



**RASSEMBLONS-
NOUS,
CANADA.**

Des liens plus forts.
Une meilleure santé mentale.



CRÉER DES LIENS EN CLASSE

SOUTENIR LA CRÉATION DE LIENS EN CLASSE

La solitude et l'isolement social peuvent nuire à la santé mentale, à la confiance et au sentiment d'appartenance des élèves.

L'établissement de liens aide les jeunes personnes à se sentir :

- soutenues;
- acceptées;
- comprises;
- valorisées.

Les salles de classe peuvent renforcer les liens de nombreuses façons :

En encourageant les compétences sociales

Aidez les élèves à pratiquer l'écoute, l'empathie et la résolution de conflits.

En créant des occasions de collaboration

Utilisez des activités qui permettent aux élèves de travailler ensemble et d'apprendre à se connaître.

En créant des environnements inclusifs

Faites de la place pour différentes perspectives, origines et identités.

En soulignant les petits moments

Des gestes simples, comme saluer les élèves, encourager leur participation ou reconnaître leurs efforts, peuvent les aider à se sentir connecté-es.

Découvrez notre guide de discussion et nos activités sur la création de liens pour la Semaine de la santé mentale afin d'obtenir des idées pour renforcer les liens dans votre classe.

