



Guide pour les parents et  
les aidants familiaux :  
Comment aider votre  
enfant qui a des

# problèmes de fréquentation scolaire



**pleo**  
Soutien aux Parents

Si vous lisez ceci, vous êtes probablement le parent ou la personne qui s'occupe d'un enfant qui a du mal à aller à l'école. Vous avez peut-être reçu des appels téléphoniques et des courriels de l'école de votre enfant, ainsi que de nombreux conseils pour augmenter sa fréquentation. Il n'existe pas de solution unique pour aider votre enfant. Ce guide a pour but de vous aider à repenser les difficultés de votre enfant et à comprendre les options qui s'offrent à vous.

## Comprendre les problèmes de fréquentation scolaire

Bien que la plupart des enfants manquent l'école de temps en temps, les problèmes de fréquentation scolaire peuvent se manifester de différentes manières; par exemple, en étant en retard, en quittant l'école prématurément ou en manquant l'école fréquemment ou de façon chronique. Les enfants manquent l'école pour de nombreuses raisons, telles que :

- **Problèmes de santé mentale** (par exemple, symptômes de problèmes de santé mentale qui entravent la vie quotidienne)
- **Troubles d'apprentissage** (par exemple, stress lié à des problèmes d'apprentissage)
- **Compétences déficientes** (par exemple, organisation, autorégulation)
- **Facteurs environnementaux** (par exemple, problèmes de sommeil, difficultés relationnelles, accès aux transports, etc.)

## L'importance de la fréquentation scolaire

Il est prouvé que le fait de manquer l'école, même dans les premières années, peut avoir des conséquences négatives à long terme. La fréquentation est importante pour :

- **Réussite scolaire** : Une fréquentation régulière peut aider les enfants à suivre les leçons importantes et à maintenir le même rythme que leurs camarades de classe.
- **Développement social** : Aller à l'école régulièrement peut aider les enfants à développer des compétences sociales, à se faire des amis et à avoir le sentiment de faire partie de la communauté.

- **Bien-être émotionnel** : La fréquentation régulière de l'école peut renforcer l'estime de soi de l'enfant et réduire ses craintes de prendre du retard.
- **Opportunités futures** : De bonnes habitudes de fréquentation établies dès le début peuvent mener à l'obtention d'un diplôme de fin d'études secondaires et sont liées à de meilleures opportunités sociales et professionnelles et résultats de santé plus tard dans la vie.

Il est important de se rappeler que la fréquentation scolaire ne consiste pas seulement à amener votre enfant à l'école. La fréquentation à elle seule ne permet pas toujours d'obtenir de meilleurs résultats. Si votre enfant a des problèmes de fréquentation, cela peut signifier qu'il a besoin d'aide ou de soutien pour d'autres problèmes. Comprendre et traiter ces problèmes sous-jacents peut faire une énorme différence dans le succès de votre enfant.

## La fréquentation a un impact sur toute la famille

Les parents et aidants familiaux ressentent souvent plus d'urgence à ramener leurs enfants à l'école que ces derniers. Ce sentiment d'urgence peut être dû à des inquiétudes concernant l'avenir de l'enfant, à la pression exercée par l'école ou au stress lié à l'absence de travail. La gestion de la fréquentation scolaire de votre enfant peut avoir un impact sur vos émotions, en provoquant de l'anxiété ou de la frustration. Cela peut également avoir un impact sur vos finances si vous recevez des appels de l'école ou si vous ne pouvez pas vous rendre au travail. Cette situation peut affecter votre relation avec votre enfant et provoquer des tensions au sein de votre famille, en particulier si vous et votre partenaire gérez la situation différemment ou si d'autres enfants à la maison sont concernés.

## Que puis-je faire?

### Résoudre les problèmes de fréquentation scolaire

La situation de chaque enfant est unique : afin de trouver des solutions il faut souvent :

- Reconnaître que votre enfant traverse une période difficile et ne cherche pas à volontairement vous infliger des difficultés.
- Donner la priorité à votre relation avec votre enfant, lui faire savoir que vous êtes dans son camp. Votre enfant doit se sentir soutenu et compris, et non pas jugé ou puni.
- Identifier les défis spécifiques auxquels votre enfant est confronté. Lui donner l'occasion de parler de ce qui l'empêche d'aller régulièrement à l'école et l'écouter sans le juger.
- Travailler avec votre enfant pour surmonter ces difficultés.
- Garder l'espoir et l'optimisme. Croire en la capacité de votre enfant à surmonter ces difficultés et lui exprimer cette confiance.
- Collaborer avec le personnel de l'école et d'autres professionnels. La mise en place d'un réseau de soutien peut vous fournir, à vous et à votre enfant, les ressources nécessaires pour réussir.
- Fixer des attentes réalistes et précises, et célébrer ensemble les succès, aussi petits qu'ils puissent paraître.
- Prendre soin de son propre bien-être. Soutenir un enfant qui a des problèmes de fréquentation peut être stressant ; veillez également à prendre soin de votre santé mentale et physique.

