

• Maternelle

Les plus qui
aideront votre
enfant P.20

• Primaire

Ne faites pas
grandir votre enfant
trop vite ! P.22

Rentrée : PARTEZ DU BON PIED !

**• Collège**

Il décroche en
maths, comment
l'aider à remonter
la pente P.24

• Lycée

Bien se préparer
aux épreuves
du bac P.26

• Supérieur
Réussir ses
premiers pas à
l'université P.28

MATERNELLE

Les plus qui aideront votre enfant

L'entrée en petite section ouvre la porte d'un monde inconnu pour les tout-petits. Pour favoriser les apprentissages de leur enfant, les parents doivent, eux aussi, se familiariser avec cette nouvelle vie qui commence.

Mon enfant sera-t-il propre pour septembre ? Faut-il le préparer à la séparation ? Se fera-t-il des copains ? Source d'inquiétude pour beaucoup de parents, la petite section de maternelle est aussi une étape déterminante dans la vie de l'enfant. Marche-pied vers la socialisation, elle inaugure les premiers apprentissages scolaires. En fin de maternelle, un enfant devra savoir écrire son nom en écriture cursive sans modèle, reconnaître les lettres de l'alphabet ou encore dire la suite des nombres jusqu'à 30. Comment l'accompagner au mieux ?

Apprenez à vous séparer

« Les enfants pleurent, mais rarement plus de deux minutes. Inconsciemment, certains parents attendent cela », résume une directrice d'école maternelle. Ils doivent apprendre à gérer leur propre angoisse. » L'entrée en petite section de maternelle ouvre

la porte d'un monde inconnu. Le parent va devoir accepter de passer le relais à l'école, où 98 % des enfants de trois ans sont scolarisés. L'enfant découvre un univers bruyant, agité, fait de règles et de frustrations, dans des classes d'une trentaine d'élèves...

Il va donc falloir faire de l'école un monde familier. « Rencontrer la maîtresse et l'assistante maternelle, connaître leurs prénoms, puis, progressivement, celui des camarades de classe... », explique Lydia Château-Garreau, psychologue de l'Éducation nationale, rattachée à l'interdiocèse Berry-Loiret, qui insiste sur l'importance des objets transitionnels magiques, comme le doudou ou le plaid qui sentent l'odeur de la maison pour la sieste, et la boîte à bisous.

Ménagez régularité et sommeil

Hormones de croissance actives, stimulation de la mémoire à long terme, purge de l'émotionnel, le sommeil a des vertus déterminantes. Trop souvent, les enfants arrivent à l'école fatigués le lundi, car ils se sont couchés tard le week end. Avec des conséquences évidentes sur les capacités de concentration... Pour Marie-Albane de Bussy, directrice de l'école L'Enfant Jésus, à Soissons,

la régularité est le secret d'une scolarité épanouie. « À l'école maternelle, une semaine d'absence ne se rattrape pas comme en élémentaire ! Le projet, les manipulations se vivent au jour le jour. Quand je vois qu'un enfant ne va pas à l'école parce qu'il n'en a pas envie, ça me fait bondir ! »

Favorisez l'autonomie

Le meilleur moyen de favoriser les apprentissages de son enfant, c'est de l'accompagner sur le chemin de l'autonomie. Elle commence avec la propreté, qui est quasiment un prérequis pour entrer en maternelle. « Mettre ses chaussures, son blouson, se moucher, ranger les jeux... Les parents doivent aussi travailler sur l'autonomie, constate Sandrine Mitchell, enseignante à l'école Le Sacré Cœur, à Aix-en-Provence. Ils en font parfois trop. Certains ont encore le réflexe d'habiller leurs enfants. Mais à 3 ans, ils peuvent le faire seuls ! » À condition de leur laisser le temps, en les réveillant par exemple un quart d'heure plus tôt. Cette autonomie passe aussi par le langage, face auquel les écoliers ne sont pas égaux. À 4 ans, les enfants des catégories socioprofessionnelles supérieures ont déjà entendu cinquante millions de mots, contre 10 millions pour ceux de milieux défavorisés.

« IL FAUT JOUER, LES JEUX D'IMAGINATION, OU CEUX QUI CONSISTENT À FAIRE SEMBLANT, DÉVELOPPENT LA PENSÉE SYMBOLIQUE QUI EST ELLE-MÊME LA BASE DES APPRENTISSAGES À VENIR. »

LYDIA CHÂTEAU-GARREAU, psychologue de l'Éducation nationale, rattachée à l'interdiocèse Berry-Loiret.



