

## l'enseignement en question(s)

# Les devoirs, une cause du burn-out des enfants ?

**De plus en plus d'élèves sont épuisés nerveusement. Psychologues, professeurs et directeurs l'affirment.**

**C**e livre, j'aurais préféré ne pas avoir à l'écrire. » Mais l'ampleur croissante du phénomène a poussé Béatrice Millère, docteur en psychologie et spécialiste des thérapies comportementales et cognitives, à le faire. Son ouvrage, intitulé *Le burn-out des enfants, comment éviter qu'ils ne craquent*, paraît ce mercredi (aux éditions Payot) et regorge d'illustrations d'enfants dans le cas, qui constituent une partie de sa patientèle. « *Il y a jusqu'à un an et demi encore, j'avais un gamin par an en situation de burn-out*, indique Béatrice Millère. *Aujourd'hui, j'en reçois cinq par semaine.* »

Ils ont entre 10 et 15 ans, mais le plus jeune de ses patients n'a même pas 9 ans. Leur point commun ? « *L'épuisement nerveux, selon la psychologue. Surtout vers 14-15 ans.* » Elle n'hésite pas à employer le terme *burn-out*, « *car il reflète la réalité actuelle* ». Certains spécialistes refusent d'employer ce mot pour des enfants – ils font valoir que les réalités, notamment professionnelles, auxquelles l'adulte est confronté sont bien différentes. Mais Béatrice Millère, elle, ne

mâche pas ses mots : « *Aujourd'hui, on demande à ces jeunes de faire leur métier d'enfants. C'est une pression similaire.* »

#### La peur de l'échec

Une pression qui prend sa source sur les bancs de l'école, où les enseignants l'entretiennent avec des évaluations constantes, l'exigence de résultats excellents et, surtout, une lourde charge de travail. Notamment en cause, ici : les devoirs qui, après la journée de cours, suivent l'élève jusqu'à la maison. Parfois jusqu'à pas d'heure, parce que le professeur a peut-être mis la dose. Ou parce que d'autres personnes mettent aussi une pression sur les enfants. Pour Béatrice Mil-

lère, les parents ont tendance « *à pousser leurs enfants à être meilleurs, de peur de les voir échouer* ».

Cette pression parentale est déterminante, selon Sandrine Deplus, docteur en psychologie et psychologue (UCL) : « *Leur attitude par rapport aux performances de l'enfant va déterminer la confiance en soi et le bien-être de ce dernier.* » Aujourd-

d'hui, l'anxiété des élèves augmente « *dans une société qui les pousse à être constamment dans le "faire", et non dans l'être* », avance la psychothérapeute.

Pas de répit. Pourtant, à l'époque où Jean-Marc Nollet était ministre de l'Éducation, l'idée de supprimer les devoirs fut lancée. Finalement, au lieu d'être rayés, ils furent régulés par un décret de mars 2001. En ma-

ternelle, 1<sup>re</sup> et 2<sup>e</sup> primaires, aucun devoir ne peut être donné. En 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> primaires, ils ne doivent pas excéder 20 minutes (environ) ; 30 minutes en 5<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup>. Force est de constater que le décret n'est pas vraiment respecté. « *En France non plus, dit Béatrice Millère. Pourtant, les devoirs sont interdits depuis un arrêté de 1956.* »

A l'heure où l'enseignement belge s'apprête à subir une réforme de taille (via le Pacte d'excellence...), la question reviendra-t-elle sur la table ? On parle en tout cas d'allonger la journée scolaire jusqu'à 17 heures pour intégrer les devoirs en classe... Une solution, peut-être, à l'épuisement nerveux de nos gamins. ■

VALENTINE ANTOINE



BÉATRICE MILLÈRE  
Le burn-out des enfants  
Payot  
176 pages, 16 €

## le directeur

### « Pas dans la douleur »

#### ENTRETIEN

**S**a première « baffé », il la reçoit en 1983, alors qu'il entame tout juste son cursus en pédagogie. Elle s'appelle Freinet. Pour ce futur instituteur, c'est la révélation : « Les devoirs, ça sert surtout à rassurer les parents, or ce n'est pas ça l'école. » Michel Colaris, longtemps enseignant à l'Inda (Arlon) et à la haute école pédagogique Henallux, est aujourd'hui directeur de l'institut du Rosaire à Bertrix.

