

10
clés

Soline Bourdeverre-Veyssiere

Du blog «S'éveiller et s'épanouir de manière raisonnée»

@solineseveiller + de 300K abonnés  

J'aide mon enfant à s'épanouir à l'école

TOUT POUR L'ACCOMPAGNER
SANS LE STRESSER



Hatier
parents

Soline Bourdeverre-Veyssiere
Spécialiste de la parentalité positive et enseignante

J'aide mon enfant à s'épanouir à l'école

TOUT POUR L'ACCOMPAGNER
SANS LE STRESSER



Hatier
parents

L'AUTRICE

Soline Bourdeverre-Veyssiere est enseignante, maman de deux enfants et autrice du blog « S'éveiller et s'épanouir de manière raisonnée » suivi par plus de 300 000 personnes. Hypersensible et passionnée, elle partage ses découvertes, expériences et apprentissages en matière d'accompagnement respectueux de l'enfant.

Elle a publié plusieurs essais chez Jouvence, De Boeck et Hatier (voir Ressources utiles p. 76).

En littérature jeunesse, elle est l'autrice d'ouvrages engagés au nom du respect de l'enfant (droits de l'enfant, consentement, écologie).

Son blog :

<http://www.seveilleretsepanouirdemaniereraisonnee.com>

Sa page Facebook :

S'éveiller et s'épanouir de manière raisonnée
(<https://www.facebook.com/seveiller/>)

Son compte Instagram :

@solineseveiller (<https://www.instagram.com/solineseveiller/>)

SOMMAIRE

INTRODUCTION	4
--------------------	---

PARTIE I	Les enjeux de l'accompagnement scolaire bienveillant à la maison	8
-----------------	---	----------

PARTIE II	Les 10 clés	14
------------------	--------------------------	-----------

CLÉ N° 1 : QUESTIONNEZ VOTRE PROPRE RAPPORT À L'ÉCOLE, À LA RÉUSSITE, À L'ÉCHEC	16
---	----

CLÉ N° 2 : APPRENEZ-LUI À SE CONNAÎTRE ET À PRENDRE SOIN DE LUI	23
---	----

CLÉ N° 3 : DÉVELOPPEZ LA CONFIANCE ET L'ACCOMPAGNEMENT ÉMOTIONNEL	31
---	----

CLÉ N° 4 : TRAVAILLEZ L'ATTENTION ET LA CONCENTRATION	39
---	----

CLÉ N° 5 : ACCÉDEZ AUX ROUAGES DE LA MÉMOIRE	47
--	----

CLÉ N° 6 : DÉSAPPRENEZ : LA COMPRÉHENSION AU CŒUR DES CONDITIONS DE L'APPRENTISSAGE	52
---	----

CLÉ N° 7 : AIDEZ-LE À S'ORGANISER	57
---	----

CLÉ N° 8 : JOUEZ ! CRÉEZ !	62
----------------------------------	----

CLÉ N° 9 : ADAPTEZ ! ENTRE TROUBLES DES APPRENTISSAGES ET DIFFICULTÉS SCOLAIRES	66
---	----

CLÉ N° 10 : ACCOMPAGNEZ-LE DANS SON PLEIN ÉPANOUISSEMENT ET SON OUVERTURE AUX AUTRES	69
--	----

CONCLUSION	75
------------------	----

RESSOURCES UTILES	76
-------------------------	----

INTRODUCTION

Quand Alfie Kohn, conférencier et auteur états-unien, anime des ateliers de parents, il lui arrive de commencer par deux questions simples : « Quels sont vos objectifs à longs termes pour vos enfants ? Quel mot ou quelle phrase vous viennent à l'esprit pour décrire ce que vous voudriez que vos enfants deviennent quand ils seront grands ? ». Sentez-vous libres de prendre vous-mêmes un temps afin d'y répondre. Les réponses des parents sont généralement sans appel et unanimes. Ils souhaitent des enfants heureux, équilibrés, indépendants, autonomes, responsables, efficaces, aimables, réfléchis, curieux, ayant confiance en eux. Et, quand on pousse la réflexion encore plus loin, la question de la réussite et du bien-être à l'école ne sont pas loin.

L'école, un lieu connu de tous

L'école est un lieu dans lequel on réunit un groupe d'élèves dans le but de lui dispenser un enseignement collectif. J'entendrai donc par « école » des lieux aussi divers que l'école maternelle, l'école élémentaire, le collège ou encore le lycée. Parler d'école, c'est mettre la relation enseignant-élève au cœur de l'équation. Et autour, dans une nébuleuse, gravitent tout un tas d'autres paramètres. Les devoirs et l'accompagnement à la maison de ce qui relève du champ scolaire en font partie.

