



DÉVELOPPER L'ESPRIT CRITIQUE DE SON ENFANT

**GUIDE POUR
LES PARENTS**

“Votre enfant mérite une tête bien faite”



01 L'esprit critique c'est quoi ? p.3

Pourquoi développer l'esprit critique de son enfant ?

Comment développer l'esprit critique des enfants ?

02 Et si tout commençait par l'écoute ? p.4

Ce qu'écouter veut vraiment dire

Écouter pour penser : le lien avec l'esprit critique

Suspendre son jugement

Comprendre plutôt que répondre : reformuler

S'entraîner : pistes pratiques

Les erreurs fréquentes à ne pas répéter

03 Le livre jeunesse : un laboratoire de l'esprit critique p.8

Le livre jeunesse : un terrain de jeu pour grandir

Équiper la boîte à outils de la pensée critique

Nos albums jeunesse coups de coeur

04 Savoir poser les bonnes questions p.12

Savoir distinguer un fait d'une opinion

Les bonnes questions à poser (au quotidien, face à l'info, face aux réseaux)

Comment reconnaître une vidéo générée par IA ?

05 Je m'approprie les outils p.15

3 outils pratiques

06 Envie d'aller plus loin ? p.16

Programme de formation

L'esprit critique, c'est quoi ?

"Mieux vaut une tête bien faite qu'une tête bien pleine"
Montaigne



L'esprit critique, c'est la capacité à analyser une information, à en questionner la source et la fiabilité, avant de tirer ses propres conclusions. Ni méfiance systématique, ni crédulité naïve : une posture équilibrée, qui s'apprend dès le plus jeune âge. On sait que dès 3 ans, l'enfant commence à distinguer les personnes fiables et dignes de confiance des autres. Les bases sont là. Sauf qu'aujourd'hui l'exercice devient complexe : fausses sources, infos en continu, réseaux sociaux... Plus difficile que jamais de trier le vrai du faux. Mais l'obstacle le plus grand reste nos propres certitudes, dont nous devons apprendre à douter raisonnablement. Et cela s'apprend.

Pourquoi développer l'esprit critique de son enfant ?



Information via les réseaux

Plus de 50% des jeunes s'informent via les réseaux et plateformes vidéo. L'algorithme guide leurs lectures sans qu'ils le remarquent.



IA et risque de déclin cognitif

L'IA génère un risque de « prêt à penser » : quand la machine répond à la place de l'enfant, l'effort de réflexion est court-circuité.



Monde en évolution rapide

L'avenir est incertain. Développer la capacité à s'adapter est la compétence clé du XXI^e siècle.



Des outils de pensée durables

Questionner, vérifier, douter avec méthode : ce sont ces outils qui permettront à votre enfant de s'orienter dans le monde de demain.

Comment développer l'esprit critique des enfants ?

Deux capacités essentielles sont à l'oeuvre quand on fait preuve d'esprit critique : **discerner le vrai du faux** et **prendre du recul sur ses propres pensées**, c'est-à-dire douter et réfléchir avant de tirer des conclusions hâtives. Pour y arriver, 3 types de pensée sont à travailler.



Pensée créative

Explorer, imaginer des idées nouvelles et créatives.



Pensée attentive

Écouter et intégrer les idées différentes des siennes.



