

# PARENTS-ENFANTS Ses devoirs virent au cauchemar

Tous les soirs, c'est le même scénario : votre enfant traîne pour se mettre au travail, se décourage au premier écueil, l'atmosphère devient électrique et, fatigué par votre journée, vous lâchez quelques commentaires, aussitôt regrettés. Comment s'y prendre pour que les devoirs ne tournent pas au conflit ?

# Établissez un rituel

« Les enfants sont demandeurs de cadre, constate Brigitte Prot. Mais ils ont aussi besoin de se détendre après l'école, pour s'apaiser et se rendre plus disponibles pour leurs leçons. Après une pause d'environ trois-quarts d'heure, je conseille aux parents d'attribuer chaque iour aux devoirs une plage horaire limitée (par exemple, de 18 h à 18 h 30) et proportionnelle à la quantité de travail, bien sûr. Ce cadrage évite que l'enfant s'y mette trop tard, à une heure où il est moins performant; il favorise la concentration et lui apprend à gérer son temps. Fixer un rituel sécurise l'enfant et banalise le statut des devoirs, qui s'intègrent dans le calendrier de sa journée. Les neurosciences montrent, en outre, que le cerveau anticipe l'accomplissement d'une tâche réalisée à heure régulière. Il est de ce fait plus efficace ».

## Relativisez l'enjeu

Les devoirs cristallisent de nombreux enjeux qui, souvent, les dépassent. Ils renvoient les parents à leur scolarité, heureuse ou malheureuse, à leur culpabilité d'être peu présents, à leur inquiétude pour l'avenir de leur enfant. Ce qui explique, sans doute, qu'ils leur accordent tant d'importance. Or, « faire ses devoirs dans une ambiance ten-

due est une source de démotivation et parfois d'anxiété scolaire », rappelle la psychopédagoque

Et si vous en relativisiez un peu l'enjeu? Après tout, les devoirs ne sont qu'un temps d'apprentissage et de vérification des acquis. Libéré de toute pression, votre enfant apprendra plus sereinement. Sauf si ses difficultés sont ailleurs. S'il a du mal à comprendre, à se concentrer, un rendez-vous avec son enseignant s'impose, et éventuellement, avec un psychologue, pour s'assurer qu'il ne souffre pas de troubles de l'attention. Avec Internet, les élèves voient moins l'intérêt d'apprendre. « Le défi des adultes consiste à les convaincre que leurs connaissances les enrichissent et les rendent acteurs de leur vie », estime Brigitte Prot. Pour cela, il faut les mettre en situation de les vivre et les interroger: « Qu'est-ce que cela change, pour toi, de pouvoir compter de tête, sans calculette? ».

#### Restez en retrait

L'aider à organiser son travail, vérifier qu'il a compris, c'est important. Mais vous n'êtes pas un professeur bis. Alors, évitez de donner des exercices supplémentaires ou de les faire à sa place! Sinon, comment pourra-t-il progresser et devenir autonome? L'idéal serait d'intervenir uniquement s'il le souhaite. Si vous n'êtes pas disponible, vous pouvez faire appel à un étudiant ou à un retraité. Une solution coûteuse, mais qui, en l'absence d'enjeu affectif, réduit le risque de conflit.

### ANNE LANCHON

Avec Brigitte Prot, auteure de « J'suis pas motivé, je fais pas exprès ! » (L'Harmattan, 2010).

# À LIRE Aider son enfant à l'école

Quelles sont les différentes formes d'intelligence qui existent chez les enfants ? Quels en sont les points forts, mais aussi les faiblesses ? Et comment est-il possible de les mobiliser, de les renforcer

ou de les combiner pour réussir à l'école ? Que votre enfant ait une intelligence plutôt linguistique, plutôt logico-mathématique on plutôt visuelle et spatiale, ce livre vous

STÉPHANIE CRESCENT

TOUS