

# Parler de santé mentale avec les parents et les familles

Fiche  
Conseil



## Songez au temps et au lieu d'une conversation

- Offrez un temps et un endroit qui convient aux deux parties pour que la conversation ait lieu.
- Essayez de réduire la possibilité d'interruptions et de perturbations.
- Prévoyez du temps suffisant pour la réunion – le fait de se sentir pressé peut limiter la valeur de la réunion.



## Planifiez la conversation

- Pensez à ce que vous aimeriez communiquer au parent ou au membre de la famille, envisagez de le noter et pratiquez comment vous aimeriez le communiquer durant la réunion.
- Envisagez les différences linguistiques ou culturelles potentielles à mesure que vous réfléchissez sur la formulation que vous pourriez utiliser.
- Évitez d'utiliser des acronymes ou des abréviations pour décrire ce que vous observez.



## Établissez un lien de confiance

- Amorcez la conversation en faisant part des points forts des élèves et de leurs bons coups.
- Dites aux parents/membres de la famille que leur enfant est le bienvenu dans votre salle de classe. Par exemple, « *Je suis content d'avoir Shema dans ma classe cette année. Elle a un merveilleux sens de l'humour* ».
- Arrêtez-vous quelques instants pour donner aux parents/membres de la famille la possibilité de s'exprimer; écoutez attentivement ce qu'ils ont à dire. Si un parent a une autre opinion, laissez-leur le temps de décrire en détail leurs préoccupations. Résumez ce que vous les avez entendus dire pour vérifier votre compréhension.



School  
Mental Health  
Ontario

Santé mentale  
en milieu scolaire  
Ontario

[www.smho-smso.ca](http://www.smho-smso.ca)



## Veillez à ce que votre langage soit neutre et à ce qu'il ne porte aucun jugement

- Trouvez des façons neutres et sans préjugé de décrire et de discuter du comportement d'un élève en utilisant des renseignements factuels et observables. Par exemple, « *j'ai remarqué que Miguel a du mal à demeurer tranquille en classe. Il se laisse facilement distraire et a souvent des difficultés à se concentrer. Je me demande si vous avez fait les mêmes constatations à la maison.* ».
- Prenez vos idées à la légère et soyez ouvert à différents points de vue sur ce que vous remarquez.
- Évitez les étiquettes (p. ex., déprimé, anxieux, etc.), ou les termes sur la santé mentale pour décrire le comportement. Communiquez plutôt vos observations. Par exemple, « *Tran paraît triste en classe dernièrement. Cela a piqué ma curiosité et cela affecte ses amitiés.* ».



## S'associer avec les parents pour trouver des solutions

- Invitez les parents/membres de la famille à établir un partenariat authentique avec vous pour trouver une solution et vous aider à comprendre ce qui peut appuyer l'élève dans d'autres situations. Par exemple, « *Cela affecte l'apprentissage de Susan en classe et je veux faire tout ce que je peux pour qu'elle réussisse; avez-vous des suggestions? Qu'est-ce qui pourrait aider Susan à gérer cela? Nous pouvons essayer quelques stratégies puis vérifier si nous devons ajouter quelque chose ou peaufiner le plan un peu en fonction de ses agissements.* ».
- Rassurez les parents/membres de la famille que vous vous réjouissez à l'idée de collaborer avec son enfant et informer les parents que vous ferez un suivi auprès d'eux à mesure que vous continuez de soutenir leur enfant. Par exemple, « *et si on se reparle pour voir comment les choses se passent? Qu'est-ce qui vous convient?* ».
- Informez les parents/membres de la famille des ressources accessibles à l'école et au conseil scolaire si vous avez besoin de plus de soutien.



## Terminez la réunion sur une note positive

- Veillez conclure la conversation en affirmant à nouveau les points forts de l'élève et en passant en revue les éléments clés du plan ou les prochaines étapes convenues.
- Reconnaissez le rôle important des parents dans le cercle de soutien de leur enfant.
- Remerciez les parents/membres de la famille d'être venus vous rencontrer.

Remarque : le personnel scolaire devraient s'assurer que ces conversations délicates ne se déroulent qu'avec le(s) parent(s) ayant la garde ou le tuteur légal (et les autres membres de la famille qu'ils peuvent choisir d'inviter).

