

## Comment préparer mon enfant à la maternelle

---

Au fur et à mesure que le premier jour d'école de votre enfant s'approche à pas de loup, vous allez faire tous les deux l'expérience de sentiments différents. Cela vous enthousiasme de savoir qu'il est d'âge à aller à l'école. Vous vous demandez parallèlement s'il s'adaptera à cette nouvelle routine.

Votre enfant ressent peut-être également de l'enthousiasme. Toutefois, s'il est toujours resté avec vous, il se sentira peut-être un peu dépassé à l'idée d'aller à l'école. De la même façon, pour un enfant qui fréquente déjà un service de garde à l'enfance, le fait de passer une partie de la journée en pré-maternelle ou en maternelle, peut présenter de nouvelles difficultés. S'habituer à un changement de routine et d'enseignant ne se fera peut-être pas tout seul.

Voici ce que vous pouvez faire pour faciliter ce changement, que ce soit la première fois que votre enfant est séparé de vous ou qu'il passe du service de garde à l'enfance à l'école.

**1. Expliquer la nouvelle routine.**

Expliquez la nouvelle routine qui commencera à la rentrée des classes, à la personne qui s'occupe de votre enfant. Mettez votre enfant dans la confiance pour qu'il soit prêt pour ce changement.

**2. Énumérer ce qui ne changera pas.**

Avant la rentrée des classes, vous pouvez évoquer l'école maternelle ainsi que la personne qui s'occupe de votre enfant, pour le rassurer, en lui rappelant tout ce qui ne changera pas.

**3. Visiter l'école à l'avance.**

Visitez au cours de l'été, dans la mesure du possible, l'école que votre enfant va fréquenter. Si elle dispose d'un terrain de jeu, vous pourrez même décider d'y passer un peu de temps et de le laisser jouer, pour qu'il se familiarise avec cet endroit.

**4. Vous procurer le nom du professeur ou de la professeure de votre enfant.**

Les services administratifs des écoles sont souvent ouverts avant le premier jour d'école et ils pourront peut-être vous renseigner.

**5. Faciliter l'adaptation de votre enfant à sa classe.**

Demandez à l'école si vous pouvez vous y présenter pendant la première semaine et peut-être même assister à la première heure ou aux premières heures de classe, jusqu'à ce que votre enfant semble être à l'aise.

**6. Rassurer votre enfant en lui disant que vous allez revenir.**

Veillez à ce que votre enfant sache qui viendra le chercher à la fin des classes. Un enfant anxieux voudra peut-être savoir à quel moment précis cela se produira. Trouvez un élément dans la routine pour lui servir d'indice, par exemple : « Quand tu auras nettoyé la salle et que tu entendas la sonnerie, alors tu sauras qu'il est temps de rentrer à la maison. Nous serons déjà là pour t'emmener avec nous. »

7. **Se montrer enthousiaste au sujet de l'école.**  
Citez toutes les choses merveilleuses qu'il accomplira à l'école : se faire des amis, accomplir diverses activités artistiques et ludiques et, bien sûr, apprendre des choses. Faites cela à la maison, en présence de la personne qui s'occupe de lui.
8. **Aider votre enfant à rencontrer des amis de l'école.**  
Trouvez d'autres enfants du quartier qui fréquentent la même école. La personne qui d'occupe de votre enfant pourra vous y aider. Parlez de ces enfants en soulignant à quel point ils apprécient cette école. Programmer à l'avance des rencontres pour qu'ils jouent ensemble, en invitant au moins un enfant qu'il connaît déjà.
9. **Évoquer vos propres souvenirs.**  
Évoquez vos propres souvenirs d'école, ce que vous avez ressenti en allant à l'école pour la première fois. Si l'enfant a des frères et des sœurs plus âgés, faites-les raconter également leurs souvenirs.
10. **Vous préparer ensemble.**  
Associez-le aux préparatifs de la rentrée, par exemple, tout simplement, en choisissant ensemble des grignotines à emporter chaque jour ou en achetant des fournitures scolaires. En l'associant à ces préparatifs, vous lui ferez comprendre que c'est un jour extraordinaire, qui le concerne au plus haut point.
11. **Partager sa joie de devenir un « grand ».**  
La première journée d'école est souvent perçue comme le signe qu'on est un « grand ». Parlez avec votre enfant des sentiments que l'école lui inspire. Il se sent peut-être parfaitement à l'aise à l'idée d'être un « grand » ou cela peut, au contraire, le dépasser complètement. Montrez-vous réceptif(tive) à ses sentiments et poursuivez naturellement votre évocation de tous ces événements merveilleux qui se passent à l'école.
12. **Créer un bus d'écoliers à pieds.**  
Si votre enfant connaît d'autres enfants du quartier qui fréquenteront la même école, vous souhaiterez peut-être aller à l'école ensemble à pied, ce qui permettra à votre enfant de se sentir membre d'une communauté, y compris quand il n'est pas à la maison.
13. **Organiser à la maison une exposition consacrée à l'école.**  
Organisez dans la maison un endroit réservé à votre enfant et où il pourra exposer ses travaux scolaires. Vous pouvez décorer cet endroit ensemble, avant même la rentrée des classes.