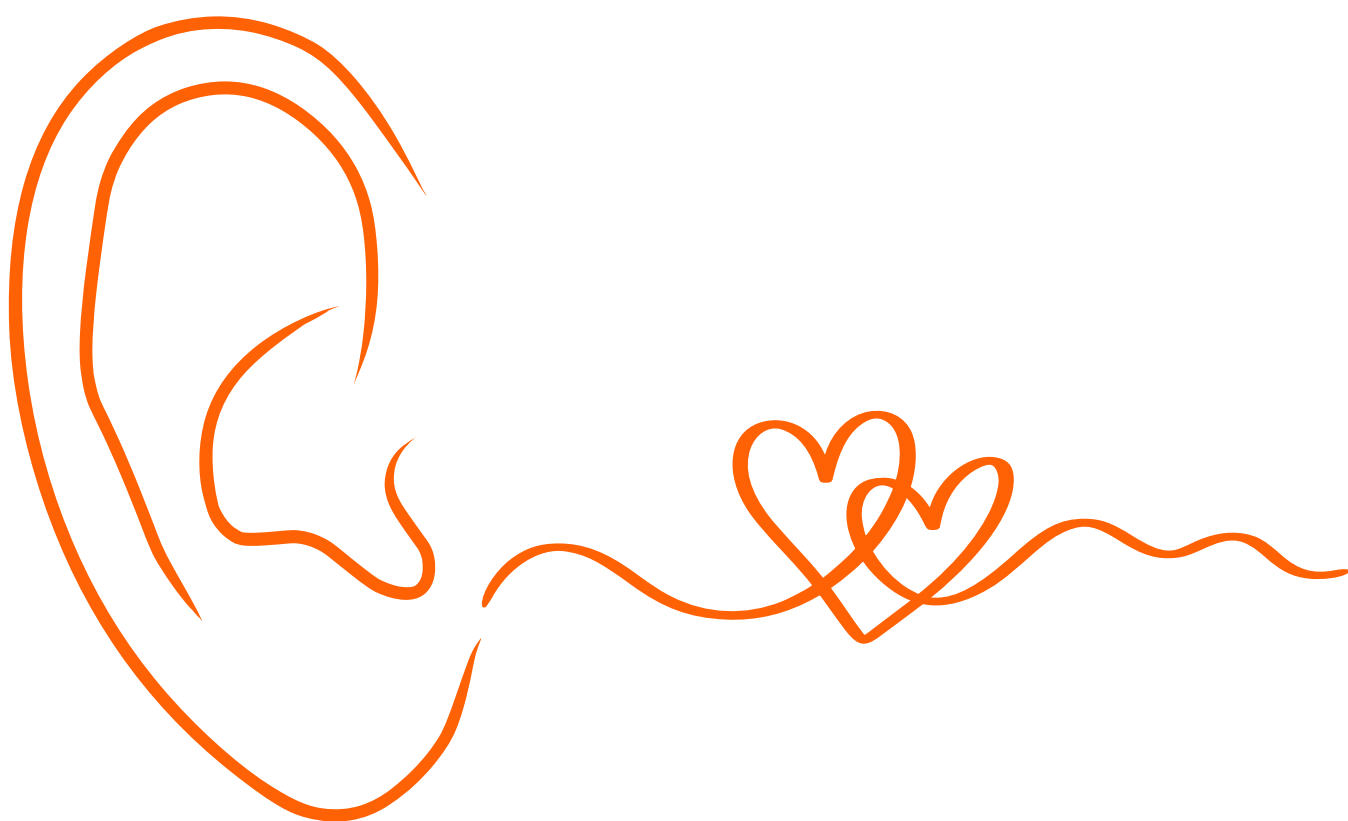
Pensée critique

Penser ce qu'on pense, remettre en question ses conclusions.



À 3 ans, on ne va pas montrer l'IA ou TikTok à son enfant. Ce guide est conçu pour vous transmettre les bonnes pratiques de façon progressive pour accompagner votre enfant sur le chemin de la pensée. Les outils qui vous sont offerts vous permettront de poser les bases pour développer une pensée critique de plus en plus affûtée, de la petite enfance à l'adolescence.

**ET SI TOUT
COMMENÇAIT PAR
L'ÉCOUTE ?**



Et si tout commençait par l'écoute ?

Et si, pour aider nos enfants à développer l'esprit critique, il fallait d'abord apprendre à les écouter ? En tant que parents, notre façon de les écouter pourrait avoir une influence directe sur leur capacité à réfléchir par eux-mêmes. On dit souvent qu'écouter est tout un art. Mais qu'est-ce que cela veut vraiment dire ? Écouter, est-ce simplement entendre des mots ? Ou bien adopter une posture, une présence, une intention ? Posons-nous cette question :



Quelle est mon attitude quand j'écoute mon enfant ?

