

# Spécial RENTRÉE SCOLAIRE



Psychopédagogue, enseignante et formatrice, Brigitte Prot a créé Bilan et itinéraire de motivation et d'orientation, une méthode destinée aux élèves de tous âges. Elle intervient auprès des enseignants et des parents, dans différents cadres institutionnels. Elle est l'auteure de *J'suis pas motivé, je fais pas exprès!* (Albin Michel, 2003) et prépare, sur le thème de la motivation, un ouvrage à paraître en mars 2011. Pour en savoir plus : [brigitte-prot.fr](http://brigitte-prot.fr).

Renouer avec le goût de l'effort et le désir d'apprendre. Non pour satisfaire un très narcissique appétit de performance des parents ni pour aiguiser l'esprit de compétition de l'enfant, mais afin que celui-ci puisse s'épanouir en développant ses talents et ses compétences. Pour réaliser ce projet, professeurs, parents et enfants doivent marcher main dans la main, chacun à sa place, sans confusion des rôles. Et ce dès l'école primaire.

Car les besoins des enfants, c'est une évidence mais elle mérite d'être rappelée, différent en fonction de leur âge. Raison pour laquelle nous avons découpé ce dossier en trois temps : **primaire** (p. 98), **collège** (p. 100) et **lycée** (p. 102), et nous avons confié, en exclusivité, le rôle de coach à Brigitte Prot, psychopédagogue et motivatrice professionnelle. Le but : fournir aux parents des outils et des repères sans leur donner de recettes ni de leçons !

DOSSIER COORDONNÉ PAR **FLAVIA MAZELIN SALVI**



Chaque semaine, retrouvez notre chronique « Modes de vie »:

# Comment motiver son enfant

Manque d'enthousiasme à l'école, angoisse et inquiétude à la maison... Comment les parents peuvent-ils trouver le juste équilibre entre pression et laisser-faire ? En ne se transformant pas en coachs, mais **en pratiquant la bonne motivation**, celle qui prend en compte la personnalité, l'âge et les besoins de l'enfant.

PAR FLAVIA MAZELIN SALVI

« Il abandonne à la moindre difficulté », « Il ne s'implique pas dans son travail », « Il n'a aucun sens de l'effort »... À quelques variantes près, la plupart des parents se

plaignent du manque de motivation de leurs enfants. Un phénomène qui, selon les professionnels de l'éducation, frappe de plus en plus tôt. Société de performance et de compétition oblige, le spectre de l'échec scolaire hante les familles. Et le désarroi parental progresse. « La motivation scolaire n'est qu'une expression de l'investissement de l'enfant dans la vie, explique le pédopsychiatre Patrice Huerre<sup>1</sup>. Sa curiosité peut être aussi bien encouragée qu'étouffée, tout

dépend de l'accueil qui est fait à son désir, à ses émotions, et de l'environnement culturel et affectif dans lequel il évolue. Il ne faut jamais oublier de prendre en compte ces données. »

## Assumer son rôle d'adulte

À ces éléments individuels s'ajoute le poids d'une culture ambiante massivement articulée autour du principe de plaisir, observe la psychanalyste Catherine Mathelin-Vanier<sup>2</sup> : « Notre civilisation de jouissance ne supporte pas la frustration ; le plaisir, la réussite doivent être immédiats. Le problème est que les parents envoient un double message à leurs enfants : ils encouragent la satisfaction immédiate, tout en leur demandant de faire des

efforts, donc de renoncer, au moins momentanément, à la jouissance, ce que les enfants ne font jamais sans y être contraints ! » Une analyse que partage le sociologue de la famille François de Singly<sup>3</sup>, qui apporte cependant un autre éclairage : « Les enfants d'hier étaient plus disciplinés, mais je doute fort que leur motivation personnelle et leur appétit de savoir aient été plus grands. Il fallait apprendre par cœur, alors ils apprenaient ! Ce qui a changé, c'est que le cadre disciplinaire est tombé, et l'inappétence des enfants n'est plus masquée. Pour les motiver, il faut les rendre plus actifs – moins de cours magistraux et plus de transmission sur un mode "travaux pratiques" –, car la passivité et la démotivation vont



de pair. Il est urgent de sortir les enfants de la léthargie ! »

Alors, comment donner aux plus petits le goût d'apprendre, et à leurs aînés l'envie de s'impliquer dans leur scolarité ? « Surtout pas en se transformant en coach, prévient Catherine Mathelin-Vanier. Car, contrairement à celui-ci, le parent est pris par ses affects et son inconscient, il est dans une relation trop passionnée et trop compliquée avec son enfant pour faire

preuve de la neutralité et de la sérénité que la position de coach exige. »

