***Les parents font toujours la différence !* (Édition collège) octobre 2026**

>>

Utilisez quatre stratégies pour éveiller l'intérêt de votre enfant pour les STEM

Il est courant que les élèves pensent que les sciences et les mathématiques sont trop difficiles. Beaucoup d'enfants pensent qu'ils ne sont tout simplement « pas bons » dans ces matières. Cependant, lorsque les collégiens essaient des activités pratiques et amusantes, ils réalisent souvent que ces matières sont en réalité passionnantes !

Si votre enfant trouve les sciences ou les mathématiques ennuyeuses ou difficiles, voici quatre moyens simples de susciter l'intérêt :

- Trouvez des vidéos ou des jeux scientifiques en ligne. Des sites comme YouTube ou Common Sense Media proposent des émissions éducatives, des expériences et des jeux interactifs pour les enfants de tous âges.
- Rendez-vous à la cuisine. En préparant un repas ensemble, posez des questions pour faire réfléchir votre enfant :
- Pourquoi pensez-vous que l'eau bout quand elle chauffe ?
- Qu'est-ce qui s'est passé quand on a oublié de mettre de la levure chimique dans les biscuits ? »
- Combien de farine aurons-nous besoin si nous doublons cette recette ?
- Visitez un musée d'histoire naturelle ou un centre scientifique en personne ou en ligne. Ces lieux aident les enfants à voir comment la nature, la science et la technologie ont évolué au fil du temps et à expliquer comment fonctionnent les choses du quotidien.
- Concentrez-vous sur la croissance. Apprendre quelque chose de nouveau est souvent difficile au début. Parlez des nouvelles compétences que votre enfant acquiert et de la manière dont ces compétences pourraient être utiles à l'avenir. Dites que vous êtes fier de l'effort que votre enfant travaille.

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still make the difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc. **Source :** M. Pinola, « Comment intéresser vos enfants aux STEM (sans leur imposer) », LifeHacker.

>>

Améliorez vos résultats scolaires par l'exercice

Le stress peut diminuer la performance des élèves en classe. Il s'accompagne souvent d'épuisement et de distractions — aucun des deux n'étant utile à l'apprentissage. Une façon simple et efficace d'aider votre collégien à réduire le stress est d'encourager le mouvement quotidien.
Activité physique :

- Cela peut aider votre enfant à se sentir plus heureux. Les endorphines qui libèrent l'exercice augmentent également leur niveau d'énergie.

- C'est apaisant. Lorsqu'il est concentré sur l'exercice ou le sport en cours, votre enfant risque d'arrêter de se concentrer sur ses soucis.
- Améliore la mémoire. L'exercice augmente le flux sanguin vers le cerveau, ce qui peut aider votre enfant à rester alerte et à mieux se souvenir.
- Augmente la confiance en soi. L'exercice aide les élèves à se sentir maîtres de leur corps — ce qui peut les inspirer à prendre le contrôle de leurs études.

Lorsque vous planifiez l'emploi du temps de votre enfant, essayez de faire au moins 30 minutes d'exercice par jour.

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still make the difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc. **Source :** « Exercice et stress : bougez pour gérer le stress », Mayo Foundation for Medical Education and Research.

>>

Développez des connaissances de base pour soutenir la compréhension de lecture

Les recherches montrent que les élèves comprennent beaucoup mieux ce qu'ils lisent lorsqu'ils connaissent déjà quelque chose sur le sujet. C'est ce qu'on appelle des connaissances de base.

Être familier avec un sujet permet à votre enfant de se concentrer davantage sur le sens que sur le décodage lors de la lecture — ce qui facilite la compréhension et l'apprentissage.

Pour aider votre enfant à construire une base solide de connaissances :

- Lisez sur le monde. Encouragez votre enfant à lire des articles de presse. Beaucoup couvriront des sujets que votre enfant rencontrera probablement dans ses devoirs.
- Découvrez de nouvelles choses. Visitez des musées, regardez des émissions éducatives ou visitez des sites historiques. Ces expériences réelles peuvent être liées à quelque chose que votre enfant lira à l'avenir.
- Partagez vos expériences. Parlez à votre enfant des endroits où vous êtes allés, des loisirs que vous aimez ou des différents emplois que vous avez eus.