Suis-je dans une réelle curiosité, une ouverture sincère pour découvrir ce qu'il pense, ce qu'il ressent ? Ou bien, inconsciemment, est-ce que j'attends qu'il me renvoie l'image rassurante d'un enfant « bien éduqué », qui pense et parle « comme il faut » ? Il ne s'agit pas de se juger, mais de faire un pas de côté et d'observer notre façon de l'écouter et surtout sa façon de nous parler.

Ce qu'écouter veut vraiment dire

Retournons d'abord la question : quand nous parlons à quelqu'un, qu'attendons-nous ? Qu'il soit là, avec nous. Qu'il nous écoute sans nous couper la parole. Qu'il s'intéresse à ce qu'on partage. Et surtout, qu'il ne pense pas à notre place. Même avec la meilleure intention, cette posture de « conseiller qui sait mieux » est souvent ce qui nous fait regretter d'avoir parlé.

***L'écoute n'est pas un talent inné.
C'est une compétence qui s'apprend et qui
demande de l'entraînement.***



L'écoute dont nous parlons, qui se définit comme « active » ou « empathique », est une compétence qui requiert certaines conditions. Elle demande une disponibilité intérieure pour se mettre en relation avec l'autre. Elle implique aussi de se concentrer sur l'autre, sur ce qu'il dit et sur ce qu'il ressent et aussi sur ce qui n'est pas dit. C'est une compétence qui s'apprend, se travaille et se muscle et qui demande aussi beaucoup d'humilité pour reconnaître que par moment on ne peut pas y arriver car nous ne sommes tout simplement pas disponibles.

Écouter son enfant de façon active c'est donc...

- ⇒ Reconnaître si l'on est disponible intérieurement.
- ⇒ Résister à l'envie de corriger, de compléter, de réorienter.
- ⇒ Laisser le temps de formuler une pensée encore imparfaite.
- ⇒ Accueillir une idée qu'on ne partage pas, sans immédiatement la rectifier.

Exemple : entendre « les devoirs, c'est inutile » sans sauter sur l'occasion de prouver qu'il a tort, mais en se demandant : d'où vient cette pensée ?

Écouter pour penser : le lien avec l'esprit critique

On associe souvent l'esprit critique à la parole, à celui qui argumente bien. Mais on oublie l'essentiel : on ne peut pas bien penser ce qu'on n'a pas bien entendu. Écouter son enfant, c'est lui montrer l'exemple.



L'esprit critique ne commence pas quand on ouvre la bouche. Il commence quand on tend l'oreille.

Suspendre son jugement

Écouter, c'est apprendre à suspendre son jugement. Un enfant qui apprend à vraiment écouter, apprend à attendre avant de conclure, à ne pas décider en deux secondes si quelque chose est vrai ou faux. Imaginons :

Exemple concret

Votre enfant revient de l'école : « Lucas a dit que les jeux vidéo rendent violent, c'est n'importe quoi. »



Réaction immédiate.

Mais s'il s'était demandé **“pourquoi Lucas pense ça ?”**, il aurait eu une conversation bien plus intéressante, et affiné sa propre pensée.

C'est exactement ça, l'esprit critique : ne pas confondre « je ne suis pas d'accord » avec « l'autre a tort ».

Comprendre plutôt que répondre : savoir reformuler

Si on veut comprendre, plutôt que répondre, apprenons à questionner, à écouter en silence et à reformuler pour vérifier si on a bien compris. Reprenons la situation décrite ci-dessus et imaginons un dialogue avec notre enfant :

Enfant : « Lucas a dit que les jeux vidéo rendent violent, c'est n'importe quoi. Il est bête! »

Parent : “Si j'ai bien compris, Lucas t'a dit que les jeux vidéo rendent violent, et toi tu trouves que c'est pas vrai ?”

