

Êtes-vous prêts pour les grandes premières?

Linda Priestley

www.Petitmonde.com

Si votre enfant est en train de vivre sa première rentrée, il aura beaucoup de premières fois à affronter en même temps! Il empruntera pour la première fois le chemin de l'école. Il y fera la connaissance de sa première institutrice, de ses premiers camarades de classe, aura à rédiger ses premiers devoirs, mériter ses premières étoiles ou essuyer ses premiers échecs. Et vous, chers parents, êtes-vous prêts pour cette grande première fois? Des conseils d'experts pour franchir, avec mention honorable, cette étape charnière.

Les premières consignes

Pour aider votre écolier à affronter les premiers jours, vous avez aussi vos classes à faire. Vous devez en effet vous informer sur tout: l'instituteur ou l'éducateur, les règlements de l'école, le matériel requis, les activités, le code vestimentaire, les collations qui sont acceptées ou défendues (certaines écoles n'acceptent pas les aliments qui contiennent des arachides, par exemple), etc. «C'est au parent de tout savoir, souligne le Dr Sandra Woods, pédiatre à l'Hôpital de Val d'Or. Ça permet à l'enfant de bien s'intégrer et de ne pas se sentir à part.» Informez aussi le professeur des particularités de votre enfant (condition médicale, trait de caractère, s'il n'est pas propre, etc.).

Expliquez la routine à votre enfant. Soyez enthousiaste lorsque vous lui parlez de

ces premières journées. «Mais n'exagérez pas, prévient le Dr Woods. Faites ressortir les points positifs (les nouveaux amis, les activités, etc.), mais n'allez pas lui faire croire que ce sera comme une journée à Disney World! Il risque d'être déçu.» Expliquez-lui ce qu'on attend de lui à l'école. Dites-lui que l'enseignant voudra qu'il soit attentif, coopératif, aimable avec les autres, etc. «Les enfants se sentent en contrôle parce qu'ils savent ce qui va leur arriver, explique Claudia Hogan, éducatrice en garderie. Aussi, s'il est timide ou que son vocabulaire est limité, apprenez-lui certaines phrases clés pour verbaliser ses besoins.»

Petit truc de pro: offrez-lui un objet de transition. Par exemple, s'il a une couverture favorite, découpez-en un morceau pour en faire un mouchoir et glissez-le dans sa poche. Il pourra le sortir chaque fois qu'il se sent un peu nostalgique. Un petit jouet peut convenir, mais le Dr Woods vous conseille de vous informer d'abord auprès de l'école car certaines institutions n'acceptent pas les jouets venant de l'extérieur.

Les premiers allers-retours à pied

Claudia Hogan et le Dr Woods, toutes deux mamans, sont unanimes: il est préférable d'accompagner l'enfant à l'école, au moins pendant les premiers temps. «Le premier aller-retour est ce qu'il y a de plus stressant pour votre enfant, explique le Dr Woods. D'où l'importance d'alléger un peu son anxiété face à ce trajet qu'il devra éventuellement faire seul. Je recommande aux parents de s'informer s'il y a un autre enfant du coin qui doit prendre le même chemin pour aller à l'école. À deux, c'est beaucoup plus facile!»

Il semble avoir bien compris toutes les consignes de sécurité? Méfiez-vous! Même s'il est débrouillard et avancé pour son âge, votre mousse de moins de neuf ans n'est pas encore en mesure, par exemple, de traverser seul la rue. Selon l'Institut canadien de la santé infantile, il n'a pas atteint le niveau de réflexion et de coordination physique

nécessaire. «Il ne faut pas oublier non plus que l'enfant se sent envahi par toutes ces "premières fois", rappelle Sonya Corkum, directrice de SécuritéJeunes Canada. Il est stressé et plus distrait, donc moins attentif à son environnement.» À vous de redoubler de vigilance... et de l'accompagner! Et commencez tout de suite à lui enseigner les règles de la sécurité à pied.

- Arrêtez-vous et regardez de tous les côtés avant de traverser la rue.
- Aidez votre enfant à connaître les signaux qui l'autorisent à traverser.
- Apprenez à votre enfant qu'il doit respecter le rôle du brigadier scolaire et comprendre ses signaux.

Vous n'êtes pas en mesure de reconduire votre enfant à l'école tous les jours? Mme Corkum vous suggère de vous informer à propos des services d'accompagnement que peut offrir votre communauté. «Téléphonez à l'école ou alors, mettez sur pied un réseau avec l'aide des autres parents.» Le principe est simple: chaque parent, à tour de rôle, prend au passage les enfants pour les mener à l'école.

Les premiers tours d'autobus

Ici aussi, il faut user de prudence, car beaucoup d'accidents surviennent à l'extérieur des autobus. Expliquez (et répétez) à votre enfant les quelques consignes qui suivent:

- Il ne doit pas arriver trop tôt à l'arrêt d'autobus (ça lui donne moins de temps pour faire une bêtise!).
- S'il manque l'autobus: il doit rentrer à la maison ou, s'il est à l'école, s'adresser à un enseignant. Il ne doit jamais monter dans le véhicule d'un étranger.
- Il doit se tenir loin de la chaussée, jusqu'à ce que l'autobus s'immobilise et que la porte s'ouvre.
- Lorsqu'il passe devant l'autobus, il doit se trouver à au moins trois mètres (10 pieds) du véhicule pour être bien visible du chauffeur. Donnez-lui un point de repère concret pour qu'il puisse visualiser cette distance.

Les premières journées à l'école

Une fois le trajet effectué, votre enfant doit franchir, pour la première fois, les portes de l'école. Bienvenue dans la cour, où tous ces enfants (de tous les âges!) courent partout, se bousculent et s'interpellent! Cette grande animation peut refroidir les ardeurs de votre nouvel écolier. Soyez présente à ses côtés, mais sans l'envahir. Si vous sentez qu'il aimerait se mêler à la foule (peut-être aura-t-il reconnu des visages familiers?), laissez-le faire. Sinon, essayez vous-même de repérer des petits voisins. «En lui présentant à de futurs camarades de classe, explique le Dr Woods, vous pouvez l'aider à s'intégrer.» Après, selon Claudia Hogan, c'est une question de courage pour les parents: «Le courage de le quitter, de le laisser voler de ses propres ailes.»

Il pleure, s'accroche à vous? Soyez tendre mais ferme: «Je comprends que tu sois inquiet, mais nous en avons parlé. Je t'ai présenté à ton enseignante. Tu va rencontrer de nouveaux copains. Tu pourras m'en parler tout à l'heure lorsque je reviendrai te chercher.» Surtout, évitez de lui dire de se conduire comme un grand, vous risquez au contraire de le mettre en colère. Il pourrait vous répondre: «Mais, je suis petit, je ne veux pas devenir grand...». C'est ce que rappellent Christine Brunet et Anne-Cécile Sarfati dans *Petits tracas et gros soucis de 1 à 7 ans*, (éditions Albin Michel).

Au moment d'aller récupérer votre bambin à l'école, Mme Hogan vous rappelle l'importance d'être à l'heure! «Rappelez-vous quand vous étiez enfant: quel cauchemar que de voir ses petits camarades s'en aller les uns après les autres et de rester seul à attendre que votre mère ou votre père vienne vous chercher!» Profitez du trajet de retour pour poser des questions à votre enfant. Laissez-le parler, s'exprimer. Il aura plein de choses à vous raconter!