

Jeudi 11 avril 2013

# Être coaché pour réussir à l'école

Coach scolaire à Arlon, Agnieszka Rouyer évoque un concept distinct de la remédiation alors que les examens de juin seront bientôt en ligne de mire.

● Interview : Philippe COLLING

**Agnieszka Rouyer, vous êtes coach scolaire professionnel à Arlon. C'est nouveau, ça vient de sortir ?**

Le concept du coaching, qui est associé de longue date au monde sportif et s'est depuis développé en entreprise, est en effet plus récent dans le domaine scolaire.

Précisons qu'il ne s'agit pas ici de remédiation ou de soutien scolaire. Je ne révise pas leurs cours avec les élèves que je reçois, je ne suis pas non plus professeur particulier. Mon rôle est, à travers quelques séances, assez ramassées dans le temps, d'aider le jeune à se situer, de lui apprendre à mieux se connaître et, sur base de cette évaluation, de choisir une méthode de travail qui lui soit adaptée, mais aussi de mieux le préparer aux épreuves qui l'attendent et qu'il redoute.

**Votre démarche, c'est un peu « connais-toi toi-même » ?**

Si l'on veut. La plupart des jeunes que je rencontre ont perdu confiance en eux. Leur leitmotiv, c'est : « Je n'y arrive pas et je n'y arriverai jamais. » Du coup, ils se retrouvent en décrochage scolaire parce qu'ils ont perdu tous leurs moyens. Ensemble, nous allons identifier les ressources qu'ils portent en eux, leurs points forts, ceux qui leur permettront de s'en sortir.

Tout le monde a des compétences. Le tout est de les connaître. À la bouteille à moitié vide, il faut toujours préférer la bouteille à moitié pleine.

**Comment réagit le monde enseignant à l'idée de coaching scolaire ?**

Il faut bien reconnaître que notre travail n'est pas encore très bien perçu, tant chez les enseignants



**Agnieszka Rouyer, coach scolaire :**  
« Beaucoup de jeunes qui viennent me voir ont perdu confiance en eux. Découvrir qu'ils sont normaux les rassure ! »

que chez les psychologues d'ailleurs. Ça se comprend, parce que c'est nouveau et donc peu connu. Parce que le coaching scolaire peut être vécu comme une concurrence alors que son apport est complémentaire et ne se substitue en aucun cas à celui de l'école ou du PMS.

**Définir un profil d'apprentissage**

**Ces jeunes ont une mauvaise image d'eux et se dénigrent ?**

Tout un chacun, et sans doute plus encore un jeune devient l'image que les autres lui renvoient de lui-même. Ses parents, ses copains, ses profs.

Je dois donc d'abord les rassurer, leur faire comprendre qu'ils ne sont pas là pour être jugés – ce qui est le principe de l'examen – mais bien pour s'y préparer. Apprendre à gérer le stress et les peurs qu'il engendre.

**Concrètement, comment s'organise un coaching ?**

Il s'adresse à des jeunes de 12 à 24 ans, du secondaire aux études supérieures. Il faut généralement compter quatre à cinq séances d'une heure à une heure et demie et

Après l'avoir aidé à évaluer ses ressources, j'aide le jeune à se fixer des objectifs, dont le premier est celui de réussir son année. Attention cependant : le tout n'est pas de vouloir, encore faut-il s'en donner les moyens. Voilà aussi pourquoi il est essentiel que la démarche vienne du jeune lui-même, et ne soit pas celle de papa ou de maman.

D'autre part, pour comprendre l'échec, il faut remonter avant le décrochage scolaire, identifier ce qui l'a provoqué. Les causes sont

variables : une démotivation survenue à la suite d'échecs successifs, l'environnement scolaire et familial et certaines pressions. Avec un effet boule de neige : confronté à tant d'attentes, l'élève se trouve dépassé. Et perd pied. Malgré le travail qu'il fournit, son investissement ne se reflète pas dans les points qu'il obtient. C'est la rupture.