Parce qu'elle a accueilli une très large majorité d'individus, tout le monde a un avis sur l'école : les méthodes d'apprentissage, la bienveillance et la bientraitance, le redoublement, etc. Entre histoires personnelles, préjugés, projections, émotions et affects, il est aisé de comprendre que faire entrer le champ de l'école à la maison de façon sereine et apaisée peut être une gageure. J'attire votre attention sur le fait que cela ne se résume pas seulement au fait d'aider son enfant à faire ses devoirs. Nous évoquerons aussi les sphères des compétences psychosociales avec les champs émotionnels, relationnels, du bien-être et du bien-vivre ensemble.

→ Un lien privilégié

J'aimerais ajouter qu'il est important de ne pas oublier que la relation que vous entretenez avec votre enfant est précieuse. C'est sans doute l'un des trésors les plus inestimables. Il s'agit de la chérir. Pacifier les relations avec son enfant, se centrer sur cet essentiel, permet d'éviter la tentation d'être parasité par des pratiques qui font dissonance, comme le chantage affectif par exemple. Il n'y a pas que l'école. D'autant qu'on n'apprend pas qu'à l'école ! Il est illusoire de penser que les familles, dans leur diversité, ont un rôle unique quant aux devoirs et diverses méthodes pour apprendre. C'est un tout.

→ Pourquoi ce livre ?

Dans ce livre je m'adresserai à vous avec mes multiples casquettes. Celle d'enseignante d'une part. Celle d'autrice-essayiste engagée dans l'accompagnement respectueux de l'enfant, d'autre part. Ce qui vous est donné à

lire liera théorie et applications concrètes afin que cet ouvrage puisse trouver une application dans vos vies réelles avec toujours comme toile de fond un accompagnement sans violence, aussi bienveillant et bientraitant que possible. Vous l'aurez compris, ce livre s'appuie sur les influences scientifiques actuelles, parmi lesquelles on peut citer les sciences cognitives et les sciences affectives. Ces cautions scientifiques, je les vois comme une formidable opportunité de se questionner (individuellement comme collectivement) sur notre vision de l'enfant et de l'élève, sur leur développement, sur les pratiques pédagogiques liées aux apprentissages. **Si les tournures à l'impératif vous gênent, rappelez-vous que ce ne sont pas des injonctions mais simplement des invitations à la réflexion.**

Les enfants ont tous des capacités formidables, chacun à leur façon. Il n'existe pas de pédagogie magique qui serait LA solution. Il n'existe pas de méthode miracle. Ce livre donne des pistes de réflexion, des applications possibles, **de la Maternelle au lycée**. Voyez-le comme une vaste boîte à outils dans laquelle vous viendriez chercher ce dont vous avez besoin. Chaque enfant est différent. Il en est de même pour les fonctionnements familiaux, les situations concrètes, etc. L'objectif ici est donc de compléter votre boîte à outils, en apprenant à apprendre, en essayant de prendre le plus de plaisir possible, en tentant d'être efficace, et toujours dans le respect de son être, de son cœur, de sa tête et de son corps. Aussi, en guise de préambule, tentons déjà de changer de paradigme. Prenons quelques minutes pour réfléchir aux points d'appui, sur ce qui va, sur les points de force de l'enfant et de la famille. Ce n'est qu'ensuite que l'on pourra bâtir, par-dessus ces fondations, un édifice solide.

ZOOM

✓ 10 règles pour des relations parent/enfant plus apaisées¹

- 1.** Établir des règles claires (et si possible peu nombreuses).
- 2.** Éviter les comparaisons (dans la fratrie, avec les pairs, avec soi-même).
- 3.** Apprendre à l'enfant à devenir autonome et responsable (en lui donnant les clés pour cela).
- 4.** Aider l'enfant (pour comprendre ses erreurs, lui apprendre à communiquer, fixer des objectifs, découvrir sa façon d'apprendre).
- 5.** Écarter l'envie de projeter vos propres craintes, vécus et projets.
- 6.** Dire ce que l'enfant doit faire plutôt que ce qu'il n'a pas fait ou mal fait selon vous, ou ce qu'il ne doit pas faire (préférer le positif en somme).
- 7.** Croire en lui et ne pas hésiter à lui faire savoir.
- 8.** Encourager les activités extrascolaires autant que l'ennui. Il n'y a pas que l'école !
- 9.** Valoriser l'effort afin qu'il ne baisse pas les bras à la moindre difficulté.
- 10.** Veiller à partager autre chose que l'école.
L'enfant n'est pas qu'un élève, il a des passions, des projets.

1. D'après André Giordan, *J'apprends à apprendre au collège en 40 fiches*, Playbac, 2016, pp. 188-190.



PARTIE I

Les enjeux de l'accompagnement scolaire bienveillant à la maison