



# Prêt pour l'école



**Prêt pour l'école**  
**Ce que les petits enfants peuvent**  
**apprendre de leurs parents**

Service psychologique pour enfants et adolescents  
Direction de l'instruction publique  
du canton de Berne  
Sulgeneckstrasse 70  
3005 Bern

Téléfon +41 31 633 85 11  
[www.erz.be.ch/pret-pour-l-ecole](http://www.erz.be.ch/pret-pour-l-ecole)

## Prêt pour l'école

### Chers parents

---

**Votre enfant a entre deux et six ans et vous vous demandez parfois s'il aura la curiosité et la maturité nécessaires pour affronter la vie, le jardin d'enfants et l'école ?**

Dans notre société, le rôle stimulant de l'école est capital dans le développement de l'enfant. Conformément au principe de la scolarité obligatoire, l'enfant a non seulement le droit, mais aussi l'obligation d'aller à l'école. Mieux il sera préparé aux apprentissages dans le cadre d'un groupe, moins il aura de difficultés à s'y adapter.



**En tant que parent, vous exercez une grande influence sur votre enfant et vous pouvez y recourir dès maintenant pour le préparer à l'entrée à l'école. En tant que spécialistes de la psychologie de l'enfant, nous souhaitons vous faire profiter de notre expérience et vous rappeler quelques lignes conductrices pour son éducation.**

### L'enfant a besoin :

---

***de se sentir en sécurité,***

c'est-à-dire évoluer dans un environnement familial affectivement stable et harmonieux ;

***de découvrir le monde,***

c'est-à-dire faire des expériences stimulantes et se voir confier des tâches qui lui permettent, dès son plus jeune âge, d'être actif et de tester ses capacités ;

***d'être en relation avec les autres,***

c'est-à-dire grandir dans un milieu social où il construit des relations avec d'autres enfants et avec des adultes et où il prend confiance en lui tout en apprenant à respecter les autres.

### Le langage au coeur des relations et des apprentissages

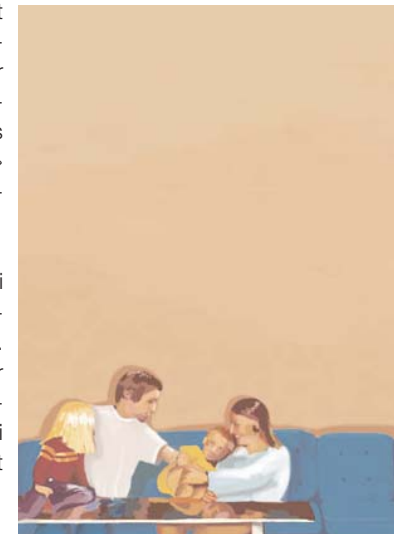
---

Le dialogue donne accès aux autres et à l'apprentissage. Dès son plus jeune âge, le langage est transmis à l'enfant dans l'univers familial. C'est grâce à lui que l'enfant apprend à construire des relations, à parler avec ses pairs et avec les adultes, à résoudre les conflits.

Le langage s'apprend et nécessite d'être exercé. Les enfants apprécient les activités qui mettent en jeu le langage : essayer différents sons, associer des syllabes pour créer des mots amusants, tester la signification des mots ou recourir parfois à des « gros mots » afin d'observer leur effet sur les adultes.

Enfin, le langage est un instrument qui vous permet, à vous parents, d'accompagner et de guider vos enfants. Ainsi ils apprennent à écouter, à obéir et à s'exprimer. La parole permet d'établir des règles de vie commune. Ce qui est dit doit être écouté, compris et respecté.

***Le langage est un outil de communication précieux que vous transmettez à vos enfants.***



## Prêt pour l'école

### Développer et entretenir la communication

#### Parler

Parlez avec votre enfant, même s'il est encore petit et ne sait pas encore s'exprimer avec des mots. Il comprend plus de choses que vous n'imaginez. Même les tout-petits imitent la mélodie du langage et communiquent à leur manière, acqué-

rant ainsi les rudiments du langage. L'enjeu de la parole va au-delà de la simple transmission d'informations.

Veillez à vous exprimer de manière claire et posée avec votre enfant. Évitez les jurons et les vexations.