« Il faut jouer, martèle Lydia Château-Garreau. Les jeux d'imagination, ou ceux qui consistent à faire semblant, développent la pensée symbolique qui est elle-même la base des apprentissages à venir. »

Encouragez la sociabilité

À 3 ans, un enfant a besoin de s'épanouir au contact de ses pairs. L'école marque le début de la socialisation. Mais cette dernière n'atteint son apogée qu'en grande section. « Avant, ils jouent en parallèle. Ils sont dans l'égo-centrisme. Ce n'est qu'en grande section qu'ils commencent vraiment à être dans le partage », explique Lydia Château-Garreau.

Respectez ses silences

Le fait de ne pas raconter est même bon signe selon les psychologues. Signe que l'enfant cloi-

sonne, se sépare et construit son identité de petit écolier. Le parent curieux pourra, quant à lui, observer la salle de classe qui, avec ses objets et affiches raconte déjà beaucoup... Et ne pas hésiter à de-

mander à rencontrer l'enseignant. La relation parent-professeur est une des clés de la réussite scolaire dès le plus jeune âge. »

MATHILDE FUNEL

LE NUMÉRIQUE À PETITE DOSE

Les pédiatres ont déjà tiré la sonnette d'alarme. L'usage des écrans fait des ravages chez les tout-petits. « Plus les jours passent, plus je vois des enfants qui présentent des dysfonctionnements ressemblant à des troubles autistiques », alertait en mars dernier Anne-Lise Ducanda, médecin de PMI (Protection maternelle et infantile) à Viry-Châtillon, dans une vidéo sur Youtube. Et les choses ne vont pas en s'arrangeant. En 2013, 38 % des moins de deux ans utilisaient des appareils mobiles, contre 10 % en 2011, selon l'institut Common Sense Media. Pour autant, le numérique a fait son entrée à l'école maternelle. Apprentissage des couleurs, des formes, de la musique, des chiffres, des lettres, association d'images et de mots... « Ces outils décuplent le pouvoir d'apprentissage des enfants, estime la pédiatre Edwige Antier (1). La pensée va plus vite. On s'aperçoit de tous les concepts mentaux que sont capables d'élaborer les enfants qui ne parlent pas. Mais l'enfant a besoin d'interactions sociales. C'est à partir de celles-ci qu'il appréhende le monde, cherche à imiter les adultes et construit sa personnalité. » Tout réside donc dans le bon dosage.

(1) J'aide mon enfant à avoir confiance en lui, d'Edwige Antier, Robert Laffont, avril 2017.

PRIMAIRE

Ne faites pas grandir votre enfant trop vite !

Un certain nombre de psychanalystes tirent le signal d'alarme : la "grande enfance", que l'on nommait jadis "l'âge de raison", tendrait à s'effacer au profit d'une adolescence de plus en plus précoce. Or cette fameuse "période de latence" est très précieuse pour l'acquisition des apprentissages. Nos conseils avec Béatrice Copper-Royer, psychologue clinicienne, et Sylvette Desmeuzes-Balland, ex-professeure, essayiste et spécialiste de la grande enfance.

1 STIMULEZ SA CURIOSITÉ

À partir de 6-7 ans, l'enfant entre en "période de latence", au sens où les pulsions qui taraudaient la petite enfance sont en sommeil. Il a intériorisé les interdits et consolidé son surmoi. Freud avait parlé d'une « capacité à refouler les pulsions », donc à investir son énergie ailleurs, dans la connaissance. C'est une étape très précieuse, car elle permet à l'enfant de se décentrer de lui-même pour s'ouvrir aux autres. Et aussi à la culture. Il est animé d'une curiosité intellectuelle et scientifique qu'il est bon de nourrir. Soyez force de propositions en matière de culture ! C'est le moment de lui proposer des livres, des petits documents, de l'emmener au théâtre, au musée... Autant en profiter avant la démotivation de l'adolescence.



ENCOURAGEZ L'AMITIÉ ET L'EMPATHIE

Certains enfants précoces (vers 9-10 ans) sont déjà dans des petites aventures sentimentales entre filles et garçons. « Il n'est pas question de leur interdire, mais n'en rajoutez pas, recommande Béatrice Copper-Royer. Sans censurer, dites à votre enfant : "Il y a un temps pour tout, ce sont des sentiments réservés aux plus grands." » Il faut, à cet âge, stimuler l'amitié, qui est un merveilleux vecteur pour l'empathie, mais aussi pour la construction de soi. Les amitiés filles-filles ou garçons-garçons les confortent dans leur identité sexuée. Autant dire que la séduction n'est pas de circonstance – de même que la mode "Lolita" (maquillage et tenue).

