



Édith Levasseur

Initiation aux émotions

Dans les écoles primaires, la gestion des émotions n'a jamais été un sujet d'étude très populaire. Édith Levasseur sait pourtant qu'il s'agit du point de départ d'une bonne éducation, qu'elle souhaite offrir avec Impact Pleine Conscience!



«Ce pas vers l'entrepreneuriat a été l'un des plus difficiles de ma vie, mais il m'a fait énormément évoluer comme personne. Les retombées sont très gratifiantes.»

émotions. Pour y arriver, elle propose une approche unique et de nombreux outils», explique l'entrepreneure de 43 ans.

Parmi les outils offerts aux petits, on trouve une peluche thérapeutique, 30 fiches de stratégies d'intervention, une boule à neige relaxante, trois livres jeunesse amusants et plusieurs formations. Les adultes ne sont toutefois pas en reste: «L'entreprise propose aussi un guide aux employés du milieu scolaire qui désirent intégrer la pratique de la pleine conscience dans leurs écoles, ainsi que des formations destinées aux parents, aux éducateurs, aux psychoéducateurs, aux travailleurs sociaux et aux enseignants.»

Même si elle enseigne à l'école primaire depuis plus de 20 ans, Édith Levasseur n'a jamais cessé de peaufiner ses méthodes pédagogiques. Lorsqu'elle découvre les techniques d'impact enseignées par la D^{re} Danie Beaulieu, de l'Académie Impact, elle s'empresse de les appliquer à son milieu de travail. «Rapidement, toute l'ambiance de notre école a été transformée, se rappelle l'enseignante. J'ai vraiment ressenti le besoin de faire partager mes connaissances et mes stratégies avec un plus grand nombre de personnes pour générer un impact positif auprès des enfants.»

UNE LEÇON D'AMOUR

Ces stratégies simples, visant à développer l'intelligence émotionnelle des jeunes, se révèlent si efficaces qu'Édith Levasseur s'en inspire pour créer tous les produits de son entreprise, Impact Pleine Conscience. «Sa mission première est d'apprendre aux enfants à s'aimer, à développer une attitude positive et à contrôler leurs

LE REVERS DE LA MÉDAILLE

L'œuvre bienveillante d'Édith Levasseur lui a valu bien des témoignages touchants de la part de ses clients, jeunes et moins jeunes, mais elle a aussi attisé la jalousie de plusieurs. «Malheureusement, la réussite est souvent synonyme de rejet ou d'envie, se désole l'entrepreneure. J'ai dû apprendre qu'il faut se protéger des attaques et des remarques négatives pour poursuivre son rêve.» Si seulement ses détracteurs avaient grandi avec les outils d'Impact Pleine Conscience...

QUEL EST VOTRE PLUS GRAND RÊVE?

QUE LA SAINTE GESTION DES ÉMOTIONS, LA COMMUNICATION NON VIOLENTE ET LA PRATIQUE DE LA PLEINE CONSCIENCE SOIENT ENSEIGNÉES DANS TOUTES LES ÉCOLES. SI LES ÊTRES HUMAINS APPRENAIENT À SE CONNAÎTRE ET À RENCONTRER L'AUTRE, JE CROIS QUE NOTRE MONDE SE PORTERAIT MIEUX.

JE M'INSPIRE DES OBJECTIFS DE L'ONU EN...

Donnant aux individus les moyens de vivre en bonne santé par la promotion du bien-être, en enseignant la gestion des émotions et la pratique de la pleine conscience aux enfants, en outillant les parents et les intervenants du milieu scolaire qui les accompagnent.

Veillant à ce que tous puissent suivre une éducation de qualité, en aidant les enfants à adopter une bonne disposition émotionnelle à l'apprentissage.

