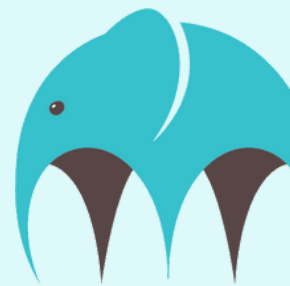


Comprendre et gérer les difficultés liées à l'assiduité scolaire



Nous comprenons combien il peut être difficile pour les familles d'avoir un enfant qui rencontre des difficultés d'assiduité scolaire. En tant que parents et tuteurs, nous savons que, dans la plupart des cas, nos enfants ont besoin d'aller à l'école. Ce ne sont pas seulement les études qui comptent, mais l'école est aussi le lieu où ils apprennent énormément sur la socialisation et le développement de relations au-delà de leur famille.

Lorsque nos enfants ont des difficultés, cela peut avoir des répercussions sur toute la famille. Par exemple, de nombreux parents et aidants de nos [groupes de soutien par les pairs de PCMH](#) ont partagé qu'ils finissent souvent par être en retard au travail ou qu'ils ont dû s'absenter complètement du travail, ce qui peut être très stressant. Nous savons à quel point cela peut être difficile. C'est pourquoi nous avons consulté nos experts en santé mentale pour enfants et adolescents afin de connaître leurs meilleurs conseils pour aider les familles dont les enfants et les adolescents ont des difficultés d'assiduité scolaire.

Quel est le contenu de cette ressource ?

- Qu'est-ce que l'absentéisme scolaire chronique ?
- Pourquoi l'assiduité scolaire est-elle importante ?
- Quelles sont les causes de l'absentéisme scolaire chronique ?
- Quel est l'impact sur les familles ?
- Comment puis-je soutenir mon enfant ou mon jeune qui a des problèmes d'assiduité à l'école ?
- Où puis-je obtenir de l'aide ?



Qu'est-ce que l'absentéisme scolaire chronique ?

Que votre enfant manque occasionnellement l'école, soit souvent en retard ou saute les cours, les problèmes d'assiduité peuvent avoir des conséquences néfastes sur les enfants, les jeunes et les familles, en particulier lorsque les absences deviennent fréquentes, prolongées ou persistantes.

La plupart des écoles considèrent qu'un·e élève est chroniquement absent·e lorsqu'il·elle manque 10 % ou plus de l'année scolaire, soit environ 19 jours, mais il n'y a pas de règle stricte. Même quelques jours d'absence peuvent signifier des occasions manquées d'apprendre, de progresser, de nouer des liens avec les autres et d'accéder à des aides scolaires importantes.

Les absences sont souvent qualifiées d'absences justifiées (comme pour un rendez-vous chez le médecin) ou d'absences injustifiées (comme le fait de sauter les cours sans permission). Mais il est important de se rappeler que toutes les absences ont leur importance, car à long terme, elles peuvent avoir un impact sur les résultats scolaires et le bien-être des jeunes. Afin de mieux comprendre les problèmes d'absentéisme scolaire, Heney et ses collègues (2019), chercheurs dans ce domaine, décrivent quatre grands types de problèmes d'absentéisme :

- **Évitement scolaire** : Lorsqu'un enfant manque l'école en raison d'anxiété ou d'autres problèmes émotionnels ou de santé mentale.
- **Retrait de l'école** : Lorsque les parents gardent leur enfant à la maison, par exemple parce qu'ils s'inquiètent du soutien scolaire ou en raison de responsabilités familiales.
- **Exclusion de l'école** : Lorsqu'un enfant est renvoyé temporairement, définitivement, ou qu'on l'empêche de fréquenter l'école.
- **École buissonnière** : Lorsqu'un enfant s'absente de l'école sans autorisation et n'en informe pas ses parents/tuteurs ou l'école, voire tente de dissimuler son absence.

Parfois, les problèmes d'assiduité d'un·e élève relèvent de plusieurs de ces catégories. Quelle que soit la raison, une assiduité régulière est importante pour l'apprentissage et le succès à long terme.

Pourquoi l'assiduité scolaire est-elle importante ?

Fréquenter régulièrement l'école aide les enfants et les jeunes à apprendre, à nouer des amitiés et à développer d'importantes compétences sociales et émotionnelles. C'est également là que de nombreux jeunes ont accès à des éléments essentiels tels que des repas sains, des activités physiques et des services de santé, y compris un soutien en matière de santé mentale.

