

# La Pensée

## de Bagot

3 AVRIL 2024 - 07:00

## Des routines d'apaisement qui font la différence à l'école Roger-LaBrèque

Par: Adaée Beaulieu



Des élèves en pleine séance d'apaisement. Photos François Larivière | La Pensée ©

Massage des oreilles, mouvements des jambes, maintien d'une position du corps, voici quelques exemples d'exercices effectués par des élèves de l'école primaire Roger-LaBrèque, à Acton Vale, lors d'une routine d'apaisement au retour de l'heure du dîner. Il s'agit d'un programme instauré lors de la relâche grâce à des fonds octroyés par le ministère de l'Éducation pour le rattrapage des journées de grève. L'établissement a décidé de poursuivre ce programme.

Quelques semaines avant la relâche, l'école a reçu une somme de 15 000 \$ pour le volet relâche et pour les élèves ayant des besoins particuliers. La directrice Sylvie Gagnon a tout de suite réfléchi aux retards principaux qui avaient pu être causés par les quelques journées de grève. Pour elle, il était essentiel de travailler sur les habiletés sociales et la gestion des émotions qui sont aussi les plus grandes faiblesses des élèves qu'elle constate quotidiennement.



L'enseignante spécialisée dans les réflexes primitifs, Julie Loranger, la technicienne en éducation spécialisée qui a pris part au projet, Édith Cabana, et la directrice de l'école Roger-LaBrègue à Acton Vale, Sylvie Gagnon.

Mme Gagnon a d'abord pensé aux jeux de société pour travailler les fonctions exécutives, c'est-à-dire l'ensemble des mécanismes mentaux qui permettent de contrôler les pensées, les actions et les émotions, par exemple, la planification, la flexibilité mentale et l'inhibition. « Je ne voulais pas que ce soit quelque chose de lourd. Je voulais que les élèves puissent s'amuser et se reposer », a-t-elle mentionné.

Puis, Julie Loranger, une enseignante de cinquième année qui a fait sa maîtrise sur les réflexes primitifs, c'est-à-dire sur les mouvements involontaires et automatiques déclenchés par des stimulus, lui a proposé de travailler cet aspect. Comme elle l'a expliqué à LA PENSÉE, certains réflexes doivent être abandonnés avec l'âge et d'autres développés. Or, plusieurs enfants ont des lacunes à ce niveau, notamment en raison des écrans qui limitent le développement de leur motricité. Concrètement, les élèves peuvent avoir de la difficulté à passer une balle d'une main à l'autre sans les joindre, à ramper en utilisant leurs mains et leurs pieds, à écrire, à lire et peuvent aussi être agités.

La directrice a donc décidé d'inviter à l'école pendant la relâche des élèves ayant des besoins particuliers afin de faire des exercices pour développer ces réflexes. Ce sont donc 33 enfants qui ont été présents.

### **Impliquer les parents**

Le lundi, la journée a été consacrée à la famille afin d'inclure les parents et la fratrie. Les parents ont pu bénéficier d'une formation d'une heure et demie avec une consultante en réflexes primitifs, Carla Kirche-Bachevalier. Des membres du personnel volontaires, dont l'enseignante Julie Loranger et la technicienne en éducation spécialisée Édith Cabana,, ainsi que six étudiantes dans ce domaine, étaient aussi présentes. « Le but était que les parents puissent reproduire ces exercices à la maison avec leurs enfants », a expliqué la directrice.

Puis, du mardi au vendredi, les jeunes se sont également présentés mais cette fois seuls, de 9 h à 11 h. Une période de 45 minutes était consacrée aux réflexes primitifs et une autre aux habiletés sociales, le tout entrecoupé d'une pause.

Puisque les fonds pour le rattrapage sont disponibles jusqu'à la prochaine rentrée scolaire, les parents ont aussi été conviés à une autre formation avec Julie Loranger, le 22 avril. Tout le personnel recevra également la formation de Mme Kirche-Bachevalier, le 17 mai. « Nous ne pouvons pas adhérer à ce programme si nous ne le comprenons pas », a affirmé la directrice.

### **Mobiliser les élèves**

Depuis la relâche, les enseignants commencent à inclure une routine d'apaisement une à deux fois par jour. Un élève et un membre du personnel ayant été présents durant la semaine de relâche sont jumelés pour présenter la façon de faire à une classe. Le but est que les séances soient encore plus fréquentes à la rentrée. D'ici là, les enseignants ont une grille d'observation qualitative à remplir pour voir l'impact d'un tel ajout dans la journée. Déjà, la

directrice a constaté que le retour au calme se faisait plus rapidement après une crise. « J'ai vraiment été impressionnée par la routine d'apaisement. Nous avons beaucoup d'élèves réactifs, par exemple, parce que leurs besoins ne sont pas comblés, et j'ai vu comment ça les calmait. Je m'étais dit : "Pourquoi ne pas l'essayer?" et là, je vois que nous tenons vraiment quelque chose », a-t-elle mentionné.

Un des défis de l'école Roger-LaBrèque est également que les élèves y entrent en première année. Comme l'a expliqué la directrice, il s'agit donc d'une double transition pour les élèves arrivant de la maternelle de l'école Sacré-Cœur.

Afin de faciliter cette transition, Sylvie Gagnon a prévu d'organiser une prérentrée, les 19, 20 et 21 août. Elle invitera les nouveaux enfants et leurs parents à une formation sur les réflexes primitifs. Les élèves pourront ensuite entrer dans une école où les routines d'apaisement seront aussi au point.