

**QUE VOUS SOYEZ PARENT D'UN ENFANT OU D'UN ADO, ALIMENTEZ CETTE RUBRIQUE EN ÉCRIVANT À FAMILLE & ÉDUCATION.**

Soumettez vos petits ou grands problèmes à nos spécialistes, qui répondront aux courriers et courriels retenus.

PROPOS RECUEILLIS PAR PATRICIA GANDIN  
ILLUSTRATIONS : SABINE ALLARD POUR FAMILLE & ÉDUCATION

@ RETROUVEZ CETTE RUBRIQUE SUR [www.apel.fr](http://www.apel.fr)

**NOS EXPERTS VOUS RÉPONDENT**

**ALAIN BRACONNIER**



Psychiatre, auteur de *Être parent aujourd'hui. Amour, logique, bon sens.* Odile Jacob.

**SAMUEL COMBLEZ**



Psychologue à l'École des parents et des éducateurs d'Île-de-France et à la plate-forme Apel Services. Tel : 0 810 255 255 (coût d'une communication

locale), lundi, mardi, jeudi et vendredi de 10 h à 12 h et de 14 h à 16 h.

**BRIGITTE PROT**



Psychopédagogue, enseignante et formatrice. Auteur de *J'suis pas motivé, j'ai pas exprimé. Les clés de la motivation scolaire.* Éditions l'Harmattan.

**Vous avez une question? Écrivez-nous**

PAR COURRIER à *Famille & éducation*, 277, rue Saint-Jacques, 75240 Paris Cedex 05

PAR E-MAIL à [feredac@apelnationale.fr](mailto:feredac@apelnationale.fr) ou [sylvie.bocquet@apelnationale.fr](mailto:sylvie.bocquet@apelnationale.fr)

**Q Nous apprenons à nos deux fils de 3 et 6 ans qu'ils n'ont pas tous les droits, qu'ils doivent respecter les autres.**

Mais, dès la maternelle, ils ont été victimes d'enfants violents. Comment les prémunir contre cela et les rendre aptes à se défendre? Hubert, 37 ans.

**La réponse D'ALAIN BRACONNIER.**

C'est bien le rôle des parents d'apprendre la gentillesse, la politesse, la générosité car elles ne sont pas innées, mais pourtant nécessaires dans la vie sociale, affective et professionnelle. Mais comme tous les parents ne transmettent pas ces valeurs, des mises à l'épreuve surviennent forcément pour les enfants qui ont reçu cette "bonne éducation". Comment les y préparer et faire en sorte qu'ils ne deviennent pas des victimes? En nourrissant leur confiance en soi. Cela se transmet très tôt par l'amour que l'on porte à un enfant. L'aimer, c'est le valoriser, sans le survaloriser, reconnaître ses qualités, stimuler son envie de découvrir le monde plutôt que de prétendre l'en protéger.

En se confrontant à de petits obstacles, il forgera sa capacité à les vaincre et en sortira plus fort. S'il croit en ses capacités, il pourra s'appuyer sur elles. Il apprendra également à les mobiliser pour anticiper la malveillance et restera à distance des agresseurs potentiels. Néanmoins, il faut l'assurer que demander le secours d'autrui n'est pas une faiblesse. Ainsi n'entrera-t-il



pas dans la spirale des souffre-douleurs qui restent repliés sur eux-mêmes plutôt que de se plaindre et de dénoncer leur "bourreau". Ne pas se laisser faire, c'est aussi savoir répondre à une insulte avec suffisamment d'indifférence ou d'humour pour la neutraliser et non surenchérir. Et c'est à l'adulte de donner cet exemple dans la vie de tous les jours. ▶

**Q La plupart du temps, je n'arrive pas à obtenir que ma fille de 15 ans prenne le repas du soir avec nous.**

Elle invoque ses devoirs, ses conversations avec ses amis, au téléphone ou sur Internet. Faut-il être intransigeant?

Anne, 40 ans.

