



© Laurent Vautrin/Picturak

angoisser en pensant qu'il n'y arriverait pas. « Il faut aussi que les parents se fassent confiance », estime-t-elle. « Mieux que tout autre, ils connaissent leur enfant et savent ce qui est bon pour lui. »

Encourager sa soif d'apprentissage

« Un enfant naît avec un extraordinaire désir de savoir. Il sait instinctivement qu'il doit apprendre pour grandir et devenir autonome. Le tout est de ne pas casser cette envie », expose Gisèle George. À proscrire, le laxisme (voir ci-après dans "Poser des limites"), mais aussi l'anticipation, qui décourage : l'apprentissage de la lecture en maternelle, alors que l'enfant n'a rien demandé, le CM2 semblable à la 6^e sous prétexte qu'il faut préparer l'entrée au collège... Prudence aussi dans le choix de l'établissement : ceux qui sous notent les élèves pour soigner leur réputation ne conviennent pas à tous. Par ailleurs, certaines remarques peuvent porter un coup durable à l'envie d'apprendre : « les comparaisons avec le petit voisin ou le grand frère, la confusion entre l'élève et ses résultats... », illustre Brigitte Prot.

Poser des limites

Passée l'éphémère euphorie qu'il éprouve, un jeune à qui l'on cède tout ressent finalement un profond sentiment d'insécurité. Il ne comprend pas pourquoi ses parents lui permettent ce que l'école lui interdit, et peut en concevoir une mauvaise estime de lui-même, pensant : « Je ne vaudrais pas la peine qu'on s'occupe de moi. » Il risque aussi de prendre l'habitude de fuir devant l'effort, ce qui nuira à ses capacités d'apprentissage.

Cela dit, comment se faire obéir d'un enfant ou d'un adolescent, en perpétuelle opposition ? D'abord, en mettant au clair vos valeurs familiales : les comportements auxquels vous dites oui et ceux que vous ne tolérez pas. « J'anime des séances de formation auprès de parents, auxquels je demande de dresser cet état des lieux et d'en discuter avec leur progéniture. Cela débouche sur l'écriture d'une charte de vie, qui contribue souvent à pacifier les relations familiales », explique Brigitte Prot.

Ensuite, évitez de rentrer dans le conflit. Pourquoi ? « Parce que, sur ce terrain, les parents sont perdants d'avance. Leurs enfants les connaissent par cœur et savent taper là où ça fait mal », répond Gisèle

À LIRE

→ **Comment rendre mon enfant + heureux** – 50 questions sur l'éducation des petits, Bayard, 18€.

Autonomie, goût de l'apprentissage, angoisses existentielles... la rédaction de *Pomme d'Api* a compilé dix ans d'interviews avec des spécialistes de l'enfance, en un ouvrage très complet sur l'éducation des petits et sur la meilleure façon de les aider à s'épanouir.

→ **De chair et d'âme**, Boris Cyrulnik, Odile Jacob Poche, 7,98€.

Dans un revigorant essai, le célèbre neuropsychiatre évoque les facteurs environnementaux et génétiques qui influent sur notre capacité à être heureux et le rôle de la connaissance de soi dans cette quête jamais vaine.

→ **La confiance en soi de votre enfant**, Gisèle George, Odile Jacob, 21€.

Comment se construit l'estime de soi ? Est-il nocif de survaloriser un enfant ? Peut-on l'aider à s'épanouir en étant soi-même anxieux ? Un guide pratique qui donne les clés de la confiance enfantine et... parentale.

George. Ne vous vexez pas, ne réagissez pas à la provocation, fréquente chez les ados. En revanche, efforcez-vous de rester ferme sur les interdits ou les consignes qui vous semblent importants. Vous pouvez éventuellement agiter la menace d'une sanction, à condition d'être sûr de la mettre à exécution. Gisèle George préconise aussi de ne faire qu'une critique à la fois, si possible constructive (votre enfant doit clairement comprendre comment améliorer son comportement). Enfin, n'hésitez pas à valoriser les efforts accomplis, cela donne envie de recommencer ! ■

Noémi Constans