

Apaiser les élèves... en bougeant!

Par Tania Di Sei, La Voix de l'Est

9 mars 2024 à 04h00



L'école primaire Roger-LaBrègue a développé des ateliers pour apaiser les enfants afin de favoriser leur concentration et de développer leur sentiment de sécurité. (Catherine Trudeau/La Voix de l'Est)

À la suite des journées de grève des enseignants en décembre dernier, l'école primaire Roger-LaBrègue d'Acton Vale a profité du plan de rattrapage du gouvernement pour mettre sur pied un programme pour aider les enfants à besoins particuliers.

Des ateliers sur la gestion des émotions et les habiletés sociales ont été proposés par la directrice de l'établissement scolaire, Sylvie Gagnon. Accompagnée de Julie Loranger, une enseignante qui détient

une maîtrise en «Réflexes primitifs», Mme Gagnon a donné naissance à une série d'activités lors de la semaine de relâche.

«Les réflexes primitifs, ce sont les mouvements involontaires que le corps fait par survie. On n'y réfléchit pas pour le faire : bouger un bras, ouvrir la bouche, bouger une jambe [...]. Donc à partir du moment où il y a un réflexe, ça demande énormément d'énergie à l'enfant de venir contrôler ce réflexe-là en plus d'effectuer une tâche comme l'écriture», a expliqué la spécialiste invitée, Carla Kirche-Bachevalier, qui a animé des ateliers chaque jour pendant la semaine de relâche.



Carla Kirche-Bachevalier, spécialiste en réflexes primitifs (Catherine Trudeau/La Voix de l'Est)

Depuis l'automne, le corps professoral a remarqué que les élèves avaient surtout besoin d'apaisement. Les ateliers avaient donc pour objectif de travailler le corps pour pouvoir permettre à l'enfant de gagner en confort et d'être ensuite plus disposé à apprendre.

Les éducatrices spécialisées qui étaient sur place ainsi que la directrice ont présenté les activités aux parents afin que ceux-ci les reproduisent à la maison avec leurs enfants.

«On est vendredi et déjà, j’ai vu la différence. Ma fille ce matin était super calme, c’était pas comme ça avant! Elle a appris beaucoup de choses et ça va paraître à la maison!»

— Annie Cournoyer, une maman présente aux activités pour ses enfants

Sa fille, Maély, en cinquième année, a elle aussi ressenti les bienfaits sur son corps. «J’ai moins de misère à dormir!», a-t-elle dit en ajoutant qu’elle trouvait ça «vraiment le *fun*».

«Les parents voient déjà un changement à la maison. Ils disent déjà qu’il y a moins de crises! Les enfants ont plus de moyens pour s’apaiser et ils ont de meilleures réactions», a souligné Mme Gagnon.



Des activités ont été organisées pendant la semaine de relâche à l'école Roger-LaBrègue afin d'apaiser les élèves. (Catherine Trudeau/La Voix de l'Est)

L'objectif idéal de l'école Roger-LaBrègue est de pouvoir continuer à offrir ces activités aux jeunes en ciblant ceux qui y ont participé durant la semaine de relâche. Le suivi sera assuré par les enseignants en observant s'il y a des changements au niveau du comportement de l'enfant, au cours des prochaines semaines.

«Ce qu'on voudrait, c'est qu'à chaque début de journée et qu'à chaque retour de diner, ces routines-là soient maintenues tout au long de l'année», espère Mme Gagnon.

Au mois de mai prochain, une formation sera offerte à l'ensemble du personnel de l'école.

Pas moins de 33 enfants ont bénéficié de ce programme durant la relâche.