LIMITEZ LES ÉCRANS ET LES RÉSEAUX SOCIAUX

Dix petites minutes par jour, en début de primaire, un peu plus ensuite : voici qui suffit amplement pour regarder une vidéo, consulter un site Internet... « On condamne aujourd'hui l'excès d'écrans chez les tout-petits. Mais chez les plus grands, c'est nocif aussi », constate Béatrice Copper-Royer. Jouez, tout simplement ! On laisse les petits jouer, et on oublie que les plus grands ont également besoin de construire leur monde personnel. C'est le jeu qui leur permet de

créer, d'expérimenter leurs émotions, de stimuler leur psychomotricité fine, leur sociabilité. Jouer est essentiel pour construire son espace psychique avant le déferlement de l'adolescence. Continuez à partager avec lui des parties de Lego, Playmobil, Uno et autres Monopoly, qui sont une mine pour stimuler les interactions avec les autres. Quant aux réseaux sociaux, ils n'ont bien évidemment rien à y faire... avant 14 ans !

ALLÉGEZ SON AGENDA

Souvent, les enfants du primaire ont des emplois du temps de ministre. Comme ils sont plus patients, et plus calmes, beaucoup d'activités leur sont proposées. Attention à l'épuisement ! Même s'ils piquent moins souvent de colère, ils sont fatigués après les cours. Limitez-vous à deux activités, une sportive et l'autre artistique. Il est important à cette période de leur laisser du temps libre, qui leur permet aussi de grandir hors de toute évaluation. Ils sont sans cesse soumis au regard qui juge. Même en cours de piano ou de karaté, on leur demande d'être performants. D'où l'intérêt de leur laisser du temps pour eux, tout simplement, pour se construire.



DÉSTRESSEZ-LE

Cette période de calme relatif peut être la plus inquiète de toutes, d'autant plus que les parents ont tendance inconsciemment à faire peser sur leurs épaules le stress vécu au travail. « Ils franchissent un cap et, en pénétrant dans la cour des grands, ils sont aussi stressés que des adultes qui prendraient un nouveau poste », décrypte Sylvette Desmeuzes-Balland. C'est en CP, souvent, qu'ils prennent conscience du stress scolaire. Sous pression à l'école, les enfants cherchent à dissimuler leurs

5 NOURRISSEZ L'APPRENTI PHILOSOPHE

À partir de 6-7 ans, ils sont capables d'inhiber leur raisonnement pour se mettre à la place de l'autre (« moi, je pense ça, lui pense certainement autre chose ») : c'est une étape fondamentale que l'on nomme le contrôle cognitif. Une vraie introduction à la psychologie ! Profitez de cette période pour discuter, ensemble, des sentiments ressentis par

les copains. Ce sont les prémices de la philosophie et du questionnement spirituel. Les enfants s'interrogent sur le bien, le mal, l'existence de Dieu ou pas... C'est le moment de nourrir leur curiosité et de répondre à leurs questions. Ils sont aussi passionnés par l'actualité : et si vous en profitez pour abonner votre enfant à un petit journal rien que pour lui ?

7 RESTEZ DES PARENTS ÉDUCATEURS

Après avoir eu un rôle protecteur pendant la petite enfance, les parents, souvent, lâchent un peu trop de lest. N'allez pas si vite en besogne : continuez à les encadrer, recommandent les psychologues. Ne leur laissez pas trop de liberté ! À vous de stimuler leur sens de l'effort : « Tu as choisi le piano ? Tu poursuis s'il te plaît. » Ils ont encore besoin de leurs parents pour les encadrer. Soyez attentifs à la promesse, à la parole donnée. « Tu m'avais promis cela, tu dois le faire. » Enfin, s'il est bon de répondre à leurs questions, ne cherchez pas à les anticiper pour les faire grandir trop vite. C'est le cas des questions sur la sexualité. Ils ont encore besoin de rêver.