**C'est donc aussi une question de méthode de travail ?**

Et de profil d'apprentissage, qu'il va falloir définir. Je base cette partie du travail sur la théorie des intelligences multiples de Gardner, selon laquelle le jeune peut appliquer les compétences qu'il a acquises dans un domaine à d'autres. À chaque profil correspond une méthode de travail. Beaucoup de parents croient bien faire en imposant leur propre méthode de travail à l'enfant, mais ce n'est pas

forcément celle qui va lui convenir. Ainsi, si certains élèves ont besoin de s'y prendre tôt et d'étudier dans le calme, d'autres donneront le meilleur dans le bruit et dans l'urgence.

Or, à l'école comme à la maison, le mot d'ordre est plutôt qu'« on ne s'y prend pas à la dernière minute » !

**C'est un conseil qu'on entend régulièrement et qui est quand même souvent payant, non ?**

Oui, il peut l'être, mais pas toujours parce qu'il est vécu comme un reproche par les jeunes qui sont stimulés et trouvent toute leur concentration dans l'urgence, quitte à ne pas correspondre au modèle général.

Chez un jeune, il faut savoir lire entre les lignes, pouvoir l'entendre et l'écouter. Et, quoi qu'il en soit, préférer la carotte au bâton. ■

## Apprendre à apprivoiser le stress

**L**undi, élèves et étudiants entreront dans la dernière ligne droite de leur année scolaire, celle qui mène à juin et aux examens de fin d'année qui, chez certains jeunes, génèrent de terribles angoisses. « À tel point que le stress fait perdre leurs moyens à des élèves qui, sans cela, sauraient répondre aux questions sans problème », explique Agnieszka Rouyer, coach scolaire à Arlon.

Au cours d'un coaching, dont le contenu est dressé à la carte, en fonction des attentes de l'étudiant, la préparation à l'examen proprement dit est souvent l'un des axes de tra-

vail retenu. « J'ai alors recours à des techniques de relaxation ou à la sophrologie, explique M<sup>me</sup> Rouyer. L'idée est aussi de se projeter au cœur de l'examen. En le suggérant par des questions qui pourraient être posées et auxquelles le jeune répond et même en le visualisant, on dramatise l'examen et on apprivoise le stress qu'il génère. »

« Un jeune m'a un jour dit : "C'est comme si j'avais vraiment passé mon examen !" » Un beau compliment pour la coach, mais gare tout de même : si la préparation porte ses fruits, elle n'exonère pas l'étudiant de l'étude. ■ P. C.

## VITE DIT

**Génération Y** Certains facteurs contribuent-ils, directement ou indirectement, au décrochage scolaire ? Outre un système scolaire « qui ne me semble plus vraiment adapté aux nouvelles générations », selon Agnieszka Rouyer, « la génération Y est passée par là ». Une génération qui zappe et qui surfe mais reste parfois trop en surface.

« D'autre part, les jeunes ne sont pas toujours entendus et compris par leurs aînés, regrette la coach scolaire. Beaucoup de parents n'ont plus assez de temps à consacrer à leurs enfants. Or, écouter les jeunes et croire en eux est indispensable à leur épanouissement. »

**Effort** Les jeunes d'aujourd'hui ont-ils perdu le goût de l'effort ? Agnieszka Rouyer ne le croit pas. « Et puis, je n'aime pas cette expression de "goût de l'effort" ! Je préfère qu'on parle d'investissement. Et les gens s'investissent dans ce qu'ils aiment, sans qu'il soit question d'effort. Idem chez les jeunes à l'école, à condition d'être motivé. Mais pour être motivé, il faut aimer, et pour aimer, il faut comprendre. »

**Loisirs** Pour la coach scolaire, priver un jeune de loisirs parce qu'il rechigne à étudier ou qu'il est en échec est contre-productif. « Au contraire ! Dire que les jeunes ne pensent qu'aux loisirs est exagéré et des loisirs, il en faut. Quand un jeune est démotivé parce qu'il est dépassé, ce n'est pas en le punissant ou en le privant de loisirs que l'on va résoudre quoi que ce soit. »

**Conférence** Le mercredi 15 mai à 20 h, la Fédération francophone des coaches scolaires et des jeunes organise une conférence sur le coaching scolaire, à Arlon. La soirée sera animée par Gaëtan Gabriel ([www.coachaltitude.be](http://www.coachaltitude.be)) et Agnieszka Rouyer, coaches.

➤ Au centre de services Luxvert, