

IDÉES!



Les enfants sont de plus en plus sujets à la pression des résultats. PHOTO DEEPOL BY PLAINPICTURE. GARY WATERS

Parents, lâchez vos enfants avec leurs notes!

Alors que des plateformes scolaires permettent aux parents de suivre en continu les évaluations de leurs enfants, les notes deviennent une source de stress supplémentaire pour les élèves. Pour Hélène Roques, il est urgent de relativiser leur importance. Des initiatives existent.

Cette semaine, nos enfants reprennent le chemin de l'école. Et si, en ce moment de rentrée, où l'on se souhaite mutuellement le meilleur pour l'année à venir, nous imaginions une petite révolution capable de leur offrir un peu plus de sérénité? Car bien que nous leur souhaitions le meilleur, les indicateurs du mal-être adolescent restent préoccupants. Une réalité qui touche toutes les classes sociales, et dont la puissance publique s'est emparée. Qu'est-ce que nous n'avons pas encore compris? La dégradation de la santé mentale des adoles-

cents a de nombreuses causes. Mais un facteur reste peu exploré: leur rapport au temps et à la course aux résultats. Ils sont nés avec un smartphone dans le berceau, ont vécu un confinement à un âge charnière, deux bouleversements facteurs d'isolement, qui ont profondément modifié leur relation à l'autre. Ils évoluent dans un monde d'instantanéité, saturé de mauvaises nouvelles - guerre, climat, dette - qui les écrasent comme si le poids du monde reposait sur leurs épaules,

BRISEUSES DE RÊVES ET DE CONFIANCE EN SOI

A cela s'ajoute la pression scolaire, amplifiée par les algorithmes et des plateformes comme Pronote, qui transforment chaque note en une information instantanée et omniprésente. D'autant que les parents y accèdent. «*Le monde s'effondre, et les adultes regardent nos notes!*» m'a confié un adolescent. Cette phrase résume bien le fossé entre leurs préoccupations et nos attentes. L'école, censée être un lieu d'apprentissage, devient pour beaucoup une source de stress. Une mauvaise note, surgissant d'un téléphone, peut briser un rêve

ou miner la confiance en soi. Par exemple, une adolescente rêvant de devenir biochimiste pour sauver les océans pourrait voir ce rêve s'effondrer à cause d'une mauvaise performance dans un domaine scientifique, si cette dernière surgit de son téléphone dans un moment de doute, à toute heure du jour ou même de la nuit. Ces petites notes, enflées par l'instantanéité et la comparaison, deviennent des géants destructeurs. Au lycée, depuis la réforme du baccalauréat, la pression commence dès la rentrée, avec le contrôle continu et des algorithmes de sélection perçus à tort

Par
HÉLÈNE ROQUES



Fondatrice de Notre avenir à tous

ou à raison comme brutaux et impersonnels. A 15 ans, des adolescents se sentent déjà enfermés dans une logique de performance. Et cette logique dépasse la simple émulation: elle dégrade leurs amitiés, leur capacité de décontraction et, de fait, leur santé mentale. Où est passée la jeunesse synonyme de fêtes, d'émois, de rencontres, de découvertes, et d'expérimentations? Elle court après la note.

ECHANGES RÉGULIERS AVEC LES ENSEIGNANTS

Que faire si l'on veut améliorer le bien-être des adolescents? La solution ne réside pas dans une révolution totale du système, mais dans un changement de mentalité et de définition de la réussite. Un premier pas, hautement symbolique, consiste à reconsidérer notre relation aux notes. Ces outils ont été conçus pour évaluer et guider. Ils sont devenus des agents de stress. Nous devons retrouver leur sens premier. Et si, pour cette rentrée, nous commençons par offrir à nos enfants un peu de répit, des espaces de plaisir et de déconnexion où la note ne serait plus omniprésente? A l'école, la note doit permettre de valider des acquis, sans devenir l'alpha et l'oméga de l'évaluation. A la maison, elle ne doit pas être perçue comme une fin en soi, mais comme un moyen d'accompagner l'apprentissage dans un climat plus serein. C'est pourquoi, en tant qu'adultes, plutôt que de trop scruter les onglets «notes» des logiciels de vie scolaire, nous pourrions attendre des bilans trimestriels ou privilégier des échanges réguliers avec les enseignants. Pourquoi ne pas demander à être déconnectés de ces notifications pour rétablir une frontière entre école et maison? Soyons clairs: clarifier le rôle des notes ne signifie pas nier leur importance, mais leur redonner leur juste place. Elles devraient guider, sans écraser. Il est grand temps de remettre la note dans les mains des professionnels de l'éducation, loin des pressions extérieures, à l'abri des inquiétudes familiales, et de former enseignants et parents à la manière de l'utiliser avec bienveillance.

Des pratiques innovantes existent déjà, initiées par des professeurs, comme l'utilisation de QR codes qui permettent aux élèves d'écouter leurs commentaires détaillés, et les explications sur leurs évaluations de manière constructive. Ce type d'approche, centrée sur la relation entre élève et enseignant, cultive la confiance en soi, indispensable à la réussite, et replace l'éducation au cœur de l'humain. Un début d'année est une occasion de se réinventer et de développer des trésors de créativité. La course aux chiffres, que nous infligeons à nos enfants, ne reflète pas seulement une obsession pour leurs performances scolaires: elle traduit aussi le regard que nous portons sur eux. Et si nous changeons ce regard? Offrons-leur enfin le temps et l'espace de vivre leur jeunesse, de se construire vraiment, à l'abri de cette course effrénée. ◀

Hélène Roques est l'auteurice de *Sauvons nos enfants* (Robert Laffont).