Enfant : “Ben oui, on joue tous les deux et j'suis calme”

Parent : “Est-ce que tu lui as demandé pourquoi il pense ça ?”

Et vous, dans tout ça ?

Les enfants apprennent moins de ce qu'on leur dit que de ce qu'ils nous voient faire. Quand votre enfant parle d'une idée que vous trouvez naïve, lui laissez-vous le temps de finir ? Lui posez-vous une question avant de donner votre avis ?

Ce sont ces petits moments, pas les grands discours, qui lui apprennent ce que penser veut vraiment dire.

S'entraîner à écouter de façon active : pistes pratiques

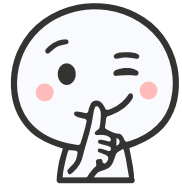
Écouter pleinement ne s'improvise pas. Cela s'apprend et se travaille, comme un muscle, au fil des jours.

1 S'observer en train d'écouter

La prochaine fois que votre enfant vous parle, demandez-vous : suis-je en train d'écouter ou de préparer ma réponse ? Est-ce que je l'interromps ? Est-ce que je cherche à le corriger ?
Observez aussi ses réactions : un enfant qui s'agite ou se ferme essaie souvent de dire « Es-tu vraiment avec moi ? »

2 Le test du silence

Quand votre enfant parle, laissez-le finir, puis attendez 2 à 3 secondes avant de répondre. Ce silence peut sembler inconfortable, mais il ouvre un espace.
Très souvent, l'enfant continue et approfondit sa pensée.



Exemple : « De toute façon, l'école c'est nul ! » ➡ Vous attendez ➡ « Parce qu'aujourd'hui, personne n'a voulu jouer avec moi. » L'écoute commence là.

3 Ne pas penser à sa place

Au lieu de « Tu devrais... » ou « Moi à ta place... », essayez : « Qu'est-ce que tu en penses toi ? » ou « Qu'est-ce que ça te fait ? » Vous restez à côté de lui, pas à sa place.

4 Créer des moments d'écoute dédiés

10 minutes le soir sans écran, un moment en voiture, un temps au petit déjeuner ou avant de dormir. Même court, ce rituel envoie un message fort : « Tu comptes, je suis là. ». Écouter son enfant, ce n'est pas seulement entendre ses mots. C'est être présent, laisser de l'espace, accueillir sans juger, rester à côté sans prendre la place.

Les erreurs fréquentes

Interrompre

Cela signifie implicitement : « ce que j'ai à dire est plus important ».

Minimiser

« C'est pas grave, tu exagères » : l'enfant se sent incompris et apprend à se taire.

Donner des solutions trop vite

Cela empêche l'enfant de réfléchir par lui-même et de développer sa pensée.

Écouter à moitié

Téléphone, regarder ailleurs : l'enfant le perçoit immédiatement et ferme la porte.

