

ID : 2160

Catégorie : FLM

Nombre de mots : 800

Comment améliorer le bien-être chez les élèves du secondaire ?

Avec du temps illimité, les possibilités deviennent infinies, car tout bon changement prend du temps, mais si nous rajoutons de l'argent illimité, un nombre infini de possibilités s'ouvre. Si j'avais des moyens illimités, du temps et de l'argent infini, j'aimerais faire plusieurs changements et améliorations bénéfiques aux élèves du secondaire et améliorer beaucoup de choses sur le plan du bien-être. Le bien-être individuel se sépare en trois catégories principales : la santé physique, mentale et sociale. Pour avoir le bien-être collectif, les besoins individuels doivent être respectés, car sans bien-être individuel, il ne peut pas vraiment y avoir de bien-être collectif. Les moyens illimités en notre possession doivent être utilisés afin pour fournir les besoins du bien-être aux élèves du secondaire. Pour connaître ce bien-être, il faut avoir une bonne santé sociale, physique, intellectuelle, émotionnelle et spirituelle. Ce qui nous en empêche sont nos plus gros problèmes : l'engagement social mais, surtout, le stress et l'anxiété.

Pour minimiser le stress et l'anxiété il y a beaucoup de choix. L'un serait pour chaque école d'avoir un psychologue et de donner à chaque élève la possibilité de visiter ce psychologue, lors de moments de stress/anxiété ou simplement pour discuter. Un autre serait d'aider les élèves et leur famille dans leurs besoins financiers. Un troisième serait de payer aussi les frais universitaires et collégiaux de chaque élève poursuivant des études post-secondaires, ce qui aiderait les familles ayant des problèmes financiers et réduirait considérablement le stress des élèves.

En effet, les frais universitaires et collégiaux peuvent être coûteux et pour payer les frais scolaires, il y a beaucoup d'élèves qui s'épuisent en travaillant, en refaisant des travaux afin d'augmenter leurs notes et en ayant des attentes scolaires très hautes. Le montant payé des frais de scolarité pourrait être déterminé en se basant sur le rendement scolaire de chaque élève, mais pas uniquement sur leurs notes, mais aussi sur l'effort exercé par chaque élève.

Finalement, pour aider avec le stress relié aux examens, je propose des tests écrits et formulés/construits pour accommoder les forces/aptitudes et les faiblesses de chaque élève dans un test spécialement conçu pour eux. Par exemple, si un élève est très fort en algèbre, mais a beaucoup de difficultés en géométrie, le test serait construit avec des questions spécifiques spécialement conçu pour l'élève. En faisant cela on pourrait facilement voir les endroits à travailler et à améliorer de chaque élève puisqu'ils auraient tout le temps nécessaire pour bien comprendre et donc à bien réussir.

Le bien-être académique et financier étant réglé, maintenant le bien-être social et physique. Les jeunes aiment rester confortables dans leur milieu et seulement socialiser avec les gens qu'ils connaissent déjà. Dans les médias cela se présente différemment, mais en réalité, il peut parfois y avoir un manque de socialisation entre adolescents venant de différentes endroits/écoles. Pour remédier à cette difficulté, je propose des voyages et des échanges entre les élèves d'autres provinces et possiblement d'autres pays.

L'élève sort de son milieu familial et apprend à communiquer avec les élèves étrangers. L'interaction et l'engagement social deviennent inévitables, de nouvelles et inhabituelles expériences sont vécues, résultant en une maturation personnelle, d'où un bien-être social.

Pour renforcer le bien-être social, on devrait aussi encourager les élèves à faire plus de bénévolat. Notre engagement communautaire bénéficierait à la communauté, améliorerait la réputation de l'école et surtout serait bénéfique aux élèves, en plus de leur donner des crédits scolaires, car, faire du bénévolat peut réduire le stress, apporter du bonheur en aidant les autres en causant un bien-être social, émotionnel et possiblement spirituel. Maintenant, il ne nous reste plus qu'à régler le bien-être physique et le tour est joué.

Lorsque nous faisons de l'activité physique, notre corps produit des endorphines, cela à l'effet de nous détresser et d'améliorer notre humeur. Chaque école devrait donc avoir accès à de l'équipement sportif de bonne taille et d'une qualité acceptable et à un gymnase d'une taille convenable ce qui rendrait le cours d'éducation physique bien plus agréable, grâce à la variété de sports qu'on pourrait pratiquer sans avoir peur de se blesser.

Finalement, pour aider les élèves à gérer leur temps, leur stress, leurs devoirs et avoir une bonne santé physique, je recommanderais de mettre en place des périodes libres pour faire les devoirs ou donner accès au (plus grand) gymnase. Je recommanderais aussi de rallonger les récréés et la période de lunch pour donner la chance aux élèves de mieux socialiser.

En conclusion, il y a beaucoup de possibilités d'améliorer le bien-être, de gérer le stress au secondaire. Même sans argent, temps ni matériel illimité, nous devons en être capables. Il suffit de bien vouloir car, si son bien-être émotionnel, spirituel, social, intellectuel et physique est assuré, si son anxiété et son stress sont réduits, petit à petit, l'ado fait son nid.