</sup> choix \_\_\_\_\_

2<sup>e</sup> choix \_\_\_\_\_

Utilisez le formulaire en ligne à l'adresse :  
[www.csdm.qc.ca/ccp](http://www.csdm.qc.ca/ccp)

ou retournez ce coupon-réponse avant le 26 octobre 2009, à l'une des adresses suivantes:

**Courrier postal**  
Comité central des parents  
CSDM  
3737, rue Sherbrooke Est  
Montréal (Québec)  
H1X 3B3

**Courrier interne**  
Comité central des parents  
629 000

**Télécopieur:**  
514-596-6385

Pour plus d'informations:  
514-596-6000 poste 6388 ou  
[ccp@csdm.qc.ca](mailto:ccp@csdm.qc.ca)

## MOT DE LA PRÉSIDENTE

*Pour la deuxième année, le Comité central des parents de la Commission scolaire de Montréal est heureux de vous offrir, sous le thème **Favoriser l'estime de soi ... pour leur réussite**, une série d'ateliers de formation qui se dérouleront durant une demi-journée.*

*La réussite et l'estime de soi de nos enfants est ce qui nous tient le plus à coeur. Est-ce que mon enfant peut réussir sans l'estime de soi ? Qu'est-ce que l'estime de soi et quel rôle a-t-il dans sa réussite? Comment arriver à faire en sorte que mon enfant gagne l'estime de soi??*

*Comme parents, il est parfois difficile de trouver des solutions aux problèmes rencontrés par nos jeunes autant à l'école que dans la vie de tous les jours. Trop souvent, on se sent impuissant devant nos jeunes qui sont désemparés face à la vie scolaire ou à la vie tout simplement.*

*Cette journée vous permettra, sans aucun doute, de trouver des réponses et des solutions aux nombreuses problématiques vécues par vos enfants.*

*La dizaine d'ateliers offerts toucheront sûrement quelques-unes de vos préoccupations du moment: du tout-petit inquiet de ses premiers pas à l'école à votre ado en pleine recherche de lui-même et de ses intérêts futurs ...*

*Je vous invite à consulter le programme des ateliers, pour en connaître les détails. Vous y trouverez sûrement un atelier qui saura susciter votre intérêt. Cette matinée vous est offerte gracieusement pour vous donner l'occasion d'échanger avec d'autres parents et des spécialistes de l'éducation et du milieu scolaire.*

*Je profite de cette tribune pour remercier les parents bénévoles qui ont contribué à faire de cette matinée une réussite.*

*Au plaisir de vous rencontrer lors des ateliers.*

Lynda Laurencelle

L'estime de soi constitue le fondement de la personnalité de notre enfant et détermine la couleur qu'il donne à tous les aspects de sa vie : son comportement, son intérêt pour une matière et l'étude, donc ses capacités d'apprentissage, son autonomie, son ouverture aux autres et à la communication, son hygiène, son humeur...ainsi de suite.

Dans cet atelier, nous ciblerons :

### 1 « L'estime de soi de l'enfant : une priorité »

- 1) D'abord, **reconnaître** le potentiel et les limites de notre influence sur son estime personnelle.
- 2) Ensuite, quoi **éviter** pour ne pas diminuer son niveau actuel d'estime de soi.
- 3) Enfin, que pouvons nous **faire** pour le relever.

En tant que parents responsables, nous sommes en meilleure position que jamais pour favoriser l'estime de soi; il existe aujourd'hui une panoplie d'outils pratiques, de trucs efficaces et d'approches qui fonctionnent afin de guider nos pas sur le chemin éclairé que prendrons dans cet atelier.

*Animateur : Serge Lanoue, Formateur – Conférencier - Hypnothérapeute*

La motivation scolaire est un sujet complexe, car beaucoup de facteurs l'influencent, particulièrement lors de l'adolescence. Cette période apporte son lot de changements hormonaux, physiques et psychologiques qui conduiront l'adolescent à définir son caractère et son identité propre. Ces changements sont souvent difficiles à vivre au quotidien pour les jeunes comme pour les parents. Mais il ne faut pas oublier que ces derniers, tout comme les enseignants, ont un rôle central envers la motivation de leurs jeunes, aussi important qu'à l'école primaire.

### 2 « La motivation scolaire le rôle des parents »

Lors de cette atelier, je vous aiderai d'abord à mieux comprendre ce qu'est la motivation à l'adolescence. Ensuite, nous discuterons de moyens concrets à mettre en place au quotidien pour la soutenir dans la vie scolaire et sociale de votre enfant. Par ailleurs, il va de soi que les propos de notre rencontre vous mettront certainement face à une belle remise en question à aborder avec un zeste d'humilité. En ce sens, nous aborderons également l'impact de vos perceptions, de vos peurs et de vos attitudes en regard de l'éducation de votre jeune. Car, en bout de ligne, le facteur le plus important de la motivation scolaire d'un adolescent et de sa réussite est la qualité du lien que l'on entretient avec lui.

*Animateur : Emmanuel Bernet, enseignant à la CSDM et préparation d'un doctorat en psychopédagogie*

Une approche simple, très efficace, qui tient compte de vécu réel des parents d'aujourd'hui.

### 3 « Comment développer l'autonomie et la responsabilité chez mon enfant et chez mon adolescent... pour ne plus avoir à intervenir inutilement »

Amener un enfant à maturité et lui permettre de développer sa propre autonomie et la responsabilité n'est-il pas le plus beau cadeau que l'on puisse transmettre à un enfant? Comment faire pour atteindre ces buts, c'est ce que vous suggère cette conférence : des moyens concrets vous seront transmis. Vous serez surpris de l'efficacité du mode d'emploi proposé!

Le parent y apprendra à pratiquer des moyens qui permettront à l'enfant ou l'adolescent de développer l'assurance, la détermination, la confiance en soi, l'estime personnelle, le respect et l'amour véritable de lui-même pour devenir responsable.

Nous y développerons aussi l'escalier de l'apprentissage, une piste évolutive facilement applicable et qui permet à l'enfant de vivre de nombreuses réussites.

Un héritage à léguer en étant un modèle, où tous y gagnent : parents, enfants et tout l'entourage.... Pour vivre avec plus de joie mon rôle de parent et ne plus avoir à intervenir inutilement!

*Animatrice : Nahalie Desautels, Maître formateur  
Les formations COMMUNIQUE INC*

Les outils qui y sont proposés, permettront au parent de

### 4 « 8 Moyens efficaces pour réussir mon rôle de parent »

- Créer un climat familial empreint de chaleur humaine
- Obtenir plus facilement la complicité de l'enfant, sa coopération et son implication
- Avoir plus d'influence sur son enfant, pour se faire écouter ou transmettre des valeurs essentielles
- « Récupérer », de se reprendre; recréer un lien de complicité si actuellement, il vit une relation d'éloignement avec son enfant

Cette méthode évolutive est un outil de transformation qui a un impact sur toute la dynamique familiale. En effet, les outils qui y sont proposés auront un impact autant sur votre enfant, que sur vous-même et les personnes avec qui vous êtes en relation. Il s'agit d'un guide pour comprendre et instaurer une relation harmonieuse et respectueuse entre tous, soit : parent-enfant, parent-parent et enfant-enfant.

*Animatrice : Hélène Renaud, formatrice, conférencière  
Les formations COMMUNIQUE INC*