À lire

POUR LES PARENTS :
Enfant anxieux, enfant peureux,
de Béatrice Copper-Royer,
Albin Michel

La grande enfance, 6-11 ans,
de Sylvette Desmeuzes-Balland,
Albin Michel

POUR LES ENFANTS :
Ma famille, mes copains, mon école
et moi, 160 réponses à mes petits et
grands soucis,
de Maryse Vaillant et Judith Leroy,
Pocket jeunesse.

COLLÈGE

Il décroche en maths, comment l'aider à remonter la pente ?

Votre enfant vise une 1^{re} S, mais ses résultats en fin de collège, en maths, ne suivent pas. Comment l'aider à redresser la barre ? Et de quelle façon l'accompagner s'il lui faut choisir une autre filière ?

Sachez ce que l'on attend de lui

Classe de détermination, la 2nd brasse des jeunes aux profils hétérogènes qui s'éparpillent en des voies différentes. Les professeurs placent la barre haut afin de coller aux exigences de ces divers cursus. « En maths, ils doivent accélérer le rythme pour s'assurer que, l'année suivante, les élèves suivront en 1^{re} S », explique Laure

Baratte, enseignante-formatrice en mathématiques à l'Isfec Afarec Ile-de-France et professeure au lycée Carcado-Saisseval, à Paris. Finis les automatismes. Le programme, axé sur les fonctions, la géométrie, les statistiques et les probabilités, cultive les capacités de raisonnement. « On fait un pas vers l'abstraction », ajoute Laure Baratte.

En cette première année de lycée, les enseignants attendent aussi plus d'autonomie : les élèves doivent maîtriser la prise de notes, gérer leur temps et évaluer leurs atouts et faiblesses. À elles seules, les mathématiques réclament quatre heures hebdomadaires de travail personnel, parfois plus. L'enjeu est de taille : la matière représente

au minimum un coefficient 7 au bac S.

Sondez sa motivation

« Il est important de savoir pourquoi un jeune veut aller en 1^{re} S. Si cette envie est liée à un projet professionnel ou s'il adore les sciences, cela vaut le coup de l'aider à surmonter ses difficultés », expose Jeanne Dupré, du service Information et conseil des familles (ICF) de l'académie Orléans-Tours. Mais en cas de motivation défaillante, pourquoi s'obstiner ? « Parfois, les parents l'incitent à faire S parce qu'ils veulent le meilleur pour lui mais cela ne lui convient pas », prévient-elle. Or, redresser la barre en maths demande de la détermination. « Les élèves puisent leur force dans leur projet. Ceux qui veulent faire médecine sont nombreux à ne pas aimer cette matière, mais leur vocation les aide à tenir », explique Nathalie Lefebvre, enseignante en maths et professeure principale au lycée général et technologique de Baudimont, à Arras.

De la méthode !

« En 2nd, on exige plus de travail personnel. Or, beaucoup d'élèves arrivent au lycée sans méthodologie », constate Jeanne Dupré. En maths, il faut mémoriser le cours, bien sûr, mais aussi s'entraîner en faisant des exercices et éplucher ses devoirs sur table. « C'est important car on apprend de ses erreurs », souligne Laure Baratte. Votre enfant peut aussi avoir ac-



cumulé des lacunes en maths, par manque d'aptitude ou de travail. Or, plus on avance dans cette discipline, plus il faut réutiliser des connaissances antérieures. « Les maths sont une matière à accumulation. Pour analyser des fonctions, il faut maîtriser le calcul littéral, qui, lui-même, s'appuie sur les tables d'opération », illustre Laure Baratte. En cas de gouffres dans les connaissances, il faut revenir aux fondamentaux de la

EXOS EN LIGNE

Pour s'entraîner en maths de façon ludique, il existe des sites Web, parfois munis d'applications, comme Sésamath ou Kwyk (les élèves n'accèdent à ce dernier qu'avec l'accord de l'enseignant). « Ces outils ont l'avantage d'être interactifs. Les élèves savent immédiatement si la réponse est juste », précise Nathalie Lefebvre. Un petit plus qui ne doit pas occulter le reste : mémorisation, consignes du professeur, etc.

« IL EST IMPORTANT DE SAVOIR POURQUOI UN JEUNE VEUT ALLER EN 1^{RE} S. SI CETTE ENVIE EST LIÉE À UN PROJET PROFESSIONNEL OU S'IL ADORE LES SCIENCES, CELA VAUT LE COUP DE L'AIDER À SURMONTER SES DIFFICULTÉS. »

JEANNE DUPRÉ, du service Information et conseil des familles (ICF) de l'académie Orléans-Tours

4^e. « Le moment où l'on passe de l'arithmétique à l'algèbre et où apparaît le fameux 'x' ! » précise-t-elle.