## **Approches conventionnelles et collaboratives pour aider votre enfant à fréquenter l'école**

Beaucoup d'entre nous utilisons des méthodes parentales conventionnelles parce que c'est ce que nous avons appris en grandissant. Cela signifie généralement que les parents et aidants familiaux fixent les règles et que les enfants doivent obéir sous peine de subir des conséquences. Il se peut que l'école, les amis ou la famille vous poussent à montrer que vous contrôlez la situation. Vous pouvez même vous sentir inefficace si votre enfant refuse d'aller à l'école. Si vous vous sentez ainsi, prenez un moment pour vous rappeler que votre enfant affronte des difficultés et ne cherche pas à vous donner du fil à retordre.

L'éducation conventionnelle présume que les enfants ne font pas assez d'efforts. Dans cet état d'esprit, les parents et aidants familiaux s'efforcent souvent d'obliger leur enfant à aller à l'école, en recourant à des punitions ou à des récompenses. Mais il y a une autre façon de faire. Les approches telles que la résolution collaborative des problèmes (ThinkKids.org) partent du principe que si votre enfant pouvait aller à l'école, il le ferait. S'il ne le peut pas, c'est que quelque chose l'en empêche. Il peut s'agir de problèmes tels que :

- Besoin d'aide pour les routines
- L'anxiété sociale ou les difficultés d'ordre social
- Difficultés d'apprentissage
- Perte d'énergie due au temps passé devant l'écran tard dans la nuit
- Ou une combinaison de ces problèmes et d'autres

N'oubliez pas que les enfants et les adolescent(e) s ne sont pas toujours conscient(e)s ou capables d'exprimer ce qui les empêche d'aller à l'école. C'est à l'adulte d'engager la conversation, d'aider l'enfant ou l'adolescent(e) à explorer ce qui se passe, de

faire preuve de beaucoup d'empathie et de l'aider à mettre en œuvre des solutions pour améliorer la fréquentation scolaire.

## **Points clés**

### **Les relations d'abord**

En vous concentrant sur la relation, vous ne pouvez pas vous tromper. Il ne s'agit pas de réduire vos attentes en matière de fréquentation de l'école ou de faire preuve de complaisance. Il s'agit plutôt de comprendre le point de vue de votre enfant, de partager vos préoccupations (par exemple, son avenir, sa réussite scolaire, sa socialisation) et de trouver des solutions ensemble. Cette approche diffère des méthodes conventionnelles telles que l'intimidation ou l'utilisation de récompenses et de punitions, qui souvent ne règlent pas les problèmes sous-jacents ou n'aident pas l'enfant à acquérir des compétences.

**Conseil aux parents de PLEO :** Lorsque mes enfants étaient plus jeunes, je leur mettais la pression pour qu'ils arrivent à l'heure à l'école et qu'ils terminent leurs devoirs. Lorsque l'un d'entre eux a eu des problèmes de fréquentation, j'ai insisté pour qu'il retourne à l'école. Cela a conduit à des crises et à une détérioration de la relation sans pour autant résoudre le problème. Ce qui m'a aidé, c'est d'apprendre une approche plus collaborative qui implique de la patience, de la compréhension et d'aller au rythme de mon enfant. Mon enfant, aujourd'hui adulte, me dit qu'il aurait aimé que je sois plus compréhensive au lieu de lui mettre la pression.

## L'empathie plutôt que le blâme

Comprenez que si votre enfant pouvait aller à l'école, il le ferait. Lorsqu'un enfant a du mal à aller à l'école, il est facile de le blâmer ou de s'attendre à ce qu'il fasse mieux. Pour réussir à résoudre un problème, il faut que vous et votre enfant soyez calmes et solidaires. Les conversations empreintes d'empathie et de curiosité sont plus efficaces que les critiques, les reproches ou les conseils non sollicités.

**Conseil aux parents de PLEO :** Vous avez peut-être honte du problème de fréquentation de votre enfant, ou vous vous blâmez peut-être. Être parent est l'une des tâches les plus difficiles qui soient, et les parents font de leur mieux dans des circonstances difficiles. Tout comme les enfants, les parents apprennent et se développent continuellement. Reconnaissez vos efforts et ne vous critiquez pas en relevant ces défis.