Nous avons donc demandé à Brigitte Prot, psychopédagogue, de nous donner les clés que tout parent pourra utiliser et adapter à sa personnalité et à sa culture familiale. « Pour aider leurs enfants à apprendre, donc à grandir, les parents doivent assumer pleinement leur rôle d'adultes et de guides, rappelle-t-elle. C'est ce que leurs enfants attendent d'eux pour se lancer

dans l'apprentissage en confiance et en y trouvant du plaisir. » À chaque tranche d'âge ses priorités, c'est pourquoi nous avons divisé ce dossier en trois : le primaire, le collège et le lycée.

*1. Patrice Huerre, auteur de Place au jeu ! (Nathan, 2007).*

*2. Catherine Mathelin-Vanier, auteure, avec notre collaboratrice Bernadette Costa-Prades, de Comment survivre en famille (Albin Michel, 2002).*

*3. François de Singly, auteur de Comment aider l'enfant à devenir lui-même ? (Armand Colin, 2009).*

## LES ANNÉES PRIMAIRE

# Sécuriser et frustrer

L'entrée à l'école primaire est **une étape importante dans la séparation parent-enfant**. Pour investir ses apprentissages et développer son autonomie, l'enfant doit s'y sentir en sécurité.

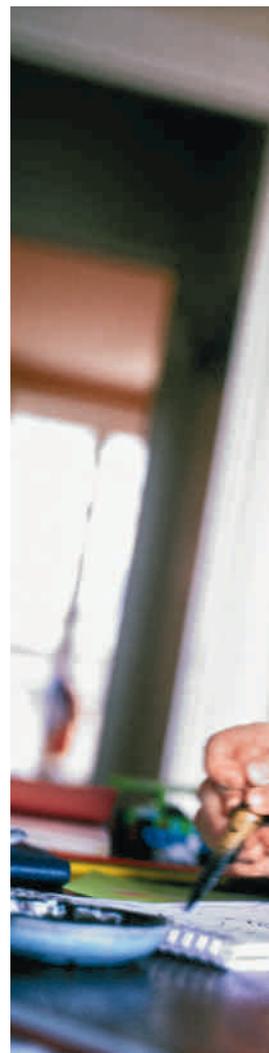
PAR ANNE LANCHON

### CONSTRUIRE DES PONTS ENTRE L'ÉCOLE ET LA MAISON

Ne pas trouver sa place à l'école est la principale source de démotivation des enfants, qui ne se sentent pas concernés par ce qu'ils apprennent. Le phénomène s'amplifie avec le passage au collège, mais s'installe dès le primaire. Pour l'éviter, parents et enseignants doivent veiller à établir des ponts entre l'école et la maison, les apprentissages scolaires et la vie quotidienne. Ces passerelles aident l'écolier à mettre du sens sur des savoirs éparpillés. Faire un gâteau devient l'occasion d'aborder de manière ludique la multiplication, se balader en forêt permet d'explorer le monde des insectes. Ainsi en terrain familier, l'enfant est sécurisé, sa curiosité est stimulée et l'émotion trouve sa place dans l'apprentissage. S'il aime le français et mémorise les conjugaisons, c'est peut-être parce que sa grand-mère lui raconte des histoires... Le plaisir se construit par l'exemple et le partage. C'est pourquoi ce type de transmission passe davantage par le « faire ensemble » et l'« être ensemble » que par de longs discours. Et même s'il ronchonne pour aller au musée, cela vaut la peine d'insister car, au fond de lui, l'enfant est demandeur. Il a besoin que l'adulte l'emmène découvrir de nouveaux territoires. La lecture de magazines d'actualité adaptés à son âge peut aussi y contribuer.

### LE CONFRONTER À LA FRUSTRATION

L'un des grands apprentissages du primaire est l'acquisition de l'autonomie. Cela suppose d'accompagner son enfant tout en respectant les étapes de son développement. Mais encore faut-il qu'il en ait envie ! La présence envahissante des écrans et l'habitude de « consommer » encouragent la passivité et le plaisir immédiat. Or l'intolérance à la frustration est difficilement compatible avec l'effort exigé par l'apprentissage. Les parents ont intérêt, très tôt, à limiter l'usage des écrans et à ne pas répondre immédiatement aux demandes de l'enfant pour favoriser chez lui le désir d'agir. Ils peuvent aussi différer l'achat d'un jouet, ne pas « faire » à sa place lorsqu'il échoue, ni proposer mille activités dès qu'il s'ennuie. Enfin, ils peuvent lui apprendre à travailler de plus en plus souvent seul, en restant à l'écoute en cas de difficulté. Plutôt que de réunir à sa place la documentation nécessaire à son exposé, mieux vaut lui indiquer où et comment la chercher. Cela suppose d'accepter que le résultat soit imparfait...





