

Motivation, concentration, et devoirs

Les 9 stratégies pour accompagner votre enfant sereinement



Virginie Blanc
Ensemble! Scolarité Zen

Bonjour,

je suis Virginie, maman de 3 grands enfants, directrice d'école depuis 15 ans et enseignante depuis plus de 30 ans.

J'ai décidé de me lancer dans l'accompagnement des parents afin de vous aider à prendre confiance en vous, à comprendre votre importance dans l'accompagnement scolaire de vos enfants malgré les défis que vous pouvez rencontrer dans la vie.



Introduction : Pourquoi les devoirs sont-ils si compliqués ?

Les devoirs représentent souvent un moment de tension familiale.

Pourtant, bien gérés, ils peuvent devenir une opportunité de renforcer la confiance et l'autonomie de votre enfant.

L'objectif de cet e-book est de vous fournir des clés pour accompagner votre enfant sereinement, quel que soit son âge.



Partie 1 : Les 3-6 ans – Semer les bases

Les défis :

À cet âge, les enfants apprennent à travers le jeu et ont une courte capacité d'attention.

L'idée est de transformer ces premiers moments d'apprentissage en une expérience positive.

Stratégies clés :

1. Créer une routine claire :

Fixez des horaires réguliers pour les activités liées à l'apprentissage.

2. Rendre l'apprentissage ludique :

Préférez des activités pratiques et amusantes comme les lettres aimantées ou les jeux de mémoire.



3. Favoriser un environnement calme :
Limitez les distractions et créez un espace
propice à la concentration.

Exercice pratique :

_Créer un coin calme et motivant

- Aménagez un espace lumineux avec une petite table et une chaise confortable.
- Ajoutez des éléments visuels stimulants, comme des affiches ou des objets

éducatifs.



Accédez à ma formation conçue
pour les 3-6 ans ici.



Partie 2 : Les 6-12 ans – L'apprentissage structuré

Les défis :

Entre l'école et les devoirs à la maison, l'enfant fait face à des attentes accrues. La clé réside dans la structuration et le soutien pour maintenir sa motivation.

Stratégies clés :

1. Introduire des check-lists :

Ces outils simples permettent à l'enfant de suivre ses progrès.

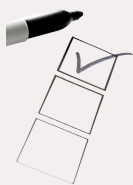
2. Privilégier des pauses régulières :

Des sessions courtes entrecoupées de pauses favorisent la concentration.

3. Utiliser des techniques actives :

Incitez votre enfant à expliquer à voix haute ou à dessiner ce qu'il a appris.





Exercice pratique :

Le tableau des progrès

- Créez un tableau hebdomadaire avec des cases à cocher pour chaque tâche accomplie.
- Célébrez les succès avec des récompenses symboliques, comme une histoire supplémentaire ou un moment privilégié.



Explorez des outils et exercices adaptés
aux 6-12 ans ici.



Partie 3 : Les 12-18 ans – Favoriser l'autonomie

Les défis :

Entre la recherche d'indépendance et la gestion des distractions, l'adolescent a besoin d'être guidé sans se sentir contraint.

Stratégies clés :

1. Encourager la planification : Fournissez des outils comme un agenda ou une application pour organiser les tâches.
2. Réduire les distractions : Mettez en place une période sans écrans pendant les devoirs.
3. Apprendre à prioriser : Accompagnez votre adolescent dans la gestion des tâches urgentes et importantes.



Exercice pratique :

Le planificateur hebdomadaire

- Aidez votre adolescent à créer un emploi du temps à personnaliser chaque semaine.



- Planifiez un moment hebdomadaire pour échanger sur ses progrès et ajuster les priorités.



Retrouvez des formations complètes pour accompagner les 12-18 ans ici.



Test : Quel est votre style d'accompagnement ?

Instructions : Répondez aux questions ci-dessous pour découvrir votre style.

1. Vous êtes confronté(e) à un devoir difficile pour votre enfant. Vous :

- a) Faites à sa place pour aller plus vite.
- b) Expliquez une fois et le laissez se débrouiller.
- c) Proposez un exemple et le guidez.

2. Les devoirs s'éternisent. Vous :

- a) Perdez patience.
- b) Abandonnez pour éviter une dispute.
- c) Proposez une pause pour revenir plus sereinement.

3. Votre enfant oublie de noter ses devoirs. Vous :

- a) Le grondez.
- b) Ignorez en espérant qu'il s'améliore.
- c) Mettez en place un système pour vérifier ensemble.



Résultats :

- 7-9 points : Parent collaboratif – Vous cherchez des solutions adaptées et efficaces.
- 4-6 points : Parent réactif – Vous avez besoin d'améliorer certaines stratégies pour structurer l'accompagnement.
- Moins de 4 points : Parent en difficulté – Ne vous inquiétez pas, des outils simples peuvent transformer vos pratiques.

Accédez à nos ressources pour
approfondir votre style
d'accompagnement ici.



Conclusion : Passez à l'action

Chaque petit changement que vous opérez aujourd'hui peut transformer le quotidien scolaire de votre enfant.

En mettant en place des stratégies adaptées à son âge, vous l'aidez à développer des compétences essentielles pour sa réussite. N'hésitez pas à explorer nos formations pour approfondir ces concepts et faire des devoirs un moment serein et motivant pour toute la famille.

Explorez nos formations complètes pour
aller plus loin ici.

Avec tous mes encouragements



Virginie



Virginie Blanc
Ensemble! Scola rit  Zen