Demandez de l'aide

Deux soutiens précieux : le professeur principal, en charge des questions d'orientation, et l'enseignant en maths, qui « peut aider l'élève à repérer les chapitres qui posent problème et donner des exercices supplémentaires », indique Jeanne Dupré. Si cela n'est pas déjà prévu, il faut veiller à ce que les deux heures hebdomadaires d'accompagnement personnalisé portent en priorité sur cette discipline. Dans quel cas opter pour des cours particuliers ? « Quand l'élève est demandeur et travailleur, sinon cela ne sert à rien », répond Nathalie Lefebvre. Étudiant, enseignant retraité... : il faut trouver un professeur bienveillant, respectueux du programme et à la fibre pédagogique. Délivré du stress des notes, l'élève peut alors retrouver confiance en lui et combler ses lacunes.

Prévoyez un plan B

Si votre enfant ne passe pas en 1^{re} S à l'issue du conseil de classe, et que vous excluez le redoublement (à n'envisager que s'il le souhaite et qu'il a un minimum d'aptitudes, sinon le problème se reposera en

1^{re}), il devra faire le deuil de son projet. Ce processus douloureux nécessite un accompagnement. Incitez-le à rencontrer des spécialistes de l'orientation : son professeur principal, le BDI O (bureau d'information et d'orientation) de son établissement, le service ICF de sa région, etc. Une fois encore, il faut examiner avec lui les raisons qui le poussaient à faire S, pour trouver une alternative motivante. « Parfois les élèves ne connaissent pas les autres filières. Je leur montre les poursuites d'études qu'elles permettent. J'essaye d'élargir leurs horizons », expose Jeanne Dupré. On peut souvent atteindre le même objectif par un autre chemin : nourrir sa passion des sciences en choisissant le bac STI2D, faire une école de commerce après une série ES ou STMG... Mais parfois, on doit remanier son projet ; comme ce jeune, conseillé par Jeanne Dupré, qui voulait à tout prix devenir chirurgien et qui a finalement opté, avec enthousiasme, via la série ST2S, pour le métier d'infirmier au bloc opératoire, plus en phase avec sa personnalité. L'enjeu : trouver un plan B qui ait du sens. Difficile ? Oui, mais comparé à une fonction trinôme du second degré... »

