



CAPSULE PSYCHOAIDE

ROUTINE DE DEVOIRS

Tout d'abord, il peut être pertinent de prévoir une routine de devoirs qui sera la même tous les jours. Cela permet de :

- placer les devoirs en priorités
- développer de bonnes habitudes de travail
- gagner en constance, discipline et persévérance.

Il faut choisir un moment stratégique pour faire les devoirs en considérant notre horaire du temps et le niveau de disponibilité de notre enfant. Est-ce que ce sera au retour de l'école? Après le souper? En soirée? Cette routine peut être affichée afin d'avoir un aide-mémoire visuel ainsi qu'un bon moyen pour s'organiser et être autonome. La routine permet aussi de donner un sentiment de sécurité à l'enfant et évite les négociations. Il est aussi possible de prendre des pauses si on sent que le temps de travail demander est trop exigeant. Cela peut aider à garder la période de devoir comme un moment agréable et cela ne défait pas la routine pour autant.

ESPACE DE TRAVAIL

L'espace de travail alloué aux devoirs est tout aussi important à déterminer. Cet aspect peut être discuté avec votre enfant afin de voir ce qu'il préfère (dans sa chambre, sur la table de cuisine, près de vous, dans un bureau, etc.) Ce qui est important à retenir, c'est qu'il faut éviter les distractions possibles (télévisions, téléphone, jeux vidéo). La musique instrumentale douce et la musique classique peuvent être incorporées à la routine des devoirs, car elles sont réputées pour aider la concentration. Il se peut que votre enfant ait besoin de silence. À ce moment, il existe des coquilles insonorisantes pour atténuer les bruits ambiants. Un éclairage adapté à la pièce est un autre point à vérifier. Un éclairage trop faible peut réduire la capacité d'attention et fatiguer les yeux.

L'espace de travail doit aussi être ajusté à la grandeur de votre enfant. Le plus possible, l'enfant doit avoir les fesses dans le fond de sa chaise, le dos bien appuyé contre le dossier et les pieds appuyés au sol. Si l'espace de travail ne correspond pas à ces critères, il n'est pas obligatoire d'acheter du nouveau matériel! Une pile de journaux sous les pieds, un coussin sous les fesses ou dans le dos peuvent corriger le tir sans dépenser un sou!

COMMENT SOUTENIR MON ENFANT PENDANT LA PÉRIODE DE DEVOIRS ET LEÇONS?

Lorsque les devoirs et leçons sont faits à la maison, l'encadrement du parent est nécessaire pour aider l'enfant à développer de bonnes habitudes, stratégies et une autonomie face au travail (au moins pendant son cheminement scolaire primaire). Mais comment peut-on faire ça?

S'assurer que les consignes et les exercices à faire sont compris : laisser l'enfant expliquer ce qu'il a compris et rectifier au besoin les explications (sans donner les réponses bien entendu). On peut ensuite vérifier quelques fois si l'enfant comprend toujours et en profiter pour le féliciter de son progrès!

Laisser répondre l'enfant : parfois on aimerait donner la réponse à notre enfant pour lui donner un petit coup de pouce, mais à force de lui donner ce genre de coups de pouce, on lui fait comprendre qu'il peut se fier à son parent s'il ne trouve pas la réponse au lieu d'utiliser ses outils ou de trouver la solution par lui-même. Il est possible de questionner l'enfant pour qu'il trouve la réponse par lui-même : as-tu vu ces notions dans ton livre de mathématiques? Où peut-on trouver la réponse dans tes livres d'école?

Mettre à sa disposition tous les outils de travail nécessaires : il est suggéré de laisser son enfant rassembler tous ses effets nécessaires à la réalisation de sa période de devoirs et leçons. La supervision de son parent peut aider pendant quelque temps afin de vérifier avec lui s'il a tout ce dont il a besoin puis tranquillement, on l'assiste de moins en moins afin qu'il se responsabilise dans cette tâche.

Lui expliquer comment trouver une réponse ou une solution par lui-même : si on souhaite que notre enfant soit le plus autonome possible, il faut lui apprendre comment se débrouiller seul. On peut lui suggérer de chercher dans ses livres de notes, de regarder sur internet s'il trouve plus d'information, lui proposer d'appeler un ami pour avoir plus d'explication, lui proposer de se rendre le plus loin possible dans son travail et d'ensuite demander de l'aide, de faire appel aux services du site internet *Allôprof* qui offre du soutien aux enfants lors de leur période de devoirs et leçons, etc. En lui présentant ces options, vous remplissez son coffre à outils afin qu'il puisse se débrouiller seul le plus possible.

Comme mentionné précédemment, la présence du parent est importante pendant la période de devoirs. Il y a plusieurs façons d'être présent pour son enfant sans être à côté de lui pendant toute cette période. Il est possible de :

Vérifier ce que votre enfant a à faire comme devoir (en vérifiant l'agenda, en l'aidant à préparer son espace de travail);

Rester proche pour pouvoir jeter un coup d'œil, le guider en cas de besoin et miser sur son autonomie;

S'investir davantage en l'aidant pendant ce moment (lui demander ses tables de multiplication, ses mots de vocabulaire, lui poser des questions sur son étude, l'accompagner dans les tâches plus complexes, l'aider pour une présentation orale, faire certaines tâches avec lui dans la construction d'une maquette, etc.);

Proposer des activités d'enrichissement en les rendant ludiques et amusantes (écrire ses mots de vocabulaire avec de la peinture, faire ses additions avec des céréales, utiliser ses jouets préférés pour résoudre un problème mathématique, écrire ses mots dans le sable du parc, etc.).