En prenant de bonnes habitudes en matière d'assiduité dès le plus jeune âge, on prépare le terrain pour une assiduité régulière à mesure que les enfants grandissent. À l'école secondaire, une assiduité constante est associée à la réussite scolaire et à de meilleures perspectives d'avenir.

Lorsque les enfants manquent trop souvent l'école, ils peuvent prendre du retard tant sur le plan scolaire que social. Ils peuvent commencer à se sentir déconnectés et désengagés, ce qui peut affecter leur confiance et leur bien-être général. Lorsque les jeunes manquent beaucoup l'école, il peut être difficile pour eux d'y retourner. Ils peuvent se sentir anxieux ou accablés, et plus leur absence est longue, plus il leur est difficile de rattraper leur retard ou de profiter des opportunités et du soutien que l'école peut leur offrir.

Quelles sont les causes de l'absentéisme scolaire chronique ?

Il existe de nombreuses raisons pour lesquelles les enfants manquent l'école. Certains enfants et adolescents sont confrontés à des problèmes de santé physique ou mentale, tels que l'anxiété, la dépression ou une maladie, qui peuvent les empêcher de sortir de la maison le matin. D'autres enfants peuvent avoir des difficultés d'apprentissage ou de développement qui rendent l'école pénible ou accablante.

Si un·e enfant ou un·e adolescent·e est victime d'intimidation ou a des problèmes avec ses ami·es ou le personnel scolaire, il·elle peut tenter d'éviter complètement l'école. Le stress familial, tel qu'une séparation, une maladie ou le fait de devoir prendre soin de frères et sœurs plus jeunes, peut également avoir une incidence sur l'assiduité scolaire. Pour certaines familles, l'instabilité du logement ou le manque de fiabilité des moyens de transport peuvent rendre très difficile le trajet quotidien vers l'école.

Vous pouvez consulter notre ressource [Comprendre l'intimidation et gérer ses répercussions](#) pour en apprendre plus sur comment soutenir votre enfant ou votre jeune s'ils sont victimes d'intimidation OU s'ils ont des comportements d'intimidation.

L'école peut représenter un défi pour bien des raisons, et pour certaines familles, il existe d'autres obstacles qui peuvent rendre les choses encore plus difficiles.

Si votre famille est nouvellement arrivée au Canada, fait partie du système d'accueil, parle une autre langue que l'anglais à la maison ou s'identifie comme autochtone, noire ou racialisée, vous pourriez faire face à des défis particuliers pour vous orienter dans le système scolaire. Ces difficultés peuvent parfois augmenter l'absentéisme scolaire.

L'absentéisme scolaire est rarement dû à un seul facteur : il résulte souvent d'une combinaison de problèmes personnels, familiaux, sociaux ou systémiques. C'est pourquoi il est important de discuter avec votre enfant ou votre adolescent et d'essayer de comprendre ce qui pourrait l'empêcher d'aller à l'école. Vous n'avez pas à vous débrouiller seuls : il existe des soutiens qui peuvent vous aider. Prendre contact avec un·e enseignant·e de confiance, un·e assistant·e social·e scolaire ou une organisation communautaire peut être un bon premier pas.

Voici quelques ressources supplémentaires qui pourraient vous être utiles :

- La Commission ontarienne des droits de la personne a rédigé un rapport sur le racisme et la discrimination systémiques anti-noirs dans le système d'éducation publique de l'Ontario. Vous pouvez [lire le rapport](#) pour en apprendre plus.
- Vous pouvez contacter le/la responsable de [l'éducation autochtone](#) de votre conseil scolaire pour obtenir de l'aide. Chaque conseil scolaire de l'Ontario en a un·e.
- Les écoles de l'Ontario disposent de membres du personnel appelés [Travailleurs d'établissement dans les écoles \(TÉE\)](#), qui peuvent aider les élèves nouvellement arrivés et leurs familles à s'intégrer dans les écoles et les communautés.

Quel est l'impact sur les familles ?