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still make the difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc. **Source :** K. Allan et M. Miller, Littératie et apprentissage : stratégies pour les enseignants de collège et secondaire, Houghton Mifflin.

>>

Apprenez à votre collégien à se concentrer sur six domaines clés de l'écriture

Aider les collégiens à écrire peut être délicat. Ils sont souvent sensibles aux critiques et résistants aux suggestions d'amélioration.

Au lieu de donner un retour *après* que votre enfant ait écrit quelque chose, essayez de lui offrir des conseils *avant de* commencer . Encouragez votre élève à se concentrer sur ces six axes clés :

1. Idées et contenu. Les points doivent être pertinents et bien étayés. Le lecteur doit facilement comprendre exactement ce que votre enfant essaie de dire.
2. Choix de mots. Une écriture forte « peint une image ». Quand votre enfant décrit quelque chose, le lecteur doit pouvoir le visualiser. Chaque mot doit donner du sens, pas seulement remplir l'espace.
3. Organisation. Une écriture solide a un début, un milieu et une fin clairs. Les points doivent s'enchaîner logiquement et rester sur le sujet.
4. Structure des phrases. L'écriture doit être claire et facile à suivre. Les phrases doivent couler naturellement, comme une vraie conversation. Aidez votre enfant à éviter de répéter les mêmes mots de départ. Par exemple, si une phrase commence par « Je ressens », la suivante doit commencer différemment.
5. La voix. L'écriture de votre enfant doit refléter sa personnalité, ses sentiments et son ton.
6. Mécanique. C'est la dernière étape. Rappelez à votre enfant de relire l'écriture pour vérifier l'orthographe, la grammaire et la ponctuation correctes.

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still Make the Difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc.

>>

Avez-vous fait de l'honnêteté académique une priorité élevée ?

Dans une enquête menée par le Center for Academic Integrity, un impressionnant 95 % des lycéens ont admis avoir participé à une forme de triche. Abordez-vous cela avec votre enfant avant le lycée ? Répondez oui ou *non* aux questions ci-dessous pour le savoir :

1. Donnez-vous un exemple positif à votre enfant en étant honnête vous-même ?
2. Avez-vous parlé avec votre enfant du code d'honneur de l'école et de l'importance de le suivre ?
3. Avez-vous discuté de différents types de triche, comme trouver des réponses aux questions d'examen en ligne, partager des réponses et utiliser des applications ou de l'IA pour faire le travail que votre enfant est censé accomplir ?
4. Avez-vous expliqué que copier des passages sans donner crédit aux sources est aussi de la triche ?
5. As-tu dit que tromper est toujours mal et parlé des conséquences ?

Comment ça va ?

La plupart du temps, *les réponses oui* signifient que vous encouragez un travail honnête. Pour *les réponses non*, essayez ces idées.

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still Make the Difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc.

>>>

Quatre façons de soutenir la réussite scolaire au collège

Des études montrent que le soutien familial reste essentiel pour les collégiens. En fait, ce que vous faites à la maison a souvent plus d'impact que le bénévolat à l'école.

Essayez ces quatre stratégies basées sur la recherche pour aider votre enfant à réussir en classe :

1. Reliez l'apprentissage à la vie réelle. Parlez de ce que votre enfant apprend. Ensuite, trouvez des moyens d'utiliser ces leçons dans la vie quotidienne. Par exemple, votre enfant peut-il appliquer des compétences en mathématiques pour déterminer le chemin le plus économique vers une destination ? Cela démontre l'importance et la pertinence de l'éducation.
2. Parlez de l'avenir. Votre enfant veut-il devenir architecte, mécanicien ou créateur de mode ? Aidez votre collégien à étudier l'éducation et la formation nécessaires pour se préparer à des carrières qui vous intéressent. Rappelez à votre enfant que même si les intérêts changent, une éducation solide est la clé pour atteindre n'importe quel objectif.
3. Partagez vos attentes. Lorsque les élèves savent que leurs familles croient en eux et attendent d'eux qu'ils travaillent dur, ils se sentent plus motivés à donner le meilleur d'eux-mêmes.
4. Encouragez la lecture pour le plaisir. Prendre du temps pour la lecture récréative reste l'un des moyens les plus efficaces de renforcer la lecture, le vocabulaire et la réflexion. Gardez à la maison une variété de livres, magazines et articles — et modélisez vous-même des habitudes de lecture !