## DÉVELOPPER SES QUATRE FORMES DE CONFIANCE EN LUI

Apprendre suppose une prise de risques : ne pas comprendre, se tromper, être la cible de moqueries... C'est pourquoi la confiance en soi est indispensable à la réussite scolaire. Il en existe quatre types<sup>1</sup> : confiance en son intelligence, en ses connaissances et ses compétences, en sa capacité à prendre une décision, en sa capacité à mener à terme une tâche. Chaque enfant en possède au moins une sur laquelle les parents peuvent s'appuyer pour en développer une autre. Exemple : l'élève qui travaille, mais dont les résultats restent faibles, peut croire en son intelligence mais douter de ses connaissances. Il s'agit de lui faire prendre conscience que seule sa méthode de travail est en jeu, jamais sa personne. À chaque parent de repérer et de renforcer la confiance – une ou plusieurs – qui fait défaut. En portant un regard bienveillant et en laissant l'enfant tester et exercer cette confiance.

*1. Ce concept a été déposé à l'Institut national de la propriété industrielle (INPI) par Brigitte Prot.*

### SUR PSYCHOLOGIES.COM

#### Spécial rentrée scolaire

Deux spécialistes répondent en direct à vos questions :

- Comment aider ses enfants à se motiver ? Avec la psychopédagogue Brigitte Prot, mercredi 1<sup>er</sup> septembre, de 10 heures à midi.

- Scolarité : comment trouver le bon rythme pour ses enfants ? Avec le sociologue François de Singly, jeudi 2 septembre, de 10 heures à midi.

Sur [www.psychologies.com/Psycho-chat](http://www.psychologies.com/Psycho-chat).

Pour vous guider en tant que parents, deux tests sont aussi à votre disposition :

- Quel regard portez-vous sur l'école ?
- Quel coach scolaire croyez-vous être ?

Sur [test.psychologies.com](http://test.psychologies.com).

Des dossiers pour vous apporter conseils, témoignages et solutions :

- École : arrêtons de leur mettre la pression.

- Des activités scolaires antistress.

Sur [www.psychologies.com/Famille/Education/Scolarité](http://www.psychologies.com/Famille/Education/Scolarité).

## Votre enfant est démotivé si...

... la moitié des signes suivants s'installent au-delà de trois semaines :

**Il dit que la maîtresse (le maître) ne l'aime pas (ou que lui-même n'aime pas sa maîtresse, ou son maître).**

**Il refuse d'être aidé lorsqu'il en a besoin.**

**Il a mal au ventre avant de partir à l'école et oublie ses affaires.**

**Il est déçu par ses résultats.**

**Il pense qu'il n'y arrivera pas et cherche à être rassuré.**

**Hier, il savait sa leçon par cœur ; aujourd'hui, il ne la sait plus.**

**Il n'aime pas parler de l'école.**

**Il dit que la maîtresse (le maître) crie trop.**

**Il est en CP et regrette la maternelle.**

**Il est en CM2 et redoute la sixième.**

**Il n'a pas de copains à l'école.**



LES ANNÉES COLLÈGE

# Encadrer et encourager

Le choc de la puberté, ses conséquences sur la perception de soi et les relations avec les autres déstabilisent l'adolescent et le rendent **moins disponible pour apprendre**. D'autant que sa consommation de nouvelles technologies bouleverse ses rapports aux adultes et au travail.

PAR ANNE LANCHON

## LE CADRER SANS LUI METTRE LA PRESSION

Le collégien a besoin d'une autorité juste, bienveillante, qui prend en compte ses fragilités passagères. Cela signifie encourager son travail, ne mettre la barre ni trop haut ni trop bas, le responsabiliser sans l'abandonner, s'intéresser à lui sans l'envahir. Déstabilisé intérieurement, attiré par mille choses en dehors de l'école, il a besoin d'un cadre clair. Ce qui veut dire : l'inciter à travailler à des heures régulières, limiter l'usage des écrans, encourager la pratique d'activités sportives ou artistiques pour canaliser son énergie. Le défi des parents : suivre de près sa scolarité sans se focaliser sur ses performances ! Ils doivent garder à l'esprit qu'une pression trop forte le démotiverait. L'adolescent commence à travailler pour lui et plus seulement pour faire plaisir à ses parents. Inutile de lui rabâcher : « C'est pour toi que tu travailles », mieux vaut stimuler son désir d'apprendre.

