

Enseigner les habiletés sociales et émotionnelles afin d'outiller nos enfants pour la vie et assurer leur santé mentale

Dans une perspective d'école inclusive, depuis maintenant 4 ans, l'école Atelier a pris un virage préventiviste afin d'assurer la réussite du plus grand nombre d'élèves en lecture et en écriture. Au préscolaire et au 1^{er} cycle du primaire (et éventuellement à tous les cycles), nous nous référons de plus en plus au modèle d'intervention à 3 niveaux, appelé Réponse à l'intervention (RAI). Ce modèle nous permet de planifier nos interventions pédagogiques en littératie avec une intention d'exposer nos jeunes élèves aux facteurs de protection qui assurent davantage leur réussite scolaire. Il propose aussi que nous intervenions de manière efficace pour tous les élèves en faisant d'abord une analyse de leurs besoins à partir d'observations ciblées, mises en lumière par la recherche en éducation. De plus, il vise à ce que nous exposions les élèves aux meilleures pratiques d'enseignement expérimentées ou documentées. Les chercheurs soulignent qu'à ce premier palier d'interventions, environ 80 % des élèves y répondront positivement. Dans un 2^e temps, pour les 20 % autres élèves, il est conseillé d'intervenir intensivement en sous-groupes d'élèves ciblés. Mais avant, ces interventions sont réfléchies, choisies et élaborées en communauté d'apprentissage professionnelle (enseignants, orthopédagogue, enseignante ressource, direction...) à partir de données recueillies auprès des élèves (dépistages). Parmi les élèves qui bénéficient du 2^e palier d'interventions, théoriquement, 5% d'entre eux auront besoin d'interventions plus spécialisées et individualisées, d'intensité plus soutenue.

À l'école Atelier, depuis les dernières années, lorsque nous nous arrêtons pour faire les portraits de nos élèves, nous observons que nous avons des impacts positifs visibles sur leurs apprentissages en lecture et en écriture. Toutefois, nous observons également que beaucoup de nos élèves présentent des lacunes en matière d'habiletés sociales et émotionnelles et que cela peut parfois avoir un impact négatif sur leurs apprentissages académiques. Alors que nous avons l'habitude d'enseigner les habiletés sociales seulement à des élèves ciblés (qui présentent souvent des difficultés de comportement) en les faisant participer à des ateliers de travail à l'extérieur de la classe, nous avons soulevé le fait que ces enseignements seraient bénéfiques pour tous nos élèves. Dès lors, nous pensons qu'il serait avantageux d'enseigner explicitement et systématiquement des habiletés sociales et émotionnelles dans une perspective de RAI. Encore une fois, la recherche nous apprend aujourd'hui qu'en intervenant tôt auprès de l'ensemble des élèves, nous pouvons prévenir significativement d'éventuels problèmes de santé mentale (trouble d'anxiété, dépression, etc.).

Notre volonté d'enseigner des habiletés sociales et émotionnelles en contexte de RAI auprès des jeunes élèves du préscolaire 5 ans et du 1^{er} cycle du primaire nous demande de réfléchir à l'enseignement universel que nous pouvons leur offrir (leçons ciblées, exercices, outils, etc.) et de prévoir un 2^e niveau d'interventions (intensification) auprès d'élèves avec de plus grands besoins. Nous pensons aussi que pour réussir à agir en prévention auprès de l'ensemble des élèves, il faut

agir en collaboration. Ainsi la sensibilisation et la formation de tous les intervenants, incluant les parents, sont des actions à prioriser afin d'arrimer les pratiques et de les intensifier.

Cette année, en collaboration avec la Dre Julie Jomphe, psychiatre à l'hôpital Pierre-Le Gardeur et spécialiste de la thérapie comportementale dialectique (TCD), nous désirons mettre nos champs d'expertise en commun (ceux du domaine de la santé et ceux du domaine de l'éducation). Spécialiste auprès d'une clientèle en difficulté avec la régulation de leurs émotions depuis plusieurs années, Dre Jomphe et plusieurs professionnels du milieu de la santé sont investis de l'idée que ce qu'ils enseignent comme outils à cette clientèle adulte aurait avantage à être enseignés dès le plus jeune âge scolaire afin de prévenir la maladie mentale.

Ainsi, Dre Jomphe est à la recherche d'un projet pilote. Elle propose de s'associer à notre école. Elle désire d'abord fournir et modeler des leçons auprès de l'équipe des enseignants et des intervenants qui seraient enseignées aux élèves dans un modèle de la RAI. Ces leçons aborderaient la pleine conscience, l'identification et la gestion des émotions et éventuellement le développement des habiletés relationnelles. De plus, elle croit que d'outiller les parents pour accompagner leurs enfants dans cette éducation de la gestion des émotions et des habiletés sociales et relationnelles est un incontournable pour la prévention. Informer et outiller les parents permettrait également à ce qu'ils participent plus consciemment et utilement à soutenir l'école dans l'intensification des interventions.

Document de travail présenté au conseil d'établissement de l'école Atelier le 14 novembre 2018
par Kim Marleau, directrice