Lorsque votre enfant ou votre adolescent éprouve des difficultés, cela peut avoir des répercussions sur toute la famille. Par exemple, les parents et les aidants naturels peuvent arriver en retard au travail ou devoir prendre congé pour s'occuper de leur enfant, assister à des réunions ou gérer des matins difficiles, ce qui peut être stressant et entraîner des difficultés financières. Les familles peuvent également recevoir des appels de l'école, ce qui ajoute au fardeau déjà lourd de gérer cette situation. Les frères et sœurs peuvent également être touchés par les changements dans les habitudes quotidiennes ou le stress familial.

De nombreuses familles disent se sentir stressées, débordées, honteuses, coupables, en colère, frustrées ou désespérées quant à l'avenir de leur enfant en raison de ces difficultés. Vous pouvez consulter notre ressource [L'expérience des frères et sœurs](#) pour en savoir plus sur le soutien aux frères et sœurs d'enfants ou de jeunes ayant des problèmes de santé mentale.

Il est important que vous preniez conscience de vos propres sentiments et de trouver des moyens de les gérer afin de pouvoir soutenir au mieux votre famille. Bâtir un réseau de soutien fiable est un excellent moyen d'y parvenir.

de **PARENT**
à **PARENT**

Voici quelques moyens de créer un réseau de soutien fiable :

- Faites appel à **vos voisins, vos amis et votre famille** pour qu'ils prennent régulièrement de vos nouvelles. Planifiez les moyens concrets par lesquels ils peuvent vous aider (par exemple, en vérifiant que tout va bien avec vos enfants pendant que vous êtes au travail).
- Entrez en contact avec des **communautés culturelles et/ou confessionnelles**.
- Entrez en contact avec **d'autres familles qui ont vécu des expériences similaires**, qui peuvent vous offrir des conseils précieux, des encouragements et un sentiment d'appartenance à une communauté. Vous pouvez visiter Parents for Children's Mental Health pour trouver une [trouver une section régionale de soutien par les pairs](#) près de chez vous.

Il est important de vous concentrer sur la compréhension de l'expérience de votre enfant ou adolescent et de l'aider à résoudre ses problèmes, plutôt que de vous précipiter vers des inquiétudes futures. Il est important de reconnaître et de gérer vos propres attentes et inquiétudes, car votre enfant ou adolescent les percevra. Il est tout à fait normal de demander de l'aide pour sa propre santé mentale.

Comment puis-je soutenir mon enfant ou mon jeune qui a des problèmes d'assiduité à l'école ?

Il existe de nombreuses raisons pour lesquelles les enfants et les jeunes peuvent avoir des difficultés à fréquenter l'école, et vous ne pouvez pas toutes les contrôler en tant que parent ou aidant naturel. Parfois, le problème vient de ce qui se passe à l'école ; d'autres fois, il est lié à la santé mentale, aux besoins d'apprentissage ou aux circonstances de la vie, et souvent, c'est une combinaison de ces facteurs. Il est important de se rappeler que vous n'êtes pas seul et que ce n'est la faute de personne. Bien qu'il existe très peu de recherches pour trouver des solutions efficaces en matière d'absentéisme scolaire, voici quelques stratégies qui ont bien fonctionné pour d'autres familles :

- **Concentrez-vous sur votre relation** avec votre enfant ou votre adolescent.
- Travaillez avec lui-elle pour **établir des routines et de bonnes habitudes de sommeil et matinales**.
- **Misez sur les forces et les intérêts** de votre enfant, y compris les activités parascolaires.
- **Célébrez les petits succès** (p. ex., assister à une demi-journée, quelques jours par semaine ou une semaine complète) : chaque pas en avant compte.

Selon le modèle de résolution collaborative des problèmes (Greene, 2014), la première étape consiste à comprendre ce qui empêche votre enfant d'aller à l'école. Ces facteurs peuvent changer au fil du temps, et votre enfant ou adolescent peut avoir du mal à en parler. Aborder la question avec curiosité et empathie peut faire une grande différence. Essayez de commencer par écouter votre enfant ou adolescent·e sans vous précipiter pour trouver des solutions. Il·elle a besoin de se sentir écouté·e et compris·e avant d'être prêt·e à résoudre le problème.

Votre enfant a besoin de savoir que vous êtes de son côté, même s'il·elle vous repousse. La honte et la frustration surgissent souvent lorsque les enfants manquent l'école, mais derrière ces sentiments peuvent se cacher la peur, le doute de soi ou un sentiment de ne pas être à sa place. Créer un espace propice à des conversations ouvertes et franches aide à instaurer la confiance et permet à votre enfant de savoir qu'il·elle n'est pas seul·e face à cette situation.

