

Que faire si...

... l'enfant a une très faible estime de soi ?

L'estime de soi et les troubles de l'apprentissage chez les enfants

Il a été démontré que l'estime de soi des enfants ayant des troubles d'apprentissage est moins élevée que celle des autres enfants. Il est important de reconnaître les efforts que l'enfant a pu faire à l'école et de lui donner l'occasion d'être fier de ce qu'il y a accompli.

Ce que vous pouvez faire:

Voici une liste d'idées que vous pouvez appliquer dans votre classe :

- Donnez des choix aux enfants et ne les forcez jamais à participer à des activités où ils ont des difficultés (par exemple un concours d'orthographe ou une activité de lecture à haute voix).
- Assurez-vous que votre salle de classe est un endroit rassurant permettant de faire des erreurs.
- Ne les surprotégez pas et ne faites pas tout pour eux.
- Donnez à l'enfant des responsabilités au sein de la classe pour que les autres puissent voir ses compétences.
- Introduisez des activités sans équipes pendant la pause pour que l'enfant puisse participer.
- Valorisez l'effort, qu'ils gagnent ou qu'ils perdent.
- Encouragez la pratique pour développer les compétences
- Donnez-leur de nouveaux défis et encouragez la curiosité
- Soyez précis et sincère dans vos commentaires
- Favorisez une image corporelle saine et des activités sportives.

Quelques exemples d'activités :

À propos de moi : phrases de développement de l'estime de soi. Cet exercice aide les enfants à identifier leurs propres traits et caractéristiques positifs et à reconnaître leurs réussites. Il se compose de 6 phrases que les enfants doivent compléter par écrit, par dessin, en collant des images :

- J'étais vraiment heureux(se) quand...
- Ce que mes amis aiment chez moi, c'est...
- Je suis fier(e) de...
- Ma famille était heureuse quand j'ai...
- À l'école, je suis fort(e) en ...
- Ce qui me rend unique, c'est ...