**La réponse de SAMUEL COMBLEZ.**

Pas question, en effet, de renoncer à ces moments de partage, car la famille s'y bâtit. Autour de la table, les conversations, les échanges, les récits, les comportements révèlent les caractères et forgent une mémoire. Pourquoi l'ado les fuit-il? Souvent parce qu'il n'a pas envie de répondre aux questions: « Alors, l'école? Tes profs? Tes copains?... » Ou parce qu'il estime qu'on y parle toujours des mêmes choses et il craint de s'ennuyer. À cet âge, on préfère se construire avec ses pairs ou se réfugier dans le silence. Il faut donc lui donner envie de se réunir en famille, en évitant les sujets qui fâchent, en faisant en sorte que ce soit convivial, chaleureux, intéressant et pas intrusif. Ce n'est pas simple de démontrer que le vivre ensemble est source de plaisir, alors que notre société prône plutôt l'individualisme. Au lieu de se montrer intransigeant, des compromis peuvent s'établir: demander la présence de l'ado à heure fixe, mais seulement deux ou trois soirs par semaine, pour lui laisser des temps d'autonomie. Et pourquoi ne pas se montrer inventif en créant, parfois, des dîners à thème, des



repas-débats? On peut aussi lui proposer d'inviter un ami, de participer avec fantaisie à une recette de cuisine... Enfin, manger en famille fait baisser le risque d'obésité, car on y développe moins de mauvaises habitudes alimentaires qu'en engloutissant, seul, devant son ordinateur de mauvais sandwiches. Un argument qui peut être convaincant! ▶

**Q Mon fils de 12 ans m'a caché des mauvaises notes. Jusque-là, ses résultats étaient corrects.**

Comment faire pour qu'il comprenne la puérilité de ce comportement, mais aussi pour qu'il se ressaisisse? ▶ Léa, 37 ans.

**La réponse de BRIGITTE PROT.**

Il faut d'abord tenter de comprendre pourquoi un élève a caché des résultats scolaires. Parfois, c'est seulement ponctuel: à la veille d'un événement familial, une fête, un anniversaire, il n'a pas voulu « gâcher l'ambiance », comme disent certains. L'information a donc été différée. Mais, si cette attitude est récurrente, c'est peut-être qu'il a peur de décevoir ses parents qui ont des attentes très fortes et qui ont déjà manifesté des réactions disproportionnées face à une mauvaise note. Si ce dernier pense qu'il n'est jugé que par ses notes, il aura peur de

ne plus être aimé lorsqu'il a une défaillance. Souvent, les adultes envoient ce type de message sans le vouloir, mais c'est ce que l'enfant perçoit. Il peut également se sentir une dette à leur égard. À l'adolescence, cacher des mauvaises notes peut aussi signaler une envie de gérer seul la situation, soit parce qu'on veut affirmer sa maturité et ne pas être infantilisé en se faisant gronder, soit pour protéger les parents s'ils ont des soucis de chômage, de maladie... Enfin, il arrive aussi que l'élève lui-même ne supporte pas son échec. Il lui est impossible d'affronter ses notes, car ce serait trop douloureux.

Ces stratégies sont une alerte. Parfois, c'est un indicateur de décrochage scolaire. Les parents doivent donc tenter de rétablir la communication et la confiance, en se montrant capables d'analyser sereinement avec l'enfant une mauvaise note, sans reproche ni colère. Il faut montrer que l'on est à même de comprendre et d'aider, en restant assez solide et calme pour affronter ces petits accidents de parcours. Souvent, l'élève s'en trouve libéré et il se remotive. Si l'on souhaite accompagner et soutenir son enfant, il ne faut pas oublier que les parcours linéaires et parfaits n'existent pas. ▶

**À lire**

**Le bavardage, parlons-en enfin. Pour une classe à l'écoute**

Florence Ehnuel Fayard, 14 €. Le bavardage à l'école est devenu le cauchemar des professeurs, nous dit cette enseignante de philosophie. C'est un incessant bruit de fond, véritable "harcèlement" qui empêche le professeur d'enchaîner deux phrases de suite ou d'aller au bout d'une idée. L'auteur invite à débattre sur le sujet, car ce fléau est pourtant devenu normal pour trop d'enseignants. Le rôle des parents devrait être aussi d'en parler avec leurs enfants pour leur expliquer que l'écoute n'est pas « une valeur historique datée ».



**Les 50 règles d'or des relations parents-enfants**

Christiane de Beaurepaire Larousse, 3,50 €. Quelques règles de base établies par cette spécialiste des relations mère-enfants, pour aider les parents d'enfants de 3 à 10 ans, afin qu'ils établissent des relations bienveillantes et respectueuses, apprennent à être attentifs aux besoins quotidiens des petits, et les aident dans le respect et la liberté, à devenir autonomes.



BRIGITTE CANUEL