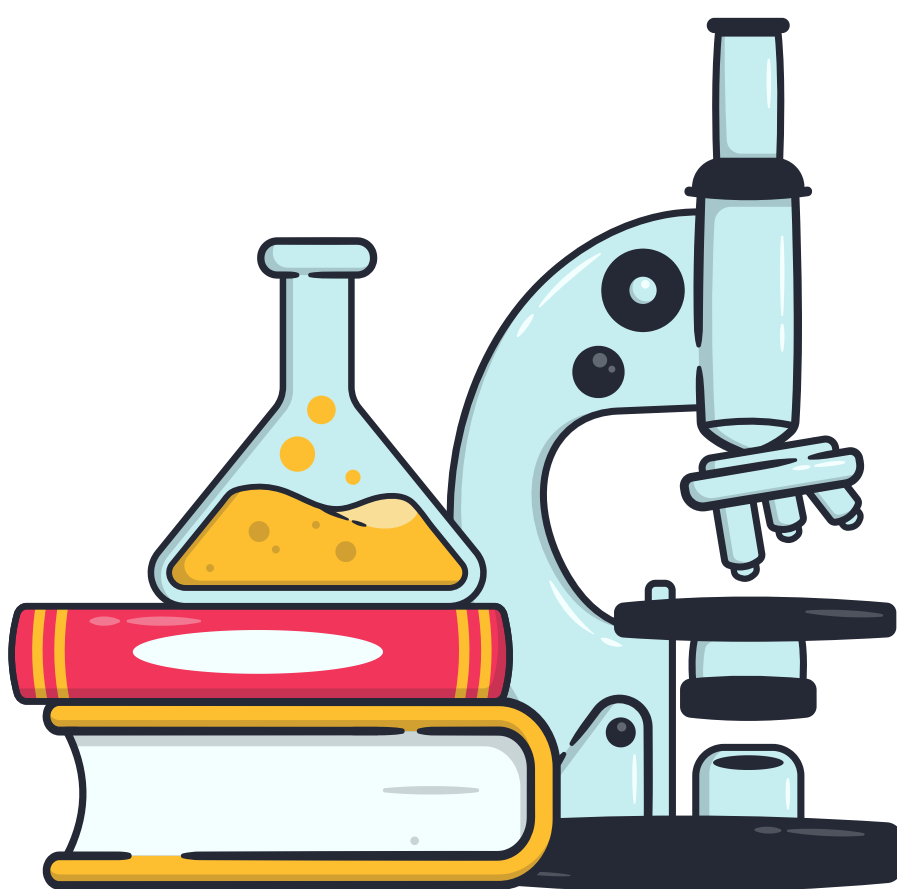
Derrière chaque moment d'écoute réelle,
il y a un message silencieux mais essentiel :

« Ce que tu penses a de la valeur. »

LE LIVRE JEUNESSE

-

1ER LABORATOIRE DE L'ESPRIT CRITIQUE



Le livre jeunesse est un support qui aide le parent et les enfants à penser ensemble. Autour d'une histoire, on se questionne sur les choix des personnages, et les conséquences de leurs décisions. C'est un terrain de jeu pour l'enfant dans lequel il peut faire des expériences de pensée. Par exemple, se questionner sur les illustrations et le sens des mots, ou remettre en question la morale d'une histoire, comme on l'a fait en webinaire.

Le livre jeunesse : un terrain de jeu pour grandir



1 Créer un espace sans jugement

Quand un enfant vit quelque chose de difficile (une dispute, une peur, une injustice) il n'a pas toujours les mots pour en parler. Et parfois, il ne veut pas en parler directement, parce que parler, c'est s'exposer. La lecture peut changer ça.

En suivant l'histoire d'un personnage, l'enfant peut ressentir des choses qui lui appartiennent, sans avoir à dire "c'est moi". Il s'identifie librement, tantôt au héros, tantôt au personnage qui a peur, tantôt à celui qui fait une erreur. Cette distance n'est pas un obstacle à l'émotion. C'est ce qui permet à l'émotion d'apparaître en sécurité.

Pour le parent, c'est une fenêtre précieuse.

Parce qu'on parle du personnage, pas de l'enfant, il n'y a rien à défendre, rien à justifier. Le parent peut observer : à qui mon enfant s'identifie-t-il ce soir ? Qu'est-ce que ça me dit de là où il en est ? Sans avoir besoin de le nommer, sans tomber dans l'analyse ou le jugement.

La lecture devient alors un espace partagé où l'enfant se révèle un peu, et où le parent apprend à regarder sans intervenir.

2 Défaire et refaire l'histoire

Il existe plusieurs façons de faire d'une histoire un tremplin de réflexion.



- **L'interprétation des images** : que racontent les images ? Y a-t-il des stéréotypes ?
- **Le titre et le contenu de l'histoire** : Je choisis une histoire avec une morale ou sans morale ? Je risque d'influencer mon enfant ...
- **Remettre en question la morale** : Est-ce que cette morale est (toujours) vraie ?



