



« DOUBLER ÉTAIT DOULOUREUX, MAIS J'AI COMPRIS L'IMPORTANCE DU TRAVAIL »

Judith, 39 ans, enseignante, a doublé sa 3^e humanité « Sur le coup, ça a été une vraie gifle. Je croyais que bosser un minimum suffirait. Mon papa était anéanti... J'étais plus mal pour lui que pour moi. Il m'a obligée à repasser mes examens en seconde session, même si je redoublais d'office. J'ai bossé pendant 2 mois et j'ai réussi les 4 examens. Ça m'a permis de regagner en confiance en moi et de réaliser l'importance de travailler. Recommencer mon année dans ces conditions a été douloureux, mais ça m'a permis de gagner en maturité. J'ai pu affirmer un peu plus mon caractère, m'ouvrir aux autres. Mais malgré le positif que j'ai pu en tirer, j'ai toujours regretté d'avoir recommencé cette année. »

de se retrouver dans une nouvelle classe. En parler permet déjà de faire dégonfler la peur. » S'il a peur de perdre ses amis, vous réfléchirez aux moyens d'entretenir le lien.

... OU PRENDRE LES CHOSES AU SÉRIEUX

Mais si vous êtes face à un enfant qui vit trop dans l'instant présent, qui n'a pas travaillé et qui pense que rien n'est grave, « demandez-lui alors d'imaginer son avenir: 'Si tu continues de cette manière, qu'est-ce que ça donnera à long terme?', conseille la coach scolaire. Interrogez-le aussi sur ce qu'il aimerait devenir plus tard et aidez-le à visualiser les étapes pour y arriver. Même s'il veut être footballeur, soyez positif et demandez-lui ce qu'il pense devoir mettre en place pour y parvenir. » Il comprendra qu'il devra aussi faire preuve de rigueur et de persévérance.

PRENDRE DU REcul POUR CORRIGER LE TIR

Pour aider votre enfant à déterminer à quoi sont dus ses échecs et ce qu'il peut mettre en place pour que ça aille mieux, Lina Meunier conseille de le faire réfléchir à :

> **Ses journées** Pour l'amener à y réfléchir

de façon efficace, demandez-lui de les considérer sous un angle qui l'intéresse. Qu'est-ce qu'il penserait de sa façon de gérer son temps s'il était dans une émission de télé-réalité ou dans l'univers d'Harry Potter? Il pourra par exemple réaliser qu'il passe trop de temps sur des jeux vidéo ou sur les réseaux sociaux, et mettre des choses en place. Il n'est pas question de diaboliser ces technologies, mais de les limiter à une juste dose.

> **Son environnement de travail** Se sent-il motivé à étudier où il le fait? S'il est entouré d'un ordinateur, d'une télé, ce n'est pas évident de se concentrer. Pensez ensemble à une autre solution, comme votre propre bureau.

> **Sa technique d'apprentissage** Demandez-lui ce qui le motiverait le plus à étudier. Réviser avec vous? Avec un prof particulier? Seul? Avec des amis? Cette dernière option est souvent assez bonne, car les élèves se posent des questions et s'expliquent la matière, ce qui est plus efficace que de réaliser des exercices et bien plus efficace que de lire la matière.

> **Ses choix d'études** La seconde session permettra peut-être à votre enfant de réaliser que son choix d'option ou de type d'enseignement ne lui correspond pas.

« DOUBLER M'A DONNÉ CONFIANCE EN MOI »

Margaux, 18 ans, étudiante, a doublé sa 4^e humanité « J'avais eu énormément d'échecs, mais j'avais encore de l'espoir. C'est ma mère qui m'a préparée à l'idée qu'il était possible que je double. Elle avait rempli un carnet avec des mots de mes proches me confiant ce qu'ils pensaient de moi ou me racontant leur expérience de doubleurs. Ça m'a donné confiance en moi et m'a permis de prendre du recul : ils n'avaient pas raté leur vie. Elle avait raison, j'ai doublé, mais je me suis vite remise grâce à cette préparation. J'ai choisi de changer d'option et comme j'ai pu me servir de mes cours de l'année précédente, j'ai eu une année assez détendue. Je me suis fait plein de nouveaux potes et j'ai enfin eu de bons points. Étonnamment, doubler m'a donné confiance en moi. »

RESPONSABILISER

Le but? Responsabiliser votre enfant pour qu'il adopte une nouvelle méthode de travail et/ou fasse des efforts sur la durée. Vous pouvez notamment lui demander de mettre en place un objectif SMART : Spécifique et simple, Mesurable, Acceptable – suffisamment ambitieux pour être motivant –, Réaliste et délimité dans le Temps – avec une date butoir et des dates intermédiaires (écrit en « je » et au présent). Exemple: « Je résume 25 pages par jour et révise ce résumé ensuite. » ●

Plus d'infos sur le coaching de Lina Meunier: solution-coaching.be.

POUR ALLER PLUS LOIN

→ *Apprendre autrement avec la pédagogie positive*, Audrey Akoun et Isabelle Pailleau, éd. Eyrolles.

→ *Parent zen. Comprendre le stress pour rétablir l'harmonie en famille*, Catherine Schwenicke et Brigitte Durruty, 2016.

→ *Peut mieux faire*, Didier Pleux, éd. Odile Jacob.

→ *Les vertus de l'échec*, Charles Pépin, éd. Allary.