« Soyez curieux, et non pas furieux. Commencez par les écouter et les entendre. Une fois que vous comprenez mieux ce qu'ils vivent, vous pouvez leur demander s'ils veulent votre aide. Vous pourriez dire : « Comment faire pour que tu puisses aller à l'école régulièrement ? »

de PARENT
à PARENT

Voici quelques phrases pour engager la conversation :

- As-tu ressenti de l'anxiété, du découragement ou un sentiment de déconnexion avec l'école ces derniers temps ?
- Trouves-tu tes cours trop difficiles ou trop ennuyeux ?
- Qu'est-ce qui te stresse à la maison ? Avec tes camarades ? Avec le personnel scolaire ?

« Nous avons constaté qu'il est utile de faire une activité neutre avec notre enfant (par exemple, jouer aux Lego, aux jeux vidéo, etc.), puis d'évoquer avec désinvolture à quel point nous détestions l'école quand nous étions enfants. Nous pouvons dire : « Parfois, l'école peut être incroyablement difficile. Je me souviens de certains enfants qui m'ont rendu la vie vraiment difficile. Et toi ? »

Essayez de mettre vos propres inquiétudes de côté et de ne pas faire de suppositions lorsqu'ils vous racontent leur expérience. Prenez ce qu'ils disent au sérieux et validez leurs sentiments. Une fois que vous aurez mieux compris leur point de vue, ils seront peut-être plus disposés à travailler ensemble pour trouver une solution. »

de PARENT
à PARENT

Toutes les solutions ne conviennent pas à tout le monde. Par exemple, aider un jeune anxieux à affronter progressivement ses craintes et à retourner à l'école peut être efficace, mais si un enfant ou un·e adolescent·e est victime d'intimidation ou d'exclusion, la réponse doit être très différente. C'est pourquoi il est essentiel de comprendre pourquoi votre enfant manque l'école avant de se précipiter pour trouver une solution.

de PARENT
à PARENT

Toutes les solutions ne conviennent pas à tout le monde. Par exemple, aider un jeune anxieux à affronter progressivement ses craintes et à retourner à l'école peut être efficace, mais si un enfant ou un·e adolescent·e est victime d'intimidation ou d'exclusion, la réponse doit être très différente. C'est pourquoi il est essentiel de comprendre pourquoi votre enfant manque l'école avant de se précipiter pour trouver une solution.

Si votre enfant ou votre adolescent·e est capable de s'ouvrir, c'est un bon point de départ pour trouver ensemble des solutions. S'il·elle n'est pas prêt·e, soyez patients et continuez à lui témoigner votre attention et votre soutien. Se concentrer sur les relations ne signifie pas réduire vos attentes, mais plutôt que vous êtes les meilleurs alliés de votre enfant ou adolescent·e dans ce processus.

N'oubliez pas que le changement prend du temps et que les reculs font partie du parcours. Célébrez les petites victoires et comprenez que le parcours de chaque jeune est unique.

« Vous devrez peut-être gérer vos propres attentes, et mettre en place un réseau de soutien peut vous aider à surmonter vos émotions et à mieux soutenir votre famille. Par exemple, tous les élèves ne terminent pas leurs études secondaires en quatre ans : il n'y a rien de grave à ce que cela prenne cinq ou six ans. »

de PARENT
à PARENT

Quelles que soient les idées dont vous discutez avec votre enfant ou votre adolescent, l'étape suivante consiste à impliquer l'école dans la conversation afin qu'elle puisse aider à élaborer un plan personnalisé pour le retour à l'école de votre enfant.

Où puis-je obtenir de l'aide ?