## Ce n'est peut-être pas une solution rapide

Les causes profondes des problèmes de fréquentation scolaire ne sont pas toujours évidentes et peuvent prendre du temps à être résolues, surtout si elles sont présentes depuis un certain temps. En tant que parent ou tuteur, vous pouvez vous sentir anxieux face à l'incapacité de votre enfant d'aller à l'école et vouloir « régler » le problème rapidement. Bien que cette attitude soit naturelle, elle peut être contreproductive en ajoutant de la pression à la situation et en rendant plus difficile la recherche de la meilleure solution.

Lorsque vous envisagez des solutions, pensez à leur impact sur votre relation avec votre enfant, sur son estime de soi et sur le reste de la famille. La meilleure

solution, qui n'est peut-être pas la plus rapide, répondra à la fois à vos préoccupations et à celles de votre enfant. N'oubliez pas qu'il faut parfois faire des petits pas pour parvenir à la fréquentation totale.

Au fur et à mesure que votre enfant grandit et se développe, il est important de reconnaître que ce qui fonctionnait à l'âge de 4 ans ne fonctionnera peut-être plus à 14 ans. De même, ce qui a fonctionné avec l'un de vos enfants peut ne pas fonctionner avec un autre. Vous devrez peut-être apprendre de nouvelles stratégies et adapter votre approche parentale en conséquence.

## Naviguer des conseils

Au cours de ce parcours, il se peut que vous receviez des conseils d'« experts » qui ne correspondent pas à vos convictions ou à votre style d'éducation. Cela ne signifie pas qu'ils ont tort - il peut simplement s'agir d'une approche avec laquelle vous n'êtes pas à l'aise. Cela ne signifie pas non plus qu'ils ont raison - c'est à vous de décider. Il est souvent judicieux d'écouter la justification de ces approches, d'être ouvert à l'apprentissage de leur efficacité démontrée, puis de décider si elles vous conviennent.

**Conseil aux parents de PLEO :** Essayez de voir cela comme une petite partie de l'histoire de la vie de votre enfant. Rappelez-vous qu'il y a de nombreuses façons de devenir un adulte accompli; l'école n'est qu'une partie de ce chemin. Beaucoup d'enfants ne franchissent pas les étapes au même rythme que les autres, mais ils peuvent quand même s'épanouir.



nous sommes passés par là,  
**nous comprenons**  
et nous pouvons aider

# Trouver les bonnes ressources de soutien

Votre enfant peut surmonter ses problèmes de fréquentation avec votre soutien, mais il peut aussi avoir besoin d'une aide supplémentaire de la part de l'école ou des services communautaires. Cette section fournit des conseils et des ressources pour vous aider à rechercher de l'aide et à utiliser ces services de manière efficace.

## Travailler avec l'école

L'école peut être l'un de vos meilleurs alliés pour permettre à votre enfant de retourner à l'école ou d'y aller plus régulièrement.

Votre première et meilleure option est de vous adresser directement à l'enseignant(e) de votre enfant, car il/elle peut avoir des renseignements précieux sur les difficultés auxquelles votre enfant est confronté. Ensemble, vous pouvez élaborer un plan de réinsertion de votre enfant. L'objectif est d'identifier les défis auxquels votre enfant est confronté et de trouver des solutions pour les résoudre de manière durable.

Si la collaboration avec l'enseignant/e ne fonctionne pas, cela peut être parce que davantage de ressources sont nécessaires. Dans ce cas, n'oubliez pas que toutes les écoles disposent d'enseignants-ressources ou d'enseignants de soutien à l'apprentissage et qu'elles ont accès à du personnel spécialisé en santé mentale, notamment des travailleur(se)s sociaux/les et des psychologues. Ces membres du personnel peuvent être des ressources précieuses pour résoudre les problèmes de fréquentation scolaire. Ils peuvent vous aider, ainsi que votre enfant et son enseignant(e), à comprendre et à mettre en place des solutions que vous aurez élaborées ensemble.

La collaboration est essentielle. Abordez les discussions avec l'enseignant(e) avec respect et curiosité. L'objectif est de trouver une solution qui convienne à la fois à votre enfant, à l'école et à votre famille.

## Aide des conseillers en fréquentation scolaire

Chaque conseil scolaire de l'Ontario compte au moins un(e) conseiller/ère en assiduité. Ces professionnels, parfois appelés travailleur/leuses sociaux/iales ou conseillers en engagement, aident les élèves qui ont des difficultés à fréquenter l'école.

