

Guide gratuit – Temps bibliques en famille pour la rentrée

*5 questions d'enfants pour parler de l'école,
des peurs et de la foi avec des réponses
prêtes pour les parents*



CM Learning

BIENVENUE

Cher parent,

Ce petit guide a été pensé comme une première porte d'entrée.

Il ne cherche pas à répondre à toutes les questions de l'enfance, mais à vous aider à commencer simplement, avec quelques vraies questions que les enfants peuvent se poser dans leur vie scolaire, émotionnelle et spirituelle.

Vous y trouverez **5 questions choisies**, accompagnées d'une réponse courte pour le parent, d'un verset d'ancrage et d'un mini moment biblique. L'objectif n'est pas de donner une formule parfaite, mais d'ouvrir un dialogue paisible, biblique et accessible à la maison.

Dans beaucoup de familles, ce ne sont pas les grandes idées qui manquent, mais le temps, l'énergie ou les mots justes au bon moment. Ce guide a donc été conçu pour être simple, rapide à utiliser, et facile à reprendre dans le quotidien.

Puisse cette ressource vous aider à faire de petits moments ordinaires des occasions de ramener votre enfant à la vérité de Dieu, à la prière et à la paix qui se trouve en Christ. Les ressources chrétiennes sur les routines familiales recommandent justement des formats courts, stables et réalistes pour ancrer peu à peu la foi dans le quotidien.

CM Learning

QUESTION 1 – PEUR DE LA RENTRÉE & IDENTITÉ EN CHRIST

Question de l'enfant

“Et si personne ne m'aime dans ma nouvelle classe ?”

Réponse courte du parent

“Je comprends que ça te fasse peur. Même si cette journée est nouvelle pour toi, elle n'est pas nouvelle pour Dieu. Et même si certaines personnes ne te connaissent pas encore, toi, tu es déjà connu, aimé et précieux pour Dieu.”



Verset d'ancrage

Ésaïe 43:1 - “Ne crains rien, car je t'ai racheté, je t'ai appelé par ton nom : tu es à moi.”

Portée théologique pour le parent

Ici, tu n'essaies pas seulement de calmer une émotion : tu rappelles à ton enfant que son identité ne dépend pas de l'accueil des autres, mais du regard de Dieu sur lui. Les ressources sur l'identité en Christ insistent justement sur le fait que l'enfant a besoin d'apprendre que sa valeur ne vient ni de la foule, ni de la réussite, ni du rejet, mais de son appartenance à Dieu.

QUESTION 1 - PEUR DE LA RENTRÉE & IDENTITÉ EN CHRIST

Mini-moment biblique

Avant l'école, pose une main sur son épaule et prie simplement : "Seigneur, merci parce que tu connais [prénom], tu l'aimes et tu vas avec lui/elle aujourd'hui. Aide-le/la à marcher dans ta paix." Les routines de prière et les petits rituels de pré-rentrée sont recommandés pour diminuer l'anxiété et ancrer l'enfant dans la présence de Dieu.



QUESTION 2 – PEUR DE LA RENTRÉE (GÉNÉRAL)

Question de l'enfant

"Et si la maîtresse est méchante ou que la journée se passe mal ?"

Réponse courte du parent

"Je comprends que tu te poses cette question. On ne sait pas encore exactement comment sera la journée, mais on sait une chose : **Dieu sera avec toi du matin au soir.** Et même si quelque chose se passe mal, Il te donnera ce qu'il faut pour y faire face."



Verset d'ancrage

Josué 1:9 - "Ne t'ai-je pas donné cet ordre : Fortifie-toi et prends courage ? Ne t'effraie point et ne t'épouvante point, car l'Éternel, ton Dieu, est avec toi dans tout ce que tu entreprendras."

Portée théologique pour le parent

Tu aides ton enfant à passer d'une vision centrée sur le contrôle ("il faut que tout se passe bien") à une vision centrée sur la présence de Dieu ("même si ça se passe mal, Dieu est là"). De nombreux conseils chrétiens soulignent l'importance de diriger l'enfant vers la vérité biblique quand il croit des mensonges de peur, plutôt que de simplement nier son anxiété.

QUESTION 2 - PEUR DE LA RENTRÉE (GÉNÉRAL)

Mini-moment biblique

La veille de la rentrée, lis le verset avec lui/elle, puis demande : “De quoi as-tu le plus peur ?” Écoute, puis priez ensemble en déposant ces peurs devant Dieu, en répétant la phrase “Dieu est avec moi” à voix haute. Ce type de mise en mots + prière est recommandé comme manière de relier émotion et vérité biblique.



QUESTION 3 - MOQUERIES / IDENTITÉ EN CHRIST

Question de l'enfant

"Et si les autres se moquent de moi parce que je suis différent(e) ou parce que je crois en Jésus ?"

Réponse courte du parent

"C'est difficile quand quelqu'un se moque, et je suis désolé(e) que tu doives parfois vivre ça. Les paroles des autres peuvent faire mal, mais elles ne disent pas la vérité sur qui tu es. La vérité, c'est ce que Dieu dit de toi : tu es son enfant, précieux/précieuse pour lui, même si certains ne le voient pas."



Verset d'ancrage

*1 Jean 3:1 - "Voyez quel amour le Père nous a témoigné, pour que nous soyons **appelés enfants de Dieu** ! Et nous le sommes."*

Portée théologique pour le parent

Tu apprends à ton enfant à distinguer entre la voix du monde, qui peut mentir sur sa valeur, et la voix de Dieu, qui déclare une identité stable en Christ. Des auteurs chrétiens insistent sur la nécessité d'ancrer l'enfant dans une identité "stable, sécurisée et inébranlable" en Christ pour résister aux attaques et moqueries.