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still make the difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc. **Source :** D. Viadero, « Scholars : Les liens parent-école devraient évoluer à l'adolescence », Education Week.

>>

L'étude des langues étrangères développe des compétences clés pour l'apprentissage et bien plus encore

Aujourd'hui, moins d'élèves aux États-Unis apprennent à parler une langue autre que l'anglais. Mais les recherches montrent qu'il existe des bénéfices significatifs à apprendre une autre langue.

Lorsque les étudiants étudient des langues étrangères, ils améliorent leurs :

- Compétences en mémoire. Les élèves en langues doivent apprendre et se souvenir de beaucoup de nouveau vocabulaire. Ils constatent que renforcer leur mémoire, c'est comme renforcer un muscle. Plus ils l'utilisent, plus il devient fort.
- Compréhension de leur langue maternelle. Les élèves commencent à comprendre comment fonctionne la langue. Cette compréhension les aide à améliorer leurs

compétences en écriture, en lecture et même en évaluation. Les élèves parlant une seconde langue obtiennent régulièrement de meilleurs résultats aux tests standardisés.
- Compétences en résolution de problèmes. Des études montrent que les élèves parlant deux langues obtiennent également de meilleurs résultats en mathématiques et en sciences.
- Sentiment d'accomplissement. Apprendre une autre langue est un défi. À mesure que les élèves la maîtrisent, ils voient qu'ils peuvent aborder des matières difficiles.
- Capacité à trouver un emploi. Beaucoup d'employeurs souhaitent embaucher des personnes parlant plus d'une langue.
- Sensibilisation culturelle. L'exposition à de nouvelles langues favorise une appréciation plus profonde des différentes perspectives et traditions mondiales.

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still make the difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc. **Source :** « Que montrent les recherches sur les bénéfices de l'apprentissage des langues ? » Conseil américain pour l'enseignement des langues étrangères.

>>>

Questions et réponses

Q : Mon enfant traîne avec des enfants qui ne sont pas très gentils. J'ai peur que mon enfant ne cède à la pression des pairs et commence à agir de la même façon. Que devrais-je faire ?

R : Parle absolument à ton enfant mais essaie de ne pas te concentrer sur un seul ami en particulier. Au lieu de cela, ayez une conversation générale sur ce qui fait un bon ami. Posez des questions comme :
- Quelles activités amusantes faites-vous ensemble ?
- Qu'est-ce que tu aimes le plus dans le fait de passer du temps avec eux ?
- En quoi croyez-vous ou auxquels vous tenez-vous à cœur ?
- Comment te sens-tu quand tu es avec eux ?

Il se peut que ces amis fassent que votre enfant se sente plus mature. Ou bien votre enfant est mal à l'aise avec la façon dont ces enfants se comportent mais ne sait pas comment gérer cela.

Voici quelques façons d'accompagner votre enfant dans cette situation :
- Évitez les commentaires critiques. Rabaisser vos amis ou leurs familles peut amener votre enfant à devoir les défendre.
- Posez des questions orientatrices. Au lieu de juger, essayez quelque chose comme : « On dirait que votre amie a été impolie avec l'enseignante. Comment cela vous a-t-il fait ressentir ? » Ce genre de question large peut encourager votre enfant à s'ouvrir.
- Soyez soutenant. Rappelez-vous que votre enfant n'est pas faible lorsqu'il est touché par la pression des pairs. Dites-lui que ces situations sont difficiles et que vous êtes là pour aider votre enfant à comprendre les choses.

- Établissez des règles claires. Si vous êtes vraiment inquiet pour ces amis, il est normal d'intervenir. Surveillez le temps que votre enfant passe avec eux ou limitez la fréquence à laquelle il se voit.

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still Make the Difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc.

>>

Partagez des stratégies pour gérer les devoirs scolaires

Les élèves ont besoin de solides compétences d'étude pour réussir au collège — et vous pouvez aider votre enfant à les développer. Les compétences d'étude que votre élève apprend maintenant seront utiles aujourd'hui, au lycée et au-delà.