Si votre enfant a des difficultés à fréquenter régulièrement l'école, l'école peut vous suggérer de faire appel à un(e) conseiller(ère) en fréquentation scolaire. Cette démarche peut sembler intrusive, surtout si le/la conseiller(ère) se rend à votre domicile. N'oubliez pas que l'école veut aider votre enfant et votre famille.

Les conseiller/ères en fréquentation scolaire travaillent à l'amélioration de la fréquentation, du bien-être et de la santé mentale des élèves. Ils/elles rencontrent les élèves à l'école, se rendent à domicile si nécessaire et mettent les familles en contact avec des programmes et des ressources utiles. Ils/elles établissent des relations, soutiennent les élèves, les aident à retourner à l'école et travaillent avec des organismes communautaires.

Le but n'est pas de punir. Les conseiller/ères en fréquentation ne jugent pas votre façon d'élever les enfants et ne vous blâment pas pour les problèmes de fréquentation. Ils/elles sont là pour vous soutenir, vous et votre enfant, en trouvant les meilleures solutions pour répondre aux besoins de votre enfant. La collaboration entre l'école et le/la conseiller/ère peut aider votre enfant à reprendre contact avec l'école et à réussir.

# Foire aux questions (FAQ)

## Quelles sont les options en matière d'évaluation et d'accommodations?

Plusieurs accommodations peuvent être mises en place sans évaluation psychopédagogique (ou autre type d'évaluation, comme une évaluation/un diagnostic de santé mentale). Cependant, le personnel de l'école peut recommander une évaluation psychopédagogique (ou un autre type d'évaluation) s'il a besoin de plus de renseignements pour comprendre et soutenir votre enfant. Cette évaluation peut être un outil précieux pour vous aider à comprendre les forces et les difficultés propres à votre enfant en ce qui concerne son apprentissage, son fonctionnement socio-émotionnel, ses pairs et son environnement actuel. Le responsable de l'évaluation pourra vous aider, ainsi que l'école, à mettre en place des accommodations ou recommander des stratégies et ressources pour aider votre enfant à réussir à l'école.

Si vous souhaitez obtenir une évaluation pour mieux comprendre les forces et les besoins de votre enfant, vous pouvez en faire la demande auprès de l'école de votre enfant. Si cela n'est pas possible par l'intermédiaire de l'école ou s'il y a une liste d'attente, il se peut que vous pouvez envisager de demander une évaluation privée. Veuillez contacter l'un de nos pairs aidants si vous avez besoin d'aide dans cette démarche.

## Quelle est la marge de manœuvre de l'école?

Chaque école et chaque conseil scolaire a une approche différente face aux problèmes de fréquentation scolaire. Cependant, nous savons que la collaboration est essentielle pour soutenir votre enfant. Dans de nombreux cas, l'enfant aura besoin d'accommodations pour faciliter la transition vers le retour à l'école. Ces accommodations peuvent comprendre les suivantes :

- Commencer tard ou partir tôt.
- Avoir une personne de confiance avec laquelle l'enfant peut se connecter à l'école.
- Réduire le nombre de classes auxquelles l'enfant

participe.

- Effectuer une réintroduction progressive.
- Identifier un endroit sécuritaire où l'enfant peut se rendre pendant les pauses ou lorsqu'il/elle se sent anxieux/se.
- Ou toute autre accommodation considérée comme un soutien viable à la résolution des besoins non satisfaits de votre enfant.

Si votre enfant est confronté à une difficulté qui n'est pas immédiatement visible, comme un traumatisme, un problème lié à la santé mentale, un trouble de l'apprentissage, un TDAH ou un TSA, il est important d'informer l'école de ces difficultés spécifiques. Sans ces renseignements, le personnel de l'école risque de ne pas comprendre les raisons de l'absentéisme de votre enfant. Le fait de partager ces renseignements personnels avec l'école peut aider l'équipe à disposer des renseignements nécessaires pour soutenir la situation unique de votre enfant.

## Que se passe-t-il si mon enfant échoue un semestre ou son année?

Il est clair que tout le monde souhaite que son enfant retourne à l'école le plus rapidement possible. Cependant, si vous vous précipitez vers une solution qui ne résout pas le problème sous-jacent ou si vous allez trop vite pour votre enfant, vous risquez de vous retrouver au point de départ, voire pire. Essayer de trouver une solution rapide peut se retourner contre vous et entraîner d'autres problèmes. Les solutions précipitées ou forcées peuvent rendre votre enfant moins enclin à essayer de nouvelles solutions à l'avenir. Il est préférable d'adopter une approche empathique, calme et stratégique qui intègre des discussions avec votre enfant et l'adhésion de ce dernier. Même si la solution que vous imposez à votre enfant peut sembler pratique et réalisable, elle n'est peut-être pas ce dont votre enfant a besoin ou ce qu'il/elle peut faire à ce moment-là.



