



Le bien-être mental de votre enfant



et l'enseignement à distance

L'école à distance est une nouvelle expérience pour nous tous. Cela veut dire que les parents, les enseignants et les élèves devront inévitablement faire face à des obstacles et à des difficultés. Et si l'on peut avoir l'impression que tout ce qui se rapporte à l'apprentissage a changé, ce qui n'a pas changé c'est l'importance des relations.

Voici 4 conseils pour appuyer le bien-être mental de votre enfant et favoriser une expérience d'apprentissage à distance positive.

POINTE
#1

Aider votre enfant à comprendre qu'il y aura des problèmes.

Maîtriser de nouveaux outils technologiques signifie surmonter les inévitables contretemps et frustrations. Il n'est tout simplement pas réaliste de s'attendre à ce que tout fonctionne comme sur des roulettes tous les jours. C'est une bonne idée d'élaborer ce plan à l'avance, plutôt que d'essayer de trouver des solutions au moment où tout le monde se sent stressé.

POINTE
#2

Rappelez à votre enfant qu'il n'est pas le seul à éprouver des difficultés.

Vous ne voulez pas que votre enfant pense que tous les autres élèves de la classe trouvent cela facile et que seul lui a des difficultés. Il y a de fortes chances que ce ne soit pas le cas. Encouragez votre enfant à comparer ses notes avec celles de certains de ses camarades de classe et partagez certaines de vos propres expériences en travaillant dans des situations frustrantes mettant en jeu la technologie.

POINTE
#3

Reconnaissez qu'il n'existe pas de solution passe-partout à l'apprentissage en ligne.

Non seulement chaque enfant apprend à sa propre manière, mais les enseignants doivent développer tout un ensemble de nouvelles compétences afin de faire participer les élèves à l'apprentissage en ligne. La situation est vraiment difficile pour tout le monde. Pensez à aider l'enseignant de votre enfant à avoir une idée de ce qu'est votre enfant en tant que personne. En sachant quels types de sujets, d'activités et d'objets sont particulièrement intéressants pour votre enfant, l'enseignant pourra plus facilement le faire participer à distance.

POINTE
#4

Continuez à faire de la santé mentale de votre enfant une priorité.

Les enfants ne peuvent apprendre que s'ils se sentent en sécurité. Répondre aux besoins de santé mentale de votre enfant est donc un moyen efficace de soutenir son apprentissage tout en améliorant sa qualité de vie. Il est normal de faire de la santé mentale de votre enfant la priorité alors que vous continuez à exercer votre rôle de parent pendant une période étrange et incertaine.