Lecture de magazines ou de romans, voyages, discussions de « grands » auxquelles ses parents l'intègrent en sollicitant son point de vue sont autant d'aiguillons... En résumé, il s'agit de lâcher du lest, tout en restant à l'écoute. Cela vaut davantage pour l'élève à partir de la quatrième. Celui de sixième ou de cinquième, qui découvre le collègue, a encore besoin de se faire cocooner.

## LUI APPRENDRE À SURMONTER LES OBSTACLES

Ce n'est pas un secret, l'adolescent de 2010 se décourage vite. Il est primordial que les parents lui apprennent à surmonter les écueils inhérents à tout apprentissage, et à différer le temps de la réussite. D'autant que certaines classes, telles que la quatrième, se révèlent plus exigeantes que d'autres.

Les parents doivent soutenir leur collégien pour qu'il accepte de tâtonner sans se décourager, jusqu'à ce que, d'un devoir à l'autre, il comprenne ce que l'on attend de lui et progresse. Le parent qui aide l'enfant à repérer ses besoins pour y répondre, et souligne ses points forts, le conforte dans son estime personnelle. Ce qui le rend plus fort pour surmonter les obstacles, à l'école et dans sa vie. Cela suppose de ne pas se focaliser sur la note et de ne pas dramatiser ses erreurs. Pour y parvenir, les parents doivent garder à l'esprit que les évaluations ne rendent compte que des compétences à un moment donné, elles ne sont pas l'expression de la valeur de leur enfant. Il n'est pas « nul » s'il a échoué, ni « génial » s'il a réussi brillamment.

## TENIR UN DISCOURS CONSTRUCTIF SUR L'ÉCOLE

Le discours ambiant tend à délégitimer l'institution scolaire. Comment un adolescent peut-il respecter ses profs si ses parents leur reprochent d'être incompetents ? Comment peut-il s'intéresser à leur enseignement s'il ne cesse d'être dévalorisé ? Les adolescents, eux-mêmes en équilibre instable, ont besoin de sentir le lien entre les adultes – parents et professeurs – pour trouver un sens à leurs apprentissages. Aux parents d'éviter de régler leur passif éventuel avec l'école, et aux profs de ne pas les accuser trop vite de laxisme... Pour la réussite de l'enfant, il est essentiel que parents et enseignants se rencontrent régulièrement, pas seulement pour parler « notes et niveau », mais aussi pour évoquer « l'adolescent » – à distinguer de « l'élève ». Il est important de faire comprendre au collégien que les connaissances l'aident à se construire et à faire de lui un citoyen. S'il perçoit que ses adultes référents, parents et professeurs, lui donnent des clés pour comprendre le monde dans lequel il vit et y prendre sa place, alors il s'impliquera davantage dans sa scolarité.

## Votre enfant est démotivé si...

... plusieurs des signes suivants se manifestent pendant quelques semaines :

**Il ne voit pas l'intérêt de ce qu'il apprend.**

**Il répète que ses profs sont « nuls ».**

**Il n'arrive pas à se lever le matin.**

**Il oublie de noter ses devoirs.**

**Il oublie de rendre ses devoirs, même ceux qu'il a faits.**

**Il ne rattrape pas les cours manqués.**

**Il fait « l'imbécile » en classe et multiplie les heures de colle.**

**Il reste en retrait en classe.**

**Il passe des heures devant un écran.**

**Il fréquente souvent l'infirmerie.**

**Il se plaint d'être fatigué et dort en cours.**

## LES ANNÉES LYCÉE

# Guider et responsabiliser

Fatigué par une classe de seconde difficile, inquiet pour son avenir, le lycéen peut se décourager. D'où l'urgence de **le remotiver par un projet personnel**, pour qu'il s'imagine au-delà du bac et fixe son cap.