## Autres ressources communautaires (Est de l'Ontario)

Si les problèmes d'assiduité de votre enfant sont liés à des problèmes de santé mentale, de toxicomanie ou d'addiction, vous aurez peut-être besoin d'un soutien supplémentaire. Ces ressources peuvent vous aider à résoudre les problèmes sous-jacents et à élaborer avec vous un plan de retour à l'école qui favorise le bien-être de votre enfant.

### 1appel, 1clic

613-260-2360 1-877-377-7775 [1appel1clic.ca](http://1appel1clic.ca)

Les enfants, les jeunes et les familles sont toujours invités à contacter 1Call1Click.ca pour toute question, petite ou grande, relative à la santé mentale, à la toxicomanie, à la santé liée à l'utilisation de substances et à la santé et aux soins du développement neurologique.

1 appel, 1 clic peut vous aider à identifier les services disponibles pour votre enfant et à vous mettre en relation avec eux.

### Ligne de crise et service de clavardage 24/7

613-260-2360 OR 1-877-377-7775

[ysb.ca/fr/services/sante-mentale/ligne-de-crise/](http://ysb.ca/fr/services/sante-mentale/ligne-de-crise/)

La ligne de crise offre :

- Une écoute bienveillante
- Du counseling immédiat par téléphone ou chat
- Des renseignements quant aux ressources et prestataires de services dans votre communauté.
- Un aiguillage aux prestataires de services pour les enfants et jeunes dans votre communauté.
- Une intervention à la maison (à Ottawa seulement)
- Un service de suivi à court-terme

### Parlons maintenant

[onestoptalk.ca](http://onestoptalk.ca) 1-855-416-8255.

Parlons maintenant est un service gratuit qui vous met immédiatement en lien avec un/e thérapeute professionnel/le du réseau d'organismes communautaires en santé mental pour enfants, jeunes et familles partout en Ontario

Lundi – Vendredi : Midi à 20 h EST

Samedi : Midi 16 h HNE

### Jeunesse, J'écoute

1-800-668-6868

Service de messagerie texte, envoie le mot PARLER au 686868 (service de messagerie texte gratuit partout au Canada 24/7)

24/7 Service de santé mentale en ligne offrant un soutien gratuit, multilingue et confidentiel en cas de crise.

Bien que les ressources fournies ici concernent la région d'Ottawa et de l'Est de l'Ontario, elles peuvent vous donner une idée de ce qu'il faut rechercher dans votre propre région. Que vous viviez à Ottawa ou ailleurs en Ontario, nous sommes là pour vous aider à trouver les meilleures ressources pour vos besoins individuels. N'hésitez pas à communiquer avec nos pairs aidants familiaux afin que nous puissions vous fournir des liens vers des ressources supplémentaires propres à votre situation. Nous sommes tous des parents qui ont vécu l'expérience de soutenir un enfant ou un jeune aux prises avec un problème de santé mentale.

## Il y a de l'espoir.

Les choses peuvent s'améliorer et s'améliorent.  
Vous n'êtes pas seul/e dans cette situation.

Les pairs aidants familiaux de PLEO sont là pour vous aider. Nous sommes ouverts de 9 h à 19 h du lundi au vendredi. Vous pouvez nous joindre au 613-321-3211 ou au 855-775-7005 (sans frais).

Sincèrement,  
Votre pair-aidant(e) de PLEO



OTTAWA-CARLETON  
DISTRICT SCHOOL BOARD



CANADIAN SCHOOL  
ATTENDANCE  
PARTNERSHIP

PARTENARIAT  
CANADIEN POUR LA  
FRÉQUENTATION SCOLAIRE



Centraide  
Est de l'Ontario



[pleo.on.ca](http://pleo.on.ca)

613.321.3211 (Ottawa)  
1.855.775.7005

**Guide pour les parents : Comment aider  
votre enfant qui a des problèmes de  
fréquentation scolaire**

**aide les parents  
d'enfants aux  
prises avec  
des défis de  
santé mentale  
à trouver leur  
chemin**

Ces informations sont présentées du point de vue de pairs aidants – il s'agit de l'expérience familiale collective de PLEO au cours des vingt dernières années, en collaboration avec des prestataires de services de santé, d'éducation et de services sociaux. Elles ne sont pas destinées à remplacer un avis médical.

**pleo.on.ca**

**613.321.3211 (Ottawa)**

**1.855.775.7005**