Parfait pour développer l'esprit critique



La régularité compte plus que la durée.

- Une question pendant la lecture "*Pourquoi ce personnage fait ça ? Tu en penses quoi ?*"
- Un échange de 5 min après la lecture
- Un goûter lecture
- Une visite à la médiathèque
- Une histoire trop longue ? *Pas grave, on la questionne et on découvre la suite plus tard.*



Petit à petit, en s'amusant sur ce chemin de la pensée, l'enfant apprend à : enrichir son vocabulaire si on réfléchit au sens des mots, penser par lui-même si on se pose des questions et développer son esprit critique si on remet en question les évidences.

Équiper la « boîte à outils de la pensée critique »

Quand on veut que son enfant construise un château de sable, on ne le fait pas à sa place, on lui donne les bons outils. La lecture **ACTIVE** en fait parti. Un enfant qui a l'habitude de se demander "Pourquoi le personnage fait ça ?" ou "Est-ce qu'il a raison de dire ça ?" est un enfant qui développera son discernement sur certaines situations qu'il aura déjà pensé grâce à la lecture.

Ainsi on passe de la **lecture passive** (on lit pour qu'il s'endorme) à la **lecture active** (on lit pour l'outiller dans la vie) et on apprend à l'enfant à développer sa pensée critique.

Mais **ATTENTION** ⚠

S'entraîner à questionner dans un domaine précis ne garantit pas qu'on le fera automatiquement ailleurs. L'esprit critique ne se transfère pas tout seul d'un contexte à un autre. C'est pour ça que le cultiver dans des situations variées du quotidien, et pas dans des exercices isolés, est probablement l'approche la plus solide.



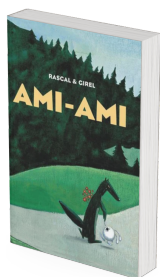
Je veux développer un thème ?

Je lis plusieurs livres avec des points de vue variés sur le sujet.

Je veux ouvrir l'esprit de mon enfant ?

Je trouve des thématiques variées pour enrichir sa vision du monde et son imagination.

Nos coups de coeur sur l'amitié



Ami-Ami
Rascal & Girel



Mon ami Jim
Kitty Crowther



Loulou
Grégoire Solotareff



Chien Bleu
Nadja



L'enfant, la taupe,
le renard et le cheval
Charlie Mackesy

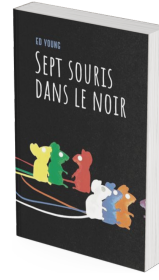
Nos albums jeunesse "coups de coeur"



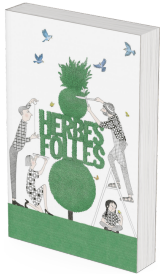
Et le lapin m'a écouté
Cori Doerrfeld



La brouille
Claude Boujon



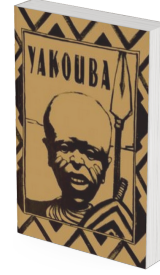
Sept souris dans le noir
Ed Young



Herbes Folles
Marie Dorléans



Petit-Arbre veut grandir
Nancy Guilbert et Coralie Saudo

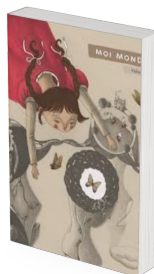


Yacouba
Thierry Dedieu

Nos albums jeunesse philosophiques "coups de coeur"



Juste un caillou
Vanessa Mourey Soriano
et Chloé Leray



Moi Monde
Yisha Liu



L'arbre et le mur
Antoine Geniaut et Amélie Dupeux

SAVOIR POSER LES BONNES QUESTIONS



En tant que parents, notre premier réflexe est souvent d'expliquer, de corriger, de conclure à la place de l'enfant. C'est naturel : transmettre des leçons et des réponses toutes faites est rassurant. Pourtant, un enfant à qui on dit quoi penser n'apprend pas à penser. C'est précisément dans l'espace du doute et de la question que l'esprit critique se construit. Savoir poser les bonnes questions plutôt que d'imposer les bonnes réponses, voilà une compétence essentielle.