PAR ANNE LANCHON

### PASSER UN CONTRAT AVEC LUI EN DÉBUT D'ANNÉE

L'adolescent qui rêve de prendre son envol ne semble aspirer qu'à une seule chose : échapper aux contraintes scolaires et familiales, devenues pesantes. Deux écueils : soit il sort trop, et ses amis et ses loisirs débordent sur sa scolarité ; soit il ne sort pas assez, et il s'enferme dans un monde virtuel (jeux vidéo, réseaux sociaux), déconnecté de la réalité. Ces deux dérives risquent de le faire décrocher. Il est donc essentiel de

définir avec lui, avant la rentrée, un cadre à son travail, sur la base d'un contrat dans lequel l'ado s'engage à équilibrer sa vie sociale et sa vie scolaire. S'il déroge à la règle, mieux vaut lui demander de donner de son temps et de sa personne plutôt que, par exemple, le priver de sport, ce qui est infantilisant et source de déséquilibre pour son hygiène de vie. Il pourra ainsi passer l'aspirateur pendant une semaine, encadrer les devoirs de son petit frère, faire les courses... Avoir des responsabilités, agir, permet de se connaître, d'acquérir une image de soi positive et de reprendre contact avec la réalité. Pour ces mêmes raisons, les parents pourront encourager le travail en binôme avec un camarade ou en petit groupe, idéal à cet âge pour augmenter la motivation.

*Suite p. 104 >>>*

### IDENTIFIER ENSEMBLE SES POINTS FORTS ET SES BESOINS

Avant d'élaborer son projet personnel (choix de ses études postbac, d'un métier), l'adolescent doit être guidé pour mieux s'interroger sur ses atouts, ses besoins, ses envies, ses priorités dans la vie, ses valeurs, ses goûts et centres d'intérêt... Au terme de ce processus, l'objectif émerge. Même imprécis, il apporte la motivation indispensable pour avancer. Les parents ont un rôle essentiel à jouer lors de cette étape, car ils ont une représentation globale de leur enfant. Contrairement à ce dernier, qui a tendance à séparer sa vie scolaire de sa vie personnelle. Pour développer une vision large de ses compétences, les parents ne doivent pas se cantonner à ses résultats scolaires, mais prendre en compte ses activités artistiques, sportives ou associatives. Le lycéen qui joue dans un groupe de rock fait preuve de créativité et de persévérance, il construit avec les autres, apprend à organiser des concerts. Le reconnaître, le lui dire peut l'aider à identifier des atouts et des besoins qu'il pourra articuler à son parcours de lycéen. Transférer dans son travail scolaire des compétences reconnues dans un autre domaine est un facteur de motivation.

Parce que ce qu'ils ont dans la tête  
dépend de ce qu'ils ont aux pieds



**Fabricant de chaussures et de rêves  
pour les enfants depuis plus de 140 ans.**

**bopy**  
walking dreams

Pour plus d'informations et pour l'adresse de votre magasin le plus proche, visitez [www.bopy.fr](http://www.bopy.fr)



## L'AIDER DANS L'ÉLABORATION DE SON PROJET PROFESSIONNEL

Une étape importante consiste à accompagner le lycéen dans la construction de son projet, il réussira mieux si la période de l'après-bac est moins abstraite. Il s'agit de prendre en compte son désir, ses qualités, son niveau scolaire... tout en se gardant de projeter sur lui ses propres ambitions ! Les parents peuvent l'amener à rencontrer des professionnels des secteurs qui l'attirent, qui lui parleront de leur métier, des compétences requises, des contraintes et des satisfactions. Effectuer un stage lui permettra de confronter ses compétences à la réalité. Tout comme expérimenter quelques jours sans « nouvelles technologies » le connectera à ses ressources internes. Une fois son projet défini, les parents l'inciteront à chercher des informations pour connaître les filières lui permettant de le réaliser. Sans oublier que cette première orientation évoluera sans doute au fil du temps... Imaginer qu'il va s'enfermer dans une filière est à la fois angoissant pour lui et faux. Les sociologues prédisent que les étudiants d'aujourd'hui exerceront sept ou huit métiers. Qu'il se lance donc, sans appréhension !

## Votre enfant est démotivé si...

... plusieurs des signes suivants se manifestent :

**Il arrive régulièrement en retard aux cours et les sèche parfois.**

**Il se ferme ou s'énerve dès que vous lui parlez du lycée.**

**Il se trouve souvent en état d'urgence.**

**Il a déjà rendu deux copies blanches (ou presque).**

**Il n'arrive pas à se concentrer dans la durée.**

**Il a du mal à anticiper et à se projeter dans les trois jours.**

**Il répète que « le bac, tout le monde l'a ».**

**Réfléchir à son orientation le stresse.**

**Il a mal à la tête les jours de contrôle.**

**Sa vie sociale est inexistante, ou bien envahit sa vie de lycéen.**

**Il a abandonné toute activité extrascolaire, ou bien s'y investit exagérément.**

**Il passe l'essentiel de son temps sur Internet.**