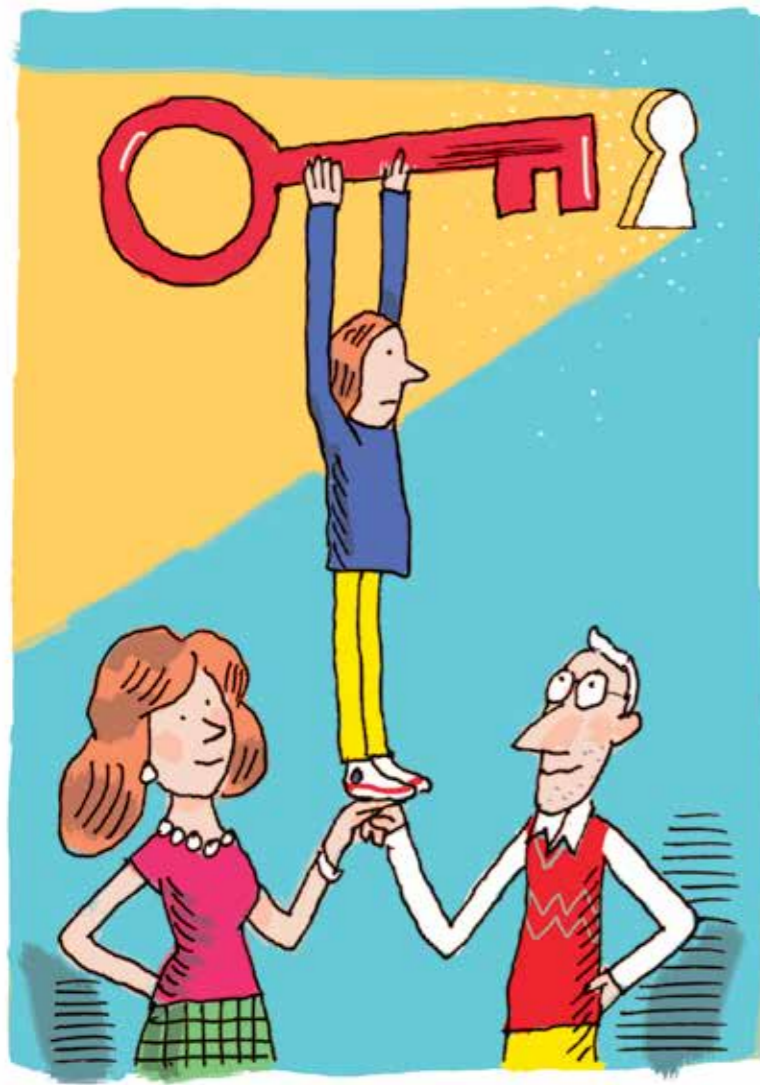
NOËMI CONSTANS

LYCÉE

Bien se préparer aux épreuves du bac

Votre enfant est en première ou en terminale avec le bac en ligne de mire. Comment lui permettre de relever le défi ? Quels conseils lui donner pour que cette année, vécue comme un peu angoissante par beaucoup d'élèves, se passe dans les meilleures conditions ?

Brigitte Prot, psychopédagogue, enseignante et formatrice auteure de la méthode *Bilan et itinéraire de motivation et d'orientation*, vous livre ses astuces.



AIDEZ VOTRE ENFANT À S'ORGANISER

Les neurosciences l'ont démontré : le cerveau aime les rituels et la régularité. L'idéal serait donc que votre enfant se mette chaque soir à travailler au même moment – pendant un créneau de deux heures environ – qu'il se sera fixé en début d'année. De nombreux pensionnaires, obligés de respecter les heures d'étude dirigée qui leur sont imposées par leur établissement, plébiscitent cette manière de procéder. Deuxième bon réflexe, cette fois pour améliorer la concentration : avant de commencer, il opère un découpage de ces deux heures. Il détermine, par avance, le temps qu'il accordera à chaque matière (30 minutes pour le français, 45 pour les maths...), en s'efforçant toujours de s'y tenir. Pour bien mesurer le temps qui s'écoule, rien de tel qu'une montre avec cadran à aiguilles, beaucoup plus pratique que la montre à affichage digital. Mais pour travailler de manière efficace, encore faut-il s'appuyer sur de bons supports. En première et en terminale, la fiche de synthèse est incontournable, à une condition toutefois : qu'elle soit vraiment le squelette du chapitre, avec une information digérée, et non sa copie conforme. Autre très bon outil : la carte mentale. En donnant une représentation visuelle de l'information, elle permet d'organiser ses idées. Votre enfant peut utiliser le même code couleur (les titres des grandes parties en rouge, les sous-parties en vert, etc.), à la fois lors de sa prise de notes en cours, pour sa fiche de synthèse, puis pour sa carte mentale. Ses connaissances n'en seront que plus structurées.

RENFORCEZ SA CONFIANCE EN LUI

Aujourd'hui, dans nombre de familles, on suit au jour le jour l'évolution des notes sur Internet. Cette pratique peut être génératrice d'angoisse pour certains élèves. En effet, plus un lycéen sentira l'inquiétude de ses parents et plus, lui-même, risque de stresser. Conséquence : il faut dédramatiser le moment des évaluations. L'autre clé, c'est l'entraînement. Encouragez votre enfant à multiplier les exercices, à travailler sur des sujets d'annales corrigées, tout au long de l'année. À force de s'y confronter, il acquerra des connaissances, mais aussi des techniques, des méthodes, des stratégies d'apprentissage. Sa confiance en lui n'en sera alors que meilleure. Le travail en équipe est également à privilégier. Les jeunes sont de plus en plus en demande d'interaction. Un élève, seul, a beaucoup de mal à s'auto-évaluer. Il achève souvent un chapitre sans vraiment être sûr de ce qu'il sait. À deux, au contraire, pour peu qu'on ait bien choisi son binôme, on peut s'interroger mutuellement, imaginer des questions. Finalement, on se sent sécurisé et d'autant plus à l'aise le jour du contrôle.



REDONNEZ-LUI DE LA MOTIVATION

Un jeune a besoin de sens. Il doit comprendre vers quoi il se projette, pourquoi il travaille. En première, en terminale, il est donc plus que jamais d'actualité d'accompagner son enfant à construire son projet d'orientation (stages, tutorat, implication dans une association, dialogue avec d'autres adultes, jobs de vacances...) pour déterminer un cap, un objectif à atteindre. Pour autant, cela peut ne pas suffire pour certains jeunes et un bilan d'orientation sera nécessaire pour avoir une meilleure connaissance de soi et s'ouvrir à des pistes encore inexplorées. N'oublions pas que l'une des sources de motivation essentielle, c'est la confiance que l'on porte en son enfant ainsi que la valorisation de ses compétences et qualités. Dès cette rentrée encouragez-le !