QUESTION 3 - MOQUERIES / IDENTITÉ EN CHRIST

Mini-moment biblique

Après une journée où il/elle raconte une moquerie, prends quelques minutes pour relire ensemble un verset sur l'identité en Christ (par exemple 1 Jean 3:1 ou un autre que tu auras choisi), puis demande : "Qu'est-ce que Dieu dit de toi dans ce verset, que les autres ne voient peut-être pas ?" Terminez par une prière pour la personne qui s'est moquée, en demandant à Dieu de la bénir et de lui faire connaître l'Évangile. Beaucoup de ressources encouragent à combiner vérité sur son identité et prière pour le/la harceleur(se).



QUESTION 4 - ÊTRE SEUL / MISE À L'ÉCART

Question de l'enfant

"Et si personne ne veut jouer avec moi à la récré ?"

Réponse courte du parent

"C'est très triste de se sentir seul(e), et je comprends que ça te fasse peur. Parfois les autres ne voient pas tout de suite qui tu es, mais Dieu, lui, te voit et t'aime. Même quand tu es seul(e) dans la cour, tu n'es jamais vraiment seul(e) : Jésus est avec toi, et Il peut aussi t'aider à voir qui d'autre est seul(e) pour aller vers lui/elle."



Verset d'ancrage

Psaume 139:1-2, 5 (tu peux adapter) - "Éternel ! tu me sondes et tu me connais... Tu m'entoures par derrière et par devant, et tu mets ta main sur moi."

Portée théologique pour le parent

Tu enseignes à ton enfant que la présence de Dieu ne dépend pas du nombre d'amis autour de lui/elle, mais de l'alliance que Dieu a faite, et tu l'aides aussi à développer un regard de compassion pour d'autres enfants isolés. Des conseils chrétiens sur la gestion de l'anxiété et des relations encouragent les parents à affirmer l'amour inconditionnel de Dieu et à inviter l'enfant à voir aussi les autres à travers ce regard.

QUESTION 4 - ÊTRE SEUL / MISE À L'ÉCART

Mini-moment biblique

Le matin, vous pouvez prier : "Seigneur, montre à [prénom] si un enfant est seul aujourd'hui, et donne-lui le courage d'aller vers lui/elle." Le soir, discutez : "Avec qui as-tu joué ? As-tu vu quelqu'un qui était seul ?" Ce type de démarche (parler, prier, planifier concrètement comment réagir) est recommandé pour aider les enfants à gérer solitude et anxiété à l'école.



QUESTION 5 – PARLER DE JÉSUS À L'ÉCOLE

Question de l'enfant

“Est-ce que j'ai le droit de parler de Jésus à l'école ?”

Réponse courte du parent

“C'est une très bonne question. À l'école, il y a des règles à respecter, et on veut les honorer. Mais personne ne peut t'empêcher d'aimer Jésus, de prier en silence, d'être gentil parce que tu es Jésus, ou de répondre si un copain te pose une question. Nous demandons à Dieu de t'aider à être à la fois respectueux(se) et courageux(se).”



Verset d'ancrage

Matthieu 5:14,16 – “Vous êtes la lumière du monde... Que votre lumière luise ainsi devant les hommes, afin qu'ils voient vos bonnes œuvres, et qu'ils glorifient votre Père qui est dans les cieux.”

Portée théologique pour le parent

Tu aides ton enfant à distinguer entre obéir aux règles légitimes de l'école (autorité, cadre laïc, etc.) et rester un témoin fidèle par sa manière de vivre, de parler, d'aimer. De nombreux conseils aux parents chrétiens rappellent qu'il s'agit d'équiper l'enfant pour vivre “dans” le monde scolaire sans adopter les valeurs contraires à l'Évangile, en gardant une identité claire en Christ.

QUESTION 5 - PARLER DE JÉSUS À L'ÉCOLE

Mini-moment biblique

Un soir, lisez ensemble Matthieu 5:14-16 et demande-lui : "À quoi ressemble la lumière de Jésus dans ta classe ?" Faites une petite liste de 2-3 façons concrètes d'être lumière (encourager, partager, défendre un plus faible, etc.), puis priez pour qu'il/elle saisisse les occasions que Dieu lui donne.



VOUS N'AVEZ PAS BESOIN D'ÊTRE UN PARENT PARFAIT POUR PARLER DE DIEU À VOTRE ENFANT.

J'espère que ces premières questions vous aideront à ouvrir des conversations simples, vraies et rassurantes avec votre enfant.

Votre présence, votre écoute et quelques mots ancrés dans la Bible peuvent devenir de précieux repères dans son quotidien.

Prenez votre temps. Une question, un verset, un petit moment de prière : c'est déjà beaucoup. Dieu agit aussi dans les petits instants partagés en famille.

Avec affection,

CM Learning



ET SI VOUS AVIEZ UN PETIT TEMPS BIBLIQUE PRÊT POUR CHAQUE GRANDE QUESTION DE LA RENTRÉE ?

La rentrée peut réveiller beaucoup de questions : la peur, les nouveaux repères, l'amitié, la comparaison, la confiance, la place de Dieu à l'école...

Pour vous aider à y répondre sans devoir tout préparer vous-même, j'ai créé le Guide pratique - 10 temps bibliques en famille pour la rentrée.

DANS LE GUIDE

- 10 grandes questions que les enfants posent autour de l'école, des peurs et de la foi
- Des réponses parentales simples, prêtes à utiliser
- Des versets d'ancrage et de courts moments bibliques à vivre en famille
- Un support clair pour avancer sereinement, même lorsque le temps manque

Découvrir le guide pratique