Pour poser les bases de la réussite académique :

- Encouragez votre enfant à décomposer les grands projets en petits morceaux. Les collégiens sont souvent déconcertés par les devoirs à long terme. Les petites parties sont moins intimidantes. Demandez à votre enfant de fixer une date limite pour chaque partie.
- Demandez à votre enfant d'estimer combien de temps prendra un devoir et de planifier le temps en conséquence. Ensuite, demandez à votre enfant d'utiliser un minuteur pour vérifier si les estimations sont exactes. Cela aidera votre élève à faire des ajustements pour ses futurs devoirs.
- Augmentez la conscience de soi. Recommandez de faire les devoirs quand votre enfant est le plus alerte. Si votre enfant a besoin de se défouler, encouragez-vous à courir ou à marcher rapidement avant de vous asseoir pour travailler.
- Soyez flexible quant à l'endroit où votre enfant travaille. Permettez-lui de travailler là où c'est confortable — que ce soit à la table de la cuisine ou sur le canapé. Assurez-vous simplement que l'espace est suffisamment éclairé et exempt de distractions.
- Promouvez l'organisation. Aidez votre enfant à créer un système pour suivre les devoirs importants. Cela peut être un agenda, une application ou un calendrier de bureau.

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still Make the Difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc.

>>

Ne laissez pas les appareils numériques perturber les études de votre collégien

On dirait que des collégiens sont collés à leurs téléphones et tablettes. Ils envoient des textos, regardent des vidéos et font défiler les réseaux sociaux toute la journée.

Il n'est pas surprenant que les élèves essaient d'utiliser ces appareils pendant leurs devoirs. Cependant, des recherches montrent que l'utilisation du téléphone ou des réseaux sociaux pendant les études entraîne des notes plus basses.

Les élèves peuvent penser que regarder une vidéo d'histoire ou vérifier une réponse en mathématiques les aide à étudier. Le problème, c'est qu'ils restent rarement concentrés. Bientôt, ils passent de cette vidéo d'histoire à un clip viral, et leurs devoirs scolaires sont oubliés.

Pour aider votre enfant à rester concentré :

- Parlons de multitâche. Expliquez que les recherches montrent que cela ne fonctionne pas. Pour apprendre, les élèves doivent se concentrer sur une chose à la fois.
- Évitez toute distraction. Multitâche rend les devoirs beaucoup plus longs. Faites en sorte que votre enfant laisse le téléphone ou la tablette dans une autre pièce pendant qu'il étudie.

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still Make the Difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc.

>>>

Quatre habitudes peuvent rendre le temps d'étude de votre enfant efficace

Au collège, le travail scolaire ne se limite pas à mémoriser des faits. Les élèves doivent réfléchir plus profondément à ce qu'ils apprennent. En aidant votre enfant à adopter ces habitudes d'étude, vous pouvez favoriser le type de réflexion qui rend le temps d'étude plus efficace.

Encouragez votre enfant à faire de ces techniques une habitude :

1. Posez six questions clés. Votre enfant doit toujours demander : *qui, quoi, quand, où, pourquoi* et *comment*. Les réponses aideront votre enfant à comprendre les devoirs de lecture et à créer de meilleurs plans.
2. Apprenez le vocabulaire. Les élèves ont souvent du mal parce qu'ils ne savent pas ce que signifient les mots. Encouragez votre enfant à chercher des définitions pour des mots inconnus.
3. Pese l'information. Apprends à ton enfant à trouver l'idée principale. Si une phrase dit « La chemise bleue de Juan était mouillée de larmes », demande si la couleur de la chemise ou le fait que Juan pleurait est plus important.
4. Comparez et contrastez. Aidez votre enfant à s'exercer à trouver comment les choses sont identiques ou différentes. Cette compétence est particulièrement utile pour l'histoire et l'anglais. Demandez à votre enfant de comparer deux choses, comme la façon dont la vie d'un soldat pendant la guerre d'Indépendance était identique ou différente de celle d'un soldat moderne.

Reproduit avec permission du numéro d'octobre 2026 de Parents Still Make the Difference ! ® (Édition collège) newsletter. Copyright © 2026 The Parent Institute®, une division de PaperClip Media, Inc.

>>