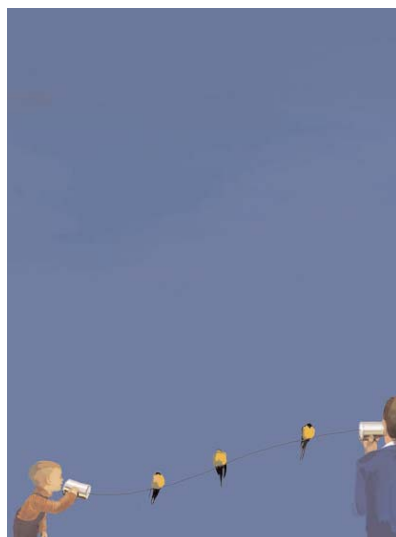
Le dialogue ne s'apprend pas devant la télévision. En excès, la télévision et l'ordinateur peuvent nuire à la communication.

#### Ecouter

Prêtez une oreille attentive à votre enfant lorsqu'il vous parle. Prenez le temps de l'écouter. Lorsque vous lui expliquez quelque chose, assurez-vous qu'il ait bien compris ce que vous lui avez dit.

#### Raconter

Lorsque vous racontez une histoire à votre enfant, regardez un livre d'images avec lui, chantez des chansons ou récitez des comptines, vous lui faites partager le goût du langage. A travers ces échanges, vous établissez des liens affectifs privilégiés.



### Accomplir des tâches, différer ses désirs

#### Donner de bonnes habitudes

La vie familiale a des contraintes. Votre enfant doit apprendre que certaines choses doivent être faites sur le champ et sans discussion, par exemple : se laver les mains avant le repas, s'habiller avant de sortir, interrompre un jeu intéressant ou aller au lit...

#### Coopérer

Dès son plus jeune âge, confiez à votre enfant des tâches qui, dans un premier temps, peuvent être accomplies avec votre aide. Il a besoin d'être assisté et encouragé. Avec le temps, il saura se débrouiller seul et pourra mettre la table, ranger ou rendre d'autres petits services.

#### Attendre

Tout ne peut pas être obtenu tout de suite. L'enfant doit apprendre à attendre : prendre la parole à son tour, manger lorsque c'est le moment, regarder la télévision selon un programme défini. Tous ces apprentissages sont indispensables, même lorsque l'enfant s'exécute à contrecœur.

#### Faire des efforts

Le chemin de l'apprentissage est parfois long et pénible. Il est important dans certaines situations de terminer les choses. Aidez votre enfant lorsqu'il en a besoin. Laissez-le de temps en temps se débrouiller seul, mais encouragez-le à aller au bout de son effort. Apprendre à supporter les épreuves est une étape importante de la vie.



## Prêt pour l'école

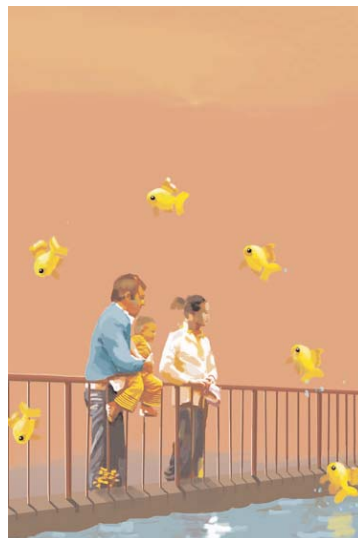
### Non !

#### **Savoir dire non**

Mettez des limites à votre enfant. Ainsi vous le sécurisez, vous lui donnez un cadre et un soutien. Les enfants ont besoin de règles qui régissent la vie en communauté. Leur dire non ne leur portera pas préjudice. Au contraire, c'est une preuve d'amour. Tous les désirs ne peuvent pas être satisfaits. Ne cédez pas toujours dans les magasins, même lorsque votre enfant se roule par terre en criant. Vous l'aidez si vous lui apprenez suffisamment tôt à renoncer et à surmonter ses déceptions.

#### **Quel discours adopter?**

Parler ne suffit pas toujours. Donnez à votre enfant des consignes claires et compréhensibles afin qu'il respecte et applique les règles fixées. Mettez-vous à la hauteur de ses yeux lorsque vous lui donnez une instruction ou lui opposez un refus. Efforcez-vous de vous exprimer calmement. Vous pouvez également soutenir vos paroles par un contact physique afin qu'il comprenne encore mieux que vous êtes sérieux et que vous voulez qu'il obéisse. Les châtiments corporels et les menaces démesurées – comme dire à votre enfant que vous ne l'aimez plus – peuvent peser sur la relation et doivent être évités.