Savoir distinguer un fait d'une opinion

Un fait

Observable, vérifiable, constatable par tous de la même manière.

Une opinion

Interprétation personnelle des faits, influencée par nos émotions et croyances.

Exemple concret

Fait : « Marie ne m'a pas dit bonjour ce matin. » ➡ **Opinion** : « Marie ne m'a pas dit bonjour, elle ne m'aime plus. »

J'interprète **MAIS** peut-être que Marie était dans ses pensées, stressée, ou ne m'avait pas vu... On ne peut le savoir qu'en lui demandant. Faire preuve d'esprit critique sert aussi dans ses relations avec les autres, pas que pour les fake news.

Savoir distinguer un fait d'une opinion permet de

Favoriser l'esprit critique

- Doute méthodique et équilibré
- Écoute des autres points de vue
- Remet en question ses certitudes
- Recherche à comprendre avant de conclure

Défavoriser l'esprit de contradiction

- Opposition par principe
- Mauvaise foi pour défendre sa position
- Manque total d'écoute
- Crée du conflit inutile

Les bonnes questions à poser



Sur une situation qui s'est produite

SCÉNARIO Marie n'a pas voulu jouer avec moi, elle m'aime plus

1. Qu'est-ce que tu as ressenti ?
2. Tu SAIS qu'elle t'aime plus ou tu CROIS qu'elle t'aime plus ?

Je le sais : Comment sais-tu que c'est vrai ? Tu lui as demandé ?

Je le crois : Comment peux-tu savoir que c'est vrai ?

3. Est-ce qu'on peut voir les choses différemment ?

SCÉNARIO *Je vais jamais y arriver chui nul*

1. Tu **sais** que tu es nul ou tu **crois** que tu es nul ?
2. **Pourquoi** tu penses ça ?

Ça fait 10 fois que je refais l'exercice et je me trompe encore

3. C'est TOUJOURS VRAI que t'es nul ? Ou parfois tu ne l'es pas ?

Non, chui pas toujours nul mais là j'y arrive pas

4. Alors t'es nul ou tu n'y arrives pas ?
5. De quoi tu as besoin pour y arriver ?

Face aux images et vidéos sur les réseaux sociaux (ados)

SCÉNARIO *Votre ado a vu des images de conflits et a peur d'une guerre généralisée, ou a été confronté à des images générées par IA sans le savoir.*

1. Qui a fait cette vidéo / publié ce contenu ?
2. Tu sais que c'est vrai ou tu crois que c'est vrai ?
3. Comment peut-on vérifier ?



ASTUCES

- **Plus c'est gros, plus c'est suspect !**
- **Remonter à la source**
- **Vérifier si le compte est officiel**

Comment reconnaître une vidéo générée par IA ?

Mains et doigts

- Nombre anormal, doigts fusionnés ou manquants, ongles qui disparaissent.

Arrière-plan instable

- Objets qui apparaissent/disparaissent, textes flous, décor qui bouge.

Voix trop lisse

- Monotone, sans respiration naturelle, décalage avec les lèvres.

Watermark IA

- Certains outils donnent des scores de probabilité de génération IA (Hive Detect / Hive Moderatio, AI or Not, Illuminarty, Gemini / Google "Is this made with AI?")

Éclairage parfait

- Effets cinématographiques sur scènes ordinaires, ombres incohérentes.

Compte récent

- Peu de publications, pas d'historique, anonymat suspect.

Je m'approprie les outils

Ne faites pas plus, faites différemment. Voici 3 post-it à imprimer ou reproduire pour se souvenir des bonnes pratiques. N'hésitez pas à vous les approprier ou les modifier selon vos besoins. Vous pouvez les afficher dans un coin de la maison pour vous aider à y penser.



“Pourquoi tu penses ça ?”

