

## Moins de stress, plus d'efficacité : les secrets d'une coach pour les devoirs

Emona Parenti

Le samedi 22 février 2025



Faire ses devoirs relève parfois de la corvée, mais avec de bons conseils d'une coach, vous pouvez les surmonter comme il se soit !

Les devoirs sont souvent le cauchemar des parents et des enfants, comment réussir à trouver un terrain d'entente et à aider ses enfants à bien évoluer à la maison ? Nous avons eu le plaisir de poser la question à [Manon Dauzat, coach scolaire et en orientation chez Acadomia.](#)

### Apprendre à apprendre

Au-delà d'essayer de faire apprendre une leçon à son enfant, il faut essayer de le comprendre. Lors de cette interview, Manon Dauzat nous explique qu'avant tout il faut instaurer un climat de confiance et de bienveillance avec son enfant. Si les parents ont confiance, l'enfant ne doutera jamais de lui et pourra alors développer son potentiel.

Il faut aussi faire comprendre à son enfant que les devoirs, ne sont pas une corvée. Et pour cela, il faut lui expliquer ce que ça lui apportera mais pas que. On peut aussi essayer de leur donner envie d'être plus concentré en cours, en leur disant que plus ils écoutent en classe, moins ils auront de travail à la maison.

Afin de rendre le moment des devoirs, beaucoup moins pénibles, il peut être intéressant de le rendre ludique, grâce à des flashs cards, des cartes mentales par exemple. Mais le mieux resterait de faire développer à son enfant sa propre façon de travailler.



## **Les conseils de la coach scolaire**

Après Parcoursup, Manon Dauzat a aussi donné quelques tips aux parents voulant créer un bon environnement de travail pour les enfants. Mais une chose importante est à noter, c'est que tous les enfants sont différents et donc n'auront pas la même manière d'apprendre, et surtout, n'essayez pas de projeter votre propre façon sur lui, cela ne marchera pas à coup sûr !

Un des éléments importants à intégrer, ce sont les attentes du système scolaire, se mettre à jour sur les programmes afin de mieux les accompagner. C'est là où le rôle de grand frère ou grande sœur peut jouer la différence. Étant seulement un peu plus âgés, le programme sera plus frais dans leurs têtes.

Un moment de pause n'est pas à négliger en rentrant de l'école. Après être resté des heures assis, les mettre directement au travail serait une erreur. Laissez-les souffler et travailler avec eux en fractionner en délimitant et en organisant le travail. L'enfant pourra mieux visualiser ce qu'il a à faire et ce qu'il a fait de cette manière.