LISE DUPAS

INCITEZ-LE À SE CULTIVER

Les jeunes doivent le savoir : à l'heure où il est devenu tellement facile d'accéder à la connaissance grâce à Internet, jamais la demande d'une solide culture générale n'a été aussi forte. Une copie au bac a d'autant plus de chance d'émerger du lot que le correcteur y trouvera des références culturelles pertinentes. Dans le supérieur, les écoles – toutes spécialités confondues – en font de plus en plus un critère de sélection. Or, pour entrer dans la culture, encore faut-il la rencontrer. À la maison, on peut laisser traîner des livres, des journaux, des magazines. Sans qu'il soit obligé de les lire, votre enfant aura au moins la possibilité de les parcourir s'il en a envie. À défaut d'avoir les moyens de lui en proposer, on pourra toujours l'encourager à se rendre à la médiathèque. Autre bon réflexe si l'on veut lui permettre d'étayer sa réflexion lors d'un oral ou d'une dissertation : faire avec lui une expérience culturelle. Ce peut être l'emmener voir une pièce de théâtre qui soit, par exemple, en lien avec une œuvre étudiée en classe mais également un film, une exposition, ou faire une visite, dont on discutera, ensuite, en famille.

AU SECOURS ! ILS NE SONT PAS MOTIVÉS

Il y a le lycéen qui, de lui-même, va établir le lien entre le bac qu'il est en train de préparer et son projet, et donc qui se mettra au travail sans qu'on soit obligé de l'y pousser. A contrario, il y a celui qui n'a pas acquis cette maturité et qui aura besoin qu'on lui fournisse un cadre. Pour certains, ce sera l'internat ; pour d'autres, un professeur particulier qui vient les accompagner plusieurs fois par semaine ; pour d'autres encore, les heures d'étude dirigée ou d'accompagnement personnalisé proposées par le lycée. L'important, pour ces élèves, c'est qu'ils ne se retrouvent pas seuls face à la tâche à accomplir. Pour ceux-là, d'ailleurs, il est inutile que leurs parents dépensent de l'énergie à répéter : « *Travaille ! Travaille !* » Cette attitude risque même d'être contre-productive en inhibant encore davantage la motivation de leur enfant, puisque certains y trouveront une bonne raison de s'opposer au désir parental.

SUPÉRIEUR

Réussir ses premiers pas à l'université

Rien ne sert de courir, il faut partir à point... C'est à l'heure de la rentrée que Jean de la Fontaine prend tout son sens, et plus particulièrement dans l'enseignement supérieur. Petit abécédaire pour réussir cette transition pas toujours si facile pour les jeunes et leurs parents.

A COMME ACCUEIL

Une chose élémentaire pour commencer : ne pas rater le jour J ! L'omission est suffisamment fréquente pour que l'université de Nantes prévienne sur sa page d'accueil que « la rentrée est fin août ou début septembre ». Or, « être présent dès le premier jour est essentiel



», rebondit Béatrice Langlois, conseillère d'orientation au CIO Médiacom, à Paris. Pour elle, les semaines d'accueil désormais organisées dans la plupart des universités sont très précieuses : « On ne doit manquer sous aucun prétexte les visites guidées de tous les services qu'offre son établissement. » C'est là que l'on découvre les aides et soutiens dont on pourra bénéficier, que l'on comprend ce qu'est un enseignant référent, quel tutorat est mis en place et qui peut y prétendre. Le parent, lui, n'est pas convié, mais rien ne l'empêche de consulter le site pour voir l'étendue des dispositifs offerts, comprendre à quoi sert chacun d'entre eux et pouvoir en discuter ensuite avec son enfant.

B COMME BUDGET

La première rentrée dans le supérieur va souvent de pair avec la gestion d'un budget. Marie-Charlotte Clerf, coach parentale, conseille de l'établir avec le jeune. En cas de déficit, le parent peut combler le premier mois, en précisant que s'il recommence, il devra l'équilibrer lui-même. « S'il n'y parvient pas, il faut rediscuter, passer ensemble au crible les dépenses, l'inciter à trouver quelques heures de travail peut-être », complète-t-elle. Mais ce sera moins de 15 heures hebdomadaires pour ne pas mettre en péril ses études.

C COMME CONFIANCE

Le jeune étudiant est compliqué. Il a besoin d'une aide, mais la refuse au nom de son passage à l'âge adulte, alors qu'au fond de lui-même, il ne veut pas être abandonné. Tout l'art parental est de trouver la bonne présence. « Pour cela, il n'y a pas de secret. Il faut avoir tissé avant un vrai lien de confiance et l'entretenir, rappelle Sandrine Le Vient, coach en accompagnement scolaire et universitaire. Le parent doit être à la fois cadrant et suffisamment bienveillant pour que le jeune étudiant expose ses angoisses. » « En fait, il faut trouver un positionnement qui n'est ni dans le contrôle ni dans l'abandon, précise Marie-Charlotte Clerf, coach parentale. Alors évidemment, on n'appelle pas tous les jours, mais de temps en temps on laisse un message "Une petite pensée pour toi. Tu me racontes ?", cela marque une présence bienveillante, sans être intrusif », explique-t-elle.

N COMME NOUVEAUTÉ

Une première rentrée à l'université est difficile pour l'étudiant, certes, mais aussi pour les parents, qui vont devoir s'adapter. « L'ex-lycéen arrive à l'université sans représentation. Il entre dans un univers nouveau où il doit trouver ses marques. Il est angoissé de ce changement et aura besoin d'un regard bienveillant sur lui », rappelle la coach Sandrine Le Vient. Dans cette période charnière, une nouvelle relation va s'instaurer, à distance parfois, si l'université est éloignée du domicile.



P COMME PRÉSENCE

Évidemment, une absence en amphithéâtre passe inaperçue... mais « le parent doit bien rappeler que la présence en cours est la règle parce qu'on apprend toujours plus ainsi qu'en lisant un cours pris par une autre personne », rappelle la conseillère d'orientation Béatrice Langlois.

S COMME SOCIALISATION

Il faut sortir de ses préjugés... le temps passé à la cafétéria n'est pas un temps vide, surtout en début d'année. « Pour que le nouvel étudiant se sente bien dans son établissement, il faut qu'il y ait des amis, rappelle la coach Sandrine Le Vient. Il peut aussi miser sur la vie associative des universités qui est importante et permet de s'inscrire dans une communauté, ce qui aidera au travail ensuite. »

R COMME RÉORIENTATION

Laissez assez d'espace à votre enfant pour qu'il ose vous parler s'il pense s'être trompé d'orientation. « C'est fréquent et mieux vaut l'aider à se saisir d'une passerelle qu'attendre trop longtemps », insiste la coach Marie-Charlotte Clerf, qui vient d'aider un étudiant en 4^e année de droit qui a tout abandonné, refusant même de passer

ses examens parce que ce n'était pas sa voie. Pour éviter une telle impasse, il faut savoir écouter son enfant, interpréter ce qu'il ne dit pas... Béatrice Langlois, conseillère d'orientation, ajoute qu'« un étudiant qui ne se sent pas bien à l'université au bout de deux mois doit voir très vite le service universitaire d'orientation (SCUIO), parce que les passerelles sont de plus en plus nombreuses en cours d'année ».

T COMME TEMPS UNIVERSITAIRE

Une année universitaire n'est pas scandée par les conseils de classe ou les bulletins de notes ! « Le rythme de l'enseignement supérieur est de deux périodes annuelles construites sur une séquence de cours, des révisions, des partiels et des vacances, prévient Sandrine Le Vient. Il faut se plier à cette cadence et commencer à travailler tout de suite. » Si l'absence d'échéance proche laisse penser à l'étudiant qu'il pourra toujours rattraper, « c'est une illusion », ajoute-t-elle. Son travail avec des étudiants qui

décrochent, faute d'avoir un minimum d'organisation l'amène aujourd'hui à proposer à tous l'usage d'un semainier. « On note tout dessus, ses heures de cours, de travail personnel, les heures de vie sociale à l'université, mais aussi celles qui sont consacrées au sport ou au petit job qu'on fait à côté. Ce planning doit être exigeant mais on doit s'y tenir, c'est un contrat passé avec soi-même », insiste la coach. « Il faut souvent quelques ajustements avant de trouver le bon équilibre, mais, bien construit, c'est un outil très efficace. »

ERMANCE MUSSET