Place au silence

J'écoute l'enfant



Après une lecture ou un film :

- Tu as aimé ?
- Pourquoi ?

- 
- Tu le crois ou tu le sais ?
 - Ça pourrait être différent ?
 - On va vérifier !

Si vous êtes ici aujourd'hui, c'est probablement parce que vous souhaitez une chose simple : aider votre enfant à devenir capable de penser par lui-même.

- ✗ Pas répéter ce qu'il entend
- ✗ Pas suivre ses copains aveuglément
- ✗ Pas croire la première vidéo qu'il regarde sur les réseaux

Mais apprendre...

- ✓ à réfléchir,
- ✓ à se poser des questions
- ✓ et à construire son propre jugement.

Pourtant, ce n'est pas toujours facile. Peut-être que vous vous reconnaissez

« Je ne sais pas par où commencer. »
« Je ne sais pas quelles questions poser. »
« J'ai peur d'influencer mon enfant. »
« Je donne trop vite mon avis ou mes solutions. »

Et c'est parfaitement normal.

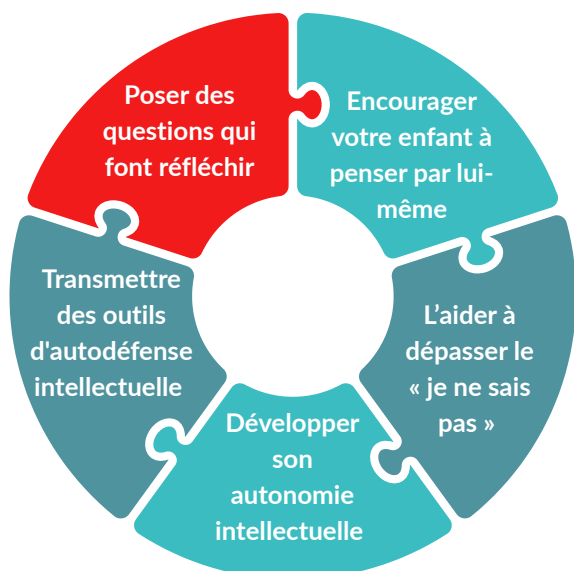
Parce qu'on nous a rarement appris à accompagner la réflexion d'un enfant.

On nous a appris :

- à transmettre des connaissances
- à corriger
- à expliquer
- à donner des réponses

Mais développer l'esprit critique d'un enfant demande autre chose.

Cela demande de savoir écouter.
Questionner.
Relancer.
Faire réfléchir sans imposer.



- Si vous souhaitez devenir ce parent guide,
- Si vous souhaitez que votre enfant soit capable de réfléchir sans vous,

découvrez notre accompagnement.

“COMMENT DÉVELOPPER L'ESPRIT CRITIQUE DE SON ENFANT?”



PROGRAMME

MODULE 1 - Faire parler son enfant sans qu'il se ferme

- Comment créer le dialogue avec son enfant ?
- Techniques d'écoute et de communication

MODULE 2 - Utiliser les histoires pour apprendre à réfléchir

- Faire réfléchir son enfant sans lui apporter toutes les réponses pour qu'il pense par lui-même
- Activités ludiques et culturelles

MODULE 3 - Développer l'esprit critique au quotidien

- Développer son jugement pour que l'enfant devienne autonome et moins influençable
 - Du bon usage des écrans
- Développer des habiletés de pensée par le jeu et le dialogue

Formation en vidéos + FAQ en visio



3 modules de vidéos à regarder à son rythme (environ 6h)
avec exercices, quizz et activités



Lancement : 28 Septembre 2026

+ 4 h FAQ en visio pour répondre à vos questions



11 Octobre 2026 de 20h à 22h



22 Novembre 2026 de 20h à 22h



8 Novembre 2026 de 20h à 22h



29 Novembre 2026 de 20h à 22h

Pour réserver sa place :



<https://ateliers.lespetitsphilo.com/developper-esprit-critique-enfant>

