

Chronique « À vos devoirs ! »

« ROUTINES FAMILIALES ET PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE... QUELS LIENS ? »

Conférence du mardi 22 novembre 2016
avec Madame Marie-Hélène Poulin

L'organisation de la vie quotidienne autour de routines souples comporte de nombreux bienfaits pour tous les membres de la famille. Elle favorise particulièrement le développement des compétences sociales et intellectuelles des enfants. Selon la recherche effectuée par la conférencière, cinq routines ressortent parmi les plus gagnantes :

1. La routine du dialogue

Assurez-vous que chaque journée comporte des moments pour des conversations ouvertes. Il est important que l'enfant qui a besoin de se confier sache qu'il y aura un moment où il pourra le faire.

2. La routine des loisirs

Pour l'enfant comme pour l'adulte, l'anticipation d'une activité plaisante, récurrente, aide à mieux s'acquitter des obligations quotidiennes. Qui n'est pas motivé par la perspective d'un bon moment ?

3. La routine du ménage

Les enfants qui participent aux tâches ménagères développent leur pouvoir d'action et leur sentiment d'appartenance. Et grâce à leur contribution, les parents disposent de plus de temps à leur consacrer !

4. La routine des parents

Quand les parents s'accordent un moment régulier de ressourcement ou de répit, que ce soit comme couple ou comme individu, c'est toute la famille qui s'en porte mieux.

5. La routine des repas

La transmission de plusieurs valeurs passe par les repas pris en famille. Les effets de cette routine vont bien au-delà de l'alimentation !

« Les enfants issus de familles qui appliquent des routines présentent moins de troubles de comportements et réussissent mieux à l'école. »

À lire aussi, un texte de la conférencière sur le sujet : http://www.csharricana.qc.ca/RENDEZ_VOUS_RAP

Lucie Desruisseaux,
Responsable du soutien aux Rendez-vous RAP d'Amos



Photo : Dany Germain