

ma *ma* *ma* *ma* *me*

FIGARO

**DES RECETTES
100% PLAISIR
ZÉRO CALORIE!**

**GOURMANDE
OU COMPULSIVE
TESTEZ VOTRE
PROFIL RÉGIME**

**STARS
POURQUOI
ELLES ONT
LA LIGNE**

- 3 KG EN 7 JOURS

**SPÉCIAL
MINCEUR**

**LES 24 SECRETS POUR
MAIGRIR VITE ET BIEN**

dix trucs pour l'aider à réussir

"Résultats catastrophiques", "Peut mieux faire", "Travail bâclé"... Pour éviter la spirale, il faut agir vite. Le point avec Jeanne Siaud-Facchin *, psychologue clinicienne, spécialiste des troubles des apprentissages. s. c.

Dopez sa confiance en lui

D'après les études les plus récentes (celles réalisées par le psychiatre Philippe Mazet), une bonne estime de soi est plus utile, à l'école, qu'un haut niveau de compétence. Félicitez-le dans tous les micro-actes de la vie quotidienne (quand il s'est brossé les dents de lui-même le soir, quand il a pensé à débarrasser, quand il a été sage)... Un enfant en échec scolaire est blessé narcissiquement; au lieu de le bombarder de cours de soutien, compensez en lui faisant faire ce en quoi il est doué : dessin, équitation, foot, tennis. S'il a une image positive de lui « hors scolaire », ça l'aidera pour l'école.

Repérez son « profil cognitif »

Est-il plutôt visuel (il a besoin de surligner sa leçon, se repère grâce aux illustrations)? A-t-il besoin d'entendre un texte (il est « cognitif-auditif »)? A-t-il besoin d'un coach pour le faire réciter (il fonctionne sur le mode « interpersonnel »)?

Faites-le revenir sur ses connaissances

Quand il vous dit « Je le sais », demandez-lui « Comment l'as-tu appris ? » ou « qu'en penses-tu, toi ? ». De cette façon il mettra en perspective ses acquis et se les appropriera. C'est le début de la culture.

Laissez-le rêver... et même s'ennuyer

En laissant sa pensée vagabonder, en rêvant à ce qu'on

fera quand on sera grand, on s'affirme d'une autre manière. Or aujourd'hui, entre les jeux vidéo et les emplois du temps de ministre, on n'a plus le temps... d'être soi.

Proscrivez l'anxiété de performance

Quand vous le retrouvez le soir, n'embrayez pas que sur les notes, évitez les petites phrases culpabilisantes que l'on prononce si souvent : « Tu as tout pour réussir », « Il n'y a aucune raison pour que tu n'y arrives pas »... Entraînez-le vers des loisirs-plaisir, sans aucun objectif de réussite. S'il est dans un état de bien-être, il sera plus efficace.

Faites la cuisine ensemble !

Un excellent exercice à tous points de vue, surtout pour les petits de CP-CE1. On lit la recette, on mesure (100 g de farine...), on dénombre (cinq cuillerées de sucre), on est obligé de suivre une stratégie



Wouh! Wouh! Wouh!
C'est moi la meilleure...
C'est moi la plus belle...



précise pour obtenir un résultat (décrypter un énoncé pour parvenir à un résultat est l'un des points phares de l'école), on est obligé d'attendre... Ce qui éduque à la tolérance, à la frustration.

Lancez-le sur des jeux de mémoire

Le bien connu : « Je pars en vacances, et j'emporte... » (chaque joueur doit répéter dans l'ordre la liste du trousseau qui se rallonge), ou encore, pour améliorer la « fluence verbale », on choisit une lettre et on trouve des noms d'animaux (ou de pays, de métiers ou d'objets) qui commencent par cette lettre, en ayant bien soin de ne pas répéter...

Faites des brainstormings imaginatifs

Excellent pour doper la rédaction. « Si je te dis "carnaval", tu penses à quoi ? Et si je dis "fête d'anniversaire" ? » Pendant dix minutes, il note tout ce qui lui passe par la tête. Puis on ébauche ensemble une petite structure d'histoire. Quelles sont les étapes ? Et que se passe-t-il à la fin ? Il n'est pas interdit d'en fabriquer un petit livre...

Pratiquez des jeux de rôle

On joue le rôle de l'élève - « cancre », et lui de la maîtresse. On fait semblant de ne pas connaître la leçon et il nous corrige ! C'est ludique, transgressif et très pédagogique. On joue aussi le rôle de la maîtresse, et on fait venir au tableau pour un interro « serrée », pour lui apprendre à s'exprimer devant les autres...

Diagnostiquez sa « peur de réussir »

Elle existe ! Un enfant peut s'arrêter inconsciemment pour ne pas travailler ou récolter de mauvaises notes... afin de susciter l'intérêt de ses parents. Réussir, c'est être peu ou prou livré à soi-même ; échouer maintient dans un état de dépendance parfois confortable. Rassurez-le. Votre amour dépend pas de ça.

* *Vient de publier « Aider l'enfant en difficulté scolaire » (éditions Odile Jacob). Elle a créé, à Marseille, Cogitoz, le premier centre français spécialisé dans le diagnostic et la prise en charge des troubles des apprentissages.*

LU ET APPROUVÉ

« **Le Grand Livre de contes** », de Christian Oster.

Une princesse enrhumée, des fées qui font grève pour obtenir de nouvelles baguettes, des déchets qui cherchent à gagner le paradis ou un matelas qui mange des fraises... La liste n'est pas exhaustive car l'imagination de Christian Oster est sans limite. On se régale à lire ce gros recueil de contes totalement loufoques, fourmillant d'anachronismes, écrit avec une vraie liberté de ton. Un livre qui va « déroutier » l'imaginaire de tous les enfants de sept ans et plus (L'École des loisirs, 22 €).