#### Les devoirs peuvent-ils engendrer un burn-out ?

*J'en suis convaincu, © D.R. sauf s'ils sont donnés à bon escient, s'ils sont le prolongement ou la base d'un travail collaboratif en classe. Je préfère plutôt parler de défi, de travail pra-*

*tique. C'est valable en science, en français, en histoire... Un défi donne souvent l'occasion de mettre en relation toutes ces matières. Je préfère que l'élève sache utiliser des ressources plutôt que d'apprendre par cœur quelque chose qu'il n'a pas compris.*

#### Avec l'aide des parents ?

*S'ils le peuvent, bien sûr ! C'est mieux que « va faire tes devoirs dans ta chambre », non ? Et s'ils ne le peuvent pas, ce n'est pas grave, chacun revient en classe avec ce qu'il a trouvé. C'est la méthode des ingrédients, on met les choses ensemble, on laisse mijoter, on y revient le lendemain...*

*Un défi à la maison, en lieu et place d'un devoir magistral, n'a de sens que s'il est en lien avec un travail coopératif.*

**Un devoir ne permet-il pas de « fixer » les choses vues en classe ?**  
*On ne « voit » pas en classe, on « apprend ». Et on apprend en bidouillant des choses, en déduisant les règles de grammaire d'un cas pratique, en replaçant une poésie dans son contexte... L'apprentissage se conçoit à travers un processus affectif, pas dans la douleur. Or, les devoirs magistraux se vivent trop souvent dans la douleur pour des élèves sollicités de toutes parts. Les enfants ont plus besoin d'écoles bienveillantes que de devoirs ! ■*

Propos recueillis par  
ÉRIC BURGRAFF

#### HUMEUR

PIERRE BOUILLON

### SELON LES JOURS, DEUX HEURES DE DEVOIRS, TROIS OU DAVANTAGE...

Ce n'est pas le cas de tous. Mais des professeurs ont la main lourde,

question devoirs à domicile. Et il ne faut pas attendre l'école secondaire.

On connaît un enfant de 5<sup>e</sup> primaire. Au retour de l'école, selon les cas, et selon les jours, il en a pour deux heures de travail.

Parfois trois. Et parfois davantage. Les mauvais jours, tout traîne, tout lambine, tout est fastidieux. Et les yeux mouillés de désespoir et de fatigue, le gamin sèche encore sur ses cahiers à 9 heures du soir.

« J'admets que je donne beaucoup de devoirs », a tranquillement admis l'instituteur.

A la bonne heure...

Faites le compte, en attendant.

Le même se lève à 7 heures.

Il est à l'école à 8 h 30.

Et certains jours, donc, il est encore au travail douze heures plus tard.

Question : à quel adulte oserait-on infliger de telles journées de travail ?

## la spécialiste

### « Pression éducative »

#### ENTRETIEN

**A**riane Baye est docteure en Sciences de l'éducation et chargée de cours à l'Ulg.

#### Le burn-out des enfants, est-ce une réalité ?

*Je ne me prononcerai pas sur l'emploi de la terminologie « burn-out » ici. Mais, en tout cas, la surcharge de travail imposée aux enfants et les devoirs trop conséquents auxquels ils doivent faire face, c'est effectivement une réalité. Il y a une pression éducative, qui repose sur les épaules de beaucoup d'acteurs, mais qui retombe sur les jeunes. Enseignants, parents, tous veulent assurer la meilleure place possible pour leurs enfants sur le marché du travail. Et*

*comme on sait que l'école y mène...*

#### On impose aux élèves une charge de travail trop lourde ?

*Certainement. Pourtant, le décret de 2001 du ministre Nollet posait de bonnes balises quant à la durée des devoirs et la nature de ceux-ci. Le texte avait été rédigé*

*sur des bases scientifiques, qui prouvaient l'utilité de suivre ces balises. Mais un certain nombre d'établissements ne respectent pas ce décret. Et ce sont les enfants qui en font les frais, c'est une sorte de cercle vicieux.*

#### Que voulez-vous dire par là ?

*Qu'une surcharge de*

*travail mène, par exemple, à plusieurs conséquences liées entre elles. A des inégalités entre les élèves, à un manque de motivation qui peut mener à l'épuisement, puis au décrochage scolaire, et inversement. Les élèves ne comprennent plus le sens de l'école, pensant qu'elle n'est là que pour évaluer et juger en permanence. D'ailleurs, vous me précisez que, selon l'auteur du livre *Le burn-out des enfants*, ce sont les élèves de 14-15 ans qui sont les plus touchés. Tout comme pour le décrochage scolaire, en France et en Belgique. Tout est lié. De plus, chez nous, il n'y a aucune balise prévue pour les devoirs en secondaire. ■*

Propos recueillis par  
VALENTINE ANTOINE