Vous n'avez pas à affronter cette situation seul. N'hésitez pas à demander de l'aide au personnel scolaire, à des professionnels de la santé mentale ou à des organismes communautaires. Tout aussi important, n'oubliez pas de prendre soin de vous. Il est difficile de soutenir un enfant ou un·e adolescent·e qui éprouve des difficultés à fréquenter l'école, et vous faites de votre mieux dans des circonstances difficiles. Voici quelques ressources utiles :

L'école de votre enfant

Il est important de communiquer avec l'école de votre enfant. Communiquez avec les enseignant·es, les conseiller·ères en orientation ou le·a directeur·trice; ils se soucient du bien-être de votre enfant et veulent vous aider. Chaque commission scolaire dispose également d'un·e [conseiller·ère en assiduité scolaire](#) qui peut aider les familles et les aider à explorer différentes options scolaires ou différents programmes dans la communauté. Les parents et les aidants naturels peuvent parfois se sentir coupables lorsqu'un enfant manque l'école, mais il est important de se rappeler que vous n'êtes pas seuls. L'objectif est de travailler en collaboration avec l'équipe de l'école afin de trouver des solutions qui soutiennent véritablement votre enfant ou votre adolescent·e.

Veillez à ce que la conversation porte sur ce dont votre enfant ou votre adolescent·e a besoin pour se sentir en sécurité, soutenu·e et prêt·e à aller à l'école. Les écoles ont la responsabilité d'être des lieux accueillants et inclusifs où tous les élèves se sentent intégrés. Même si le personnel peut faire des suggestions aux parents sur la manière dont ils peuvent aider à la maison, l'accent doit rester sur la compréhension et la satisfaction des besoins de votre enfant ou de votre adolescent.

Vous pouvez consulter notre ressources « [Communiquer avec l'enseignant·e de votre enfant](#) » et « [Communiquer avec l'école](#) » pour obtenir des conseils sur la manière de le faire de manière efficace.

« Lorsque mon fils a commencé ses études secondaires, il a identifié un enseignant qui, selon lui, l'écoutait et comprenait ses besoins. Je l'ai laissé prendre les devants et identifier les personnes avec lesquelles il se sentait à l'aise, puis je l'ai soutenu dans le développement de ses relations. Sans ces relations, mon fils n'aurait pas connu autant de succès à l'école. »

de **PARENT**
à **PARENT**

« Certains membres du personnel scolaire peuvent être plus à même que d'autres d'apporter un soutien direct. Essayez donc d'entrer en contact avec un membre du personnel qui pourra être un adulte de confiance pour votre enfant ou votre adolescent à l'école. Il peut être très utile d'informer les responsables scolaires que votre adolescent·e souffre d'un trouble de santé mentale. Ainsi, les enseignants et l'administration comprendront mieux la nécessité de certaines adaptations dont votre enfant ou votre adolescent pourrait avoir besoin pour se réinsérer dans la routine scolaire. »

de **PARENT**
à **PARENT**

Services communautaires de santé mentale

Vous pouvez accéder à des services locaux de santé mentale pour enfants et adolescents à l'aide de notre outil [Trouver de l'aide](#). Ces services constituent souvent une excellente première étape pour faciliter les conversations difficiles et aborder les défis sous-jacents auxquels votre enfant ou votre adolescent·e peut être confronté·e. Les enfants et les adolescent·es âgé·es de 17 ans et moins peuvent également entrer directement en contact avec un·e conseiller·ère en appelant [One Stop Talk/Parlons maintenant](#). Vous pouvez aider votre enfant ou votre adolescent·e à établir ce contact en participant à l'appel.

Entrez en contact avec d'autres parents et aidants naturels

Entrer en contact avec d'autres familles pour discuter de ces défis est un excellent moyen de se sentir moins seuls, d'obtenir de nouvelles idées sur la manière de gérer les besoins de votre enfant ou adolescent·e et de vous informer sur les soutiens et les services disponibles dans votre communauté. Entrez en contact avec [Parents for Children's Mental Health](#) pour rencontrer d'autres parents et aidants naturels qui « comprennent ».

Ressources additionnelles

- [La santé mentale à l'école](#)
- [Santé mentale de l'élève autochtone](#)
- [L'éducation autochtone en Ontario](#)
- [Ontario Association for Counselling and Attendance Services](#)
- [Recherche sur la fréquentation scolaire](#)
- [Quand les enfants ne veulent pas aller à l'école](#)
- [Rêves repoussés : Faire face au racisme et à la discrimination envers les Noirs dans le système d'éducation publique en Ontario](#)
- [Programme des travailleuses et travailleurs d'établissement dans les écoles \(TÉÉ\)](#)
- [Best Practices for Parents and Schools Supporting Students with Mental Health Challenges](#)