### Avoir confiance, lancer des défis

Pour développer sa compréhension du monde, l'enfant doit faire des expériences. Pour cela, il a besoin de la confiance de ses parents et d'un espace d'expérimentation où les tâtonnements et les erreurs sont acceptés. La surprotection et l'anxiété le déconcertent et le font douter. Lorsqu'il se sent bien et qu'il constate qu'il peut maîtriser la situation, alors l'enfant est porté vers l'exploration et l'action.

#### **Participer, jouer, se mettre en retrait**

- Posez des règles claires pour les activités et le jeu : laissez votre enfant jouer dans un cadre tranquille et sécurisé où vous pouvez empêcher les actes de destruction excessive et les disputes qui dégénèrent.
- L'enfant est de nature créative. Il explore et aime découvrir: n'intervenez pas dans son jeu, sauf s'il dépasse les limites ou s'il vous demande de participer.
- Parfois, les enfants s'ennuient. Laissez votre enfant se sortir seul de cette inactivité momentanée, essayez de ne pas le divertir systématiquement.
- Tout enfant, même s'il a des frères et des sœurs, doit aussi avoir des moments pour jouer ou rester seul et retrouver son calme. Le déroulement de sa journée ne doit pas se fonder uniquement sur des activités organisées et sensationnelles.
- Consacrez-vous à vos enfants par moments en fonction de vos disponibilités. Le reste du temps, intégrez-les à vos activités dans la mesure du possible : ménage, cuisine, courses, etc. L'enfant doit aussi s'adapter à votre programme et pas seulement l'inverse !



## Prêt pour l'école

### Le groupe de jeu

#### **Toi et Moi**

Le développement social de l'enfant passe par le jeu, en particulier avec d'autres enfants. En jouant régulièrement avec des camarades de son âge, il se mesure à eux. Il va à la rencontre de l'autre, il s'identifie et cherche aussi en quoi il est différent. L'enfant est capable de se faire des amis dès son plus jeune âge.



#### **Colère, déception et réconciliation**

Lorsqu'ils jouent ensemble, les enfants sont souvent en désaccord. Les plus petits ne connaissent généralement que leurs propres besoins et sont rapidement en proie au désarroi, à l'impuissance ou à la colère. Généralement, les enfants règlent les conflits entre eux et reprennent rapidement leur jeu. Par votre présence à l'arrière-plan, votre enfant se sent sécurisé et soutenu. Il sait que vous êtes là pour le consoler, l'encourager, l'aider à résoudre les disputes.

#### **Une fois moi, une fois toi**

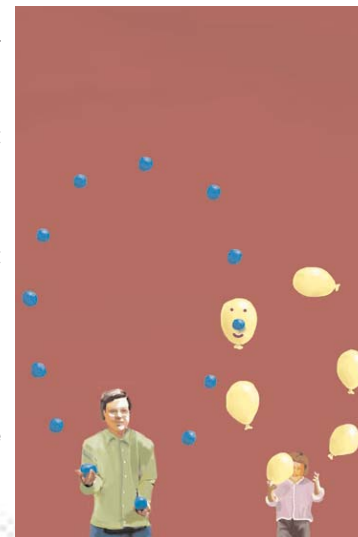
Au contact des autres, les enfants vivent des situations où ils sont alternativement les plus forts ou les plus faibles, dominants ou dominés, victorieux ou vaincus. Ils apprennent aussi à reconnaître lorsqu'ils font des bêtises et à s'excuser.

Votre enfant rencontre des personnes de tout horizon et vit toutes sortes de situations. Encouragez-le à avoir de nombreux partenaires de jeu et à les respecter.

### Les adultes servent d'exemple

En tant que parent, vous servez de modèle. Votre enfant vous observe chaque jour attentivement. Il vous écoute et vous imite. Les premières années de vie sont riches d'enseignement. Ce sont celles où l'enfant ajuste sa conduite sur les personnes qui lui sont chères.

Il découvre avec vous les rituels du réveil et du coucher, le plaisir d'être avec autrui, les disputes et les réconciliations. Il apprend comment on peut être parfois joyeux, parfois triste, comment gérer les sentiments négatifs et positifs, comment être heureux. Il saisit mieux la différence entre la légèreté et la gravité des événements qu'il traverse. L'exemple des adultes aide l'enfant à prendre de l'assurance et à avoir confiance en soi.



**Profitez de cette courte période où vos enfants ont particulièrement besoin de vous pour leur apprendre une multitude de choses.**

Les services psychologiques pour enfants et adolescents du canton de Berne  
[www.erz.be.ch/pret-pour-l-ecole](http://www.erz.be.ch/pret-pour-l-ecole)

