

## MOTS D'ENCOURAGEMENTS : MODE D'EMPLOI

Des encouragements nourris et répétés aident le jeune à développer une bonne estime de soi et à s'engager dans une relation positive avec celui qui les offre, qu'il soit un parent, un enseignant, un entraîneur, un ami... L'estime de soi et le soutien affectif sont des déterminants importants de la persévérance scolaire. **Tous les jeunes ont besoin d'encouragements : même ceux qui ne semblent pas en avoir besoin; surtout ceux à qui l'on pourrait être moins tenté d'en offrir.**

Voici quelques consignes très simples pour témoigner de l'encouragement à un jeune :

1. Soulignez une réussite ou une amélioration!
2. Valorisez les efforts fournis!
3. Incitez au dépassement de soi, notamment après un échec!
4. N'hésitez pas à employer des superlatifs!
5. Abusez du point d'exclamation, à l'oral comme à l'écrit!
6. Amalgamez, additionnez et empilez les adjectifs à connotations positives!
7. Utilisez tous les moyens à votre disposition : une parole, un geste, une lettre, une note collée sur un frigo, un texto, un mot glissé dans l'agenda, un courriel, une carte... Les idées sont nombreuses : innovez!
8. Joignez à l'occasion l'encouragement à l'octroi d'une récompense ou d'un privilège!
9. Encouragez le jeune peu importe son âge, de la petite enfance jusqu'aux portes de l'âge adulte et au-delà!
- 10. Répétez l'exercice le plus souvent possible, au moins une fois par jour!**

### Quelques exemples de mots d'encouragement

*Bravo!*

*Chapeau!*

*Félicitations!*

*Bravissimo!*

*Extraordinaire!*

*Parfait!*

*Superbe!*

*Fabuleux!*

*Magnifique!*

*Épatant!*

*Ne lâche pas!*

*L'effort mène à la réussite!*

*Une fois encore et tu l'auras!*

*Mets-y du cœur au ventre!*

*Persévère, tu réussiras!*

*Continue!*

*Je savais que tu y arriverais!*

*Tu t'améliores!*

*Tu fais du bon boulot!*

*Je suis fier de toi!*

*Quelle amélioration!*

*Ça c'est du travail bien fait!*

*À te regarder faire,  
ça semble facile!*

*Tu apprends beaucoup!*

*Tu vas te rendre loin!*

*Tu fais vraiment d'énormes progrès!*

*Nous sommes là pour te soutenir!*

*On t'applaudit!*

*Tu nous inspires!*

*Toute une performance!*

*Tes résultats m'impressionnent!*

*Je louange tes efforts!*

*Tu mérites un 10 sur  
l'applaudimètre!*

*Je suis ton fan numéro 1!*

*C'est mieux que jamais!*

*Tu réussis admirablement!*

*Rien ne peut t'arrêter maintenant!*

*Tu agis de plus en plus  
comme un grand!*