Bien entendu, les encouragements sont toujours une source de motivation et de persévérance pour les enfants. Lorsqu'on les encourage à bien faire leurs devoirs, à faire de leur mieux, cela montre que nous sommes cohérents avec les exigences mises en place par l'école.

L'ENFANT QUI PEUT PARFOIS (OU SOUVENT) SE MONTRER PEU COOPÉRATIF

Lorsqu'un enfant présente ce genre de comportement et attitude, la période de devoirs et leçons peut devenir plus ardue. Les comportements peuvent s'apparenter à :

- mettre les efforts minimums dans ses travaux;
- refuser de faire ses devoirs;
- oublier d'apporter son matériel à la maison;
- prendre toute la soirée pour terminer ses devoirs et leçons;
- refuser de faire ses devoirs seul;
- attendre à la dernière minute pour se mettre à la tâche;
- négliger de faire ce qu'il a à faire si les parents sont absents.

Lorsqu'un parent doit composer avec ce genre de problématique, il est souhaitable d'opter pour une approche étape par étape avec son enfant afin d'améliorer la situation. Voici les étapes suggérées :

Discuter avec l'enfant pour comprendre son comportement : parfois, certains comportements sont expliqués par une raison et laisser l'enfant s'exprimer peut régler une partie du problème, du comportement. Le parent peut aussi aider son enfant à trouver une solution à la problématique (l'enfant est trop fatigué, il a de la difficulté à s'organiser, il est arrivé une situation dans la journée qui l'envahit, le devoir est trop difficile, etc.).

Lui expliquer l'importance des devoirs : il est plus facile de faire quelque chose et d'y mettre des efforts quand on sait pourquoi on le fait. Les devoirs sont importants pour mettre en pratique les notions apprises au cours de la journée, de la semaine, se familiariser avec la matière et se l'approprier et pour pratiquer des notions déjà vues, s'en souvenir.

Se donner le temps d'essayer les nouvelles solutions : il faut se donner le temps d'essayer de nouvelles solutions. Les changements ne se verront pas du jour au lendemain. En se laissant ce temps d'adaptation, on peut rectifier nos interventions, voir comment l'enfant réagit et comment nous, en tant que parents, nous sommes capables d'appliquer ces solutions.

Si ces étapes ne suffisent pas, un encadrement plus serré peut être nécessaire et répondre aux besoins de votre enfant, de votre situation. Il se peut qu'il vive un manque de motivation, qu'il s'oppose, qu'il soit indifférent. Voici quelques options qui pourraient être utilisées pour vous aider :

Un système de récompense : cette option est utilisée dans un temps bien défini et est temporaire. Cette solution peut aider lorsqu'on veut amener un enfant à adopter un nouveau comportement positif. Il est aussi recommandé d'amener l'enfant à reconnaître les bienfaits de faire ses devoirs et leçons (pour apprendre de nouvelles notions, être fier des efforts investis, voir les gens autour de nous être satisfaits de notre travail et nous-mêmes).

Progressivement, quand le comportement est acquis la fréquence des récompenses diminue pour finalement être retirée, car l'enfant répond aux exigences. Le comportement attendu est présent sans qu'on ait besoin de le récompenser à chaque fois. La récompense tangible peut être remplacée par des mots d'encouragements et du soutien de la part du parent.

Faire preuve de fermeté : si votre enfant continue à présenter ses comportements inadéquats, il est possible de retirer des privilèges lorsqu'une consigne n'est pas respectée. Le retrait d'un temps à l'ordinateur, d'un temps de télévision, d'accès à une tablette ou un jeu électronique peut être appliqué. Comme ça l'enfant comprend que lorsqu'il ne respecte pas ce qui est attendu de lui, il y a des conséquences négatives et que lorsqu'il fait ce qu'on attend de lui, il peut avoir des privilèges ou des permissions spéciales.

Prévenir l'enseignant : si la situation persiste. Il est possible d'avertir l'enseignant de votre enfant. Il peut être possible de voir avec lui s'il a des trucs ou conseils à vous partager ou bien s'il voit le même genre de problématique en classe. L'important reste d'être cohérent à la maison comme à l'école et de ne pas excuser les devoirs non faits de son enfant si son choix était de ne pas les faire. Une discussion entre les parents et l'enseignant peut aider à remettre les choses en place.

Ce qui est important de retenir, c'est que l'implication du parent, sous toutes ses formes, est primordiale dans la vie scolaire de son enfant. Les enfants ont besoin de modèles pour se développer et les parents sont les modèles présents à la maison. Il est aussi possible d'aller chercher de l'aide si vous avez besoin d'aide pour soutenir votre enfant. Voici quelques ressources pouvant répondre à certaines de vos questions :

Site internet Allô Prof! : <http://www.alloprof.qc.ca/>
(alloprof parents – cyberprofs – trucs et conseils)

Page Facebook Alloprof Parents! : enseignants disponibles de 17h00 à 20h00 du lundi au jeudi
<https://www.facebook.com/alloprofparents/>

Service d'appel Allô Prof! : enseignants disponibles de 17h00 à 20h00 du lundi au jeudi
Montréal: [514-527-3726](tel:514-527-3726)
Ailleurs au Québec: [1-888-776-4455](tel:1-888-776-4455)

Service d'appel Alloprof Parents! : enseignants disponibles de 17h00 à 20h00 du lundi au jeudi
Partout au Québec: [1-855-527-1277](tel:1-855-527-1277)

Livre : « Comment survivre aux devoirs? » de Josianne Caron Santa

Livre: Devoirs – La boîte à outils

Site « Je passe partout » : www.jepassepartout.org

Répertoire de sites éducatifs : www.lasouris-web.org

Site « Abracadabra » : <http://petitabra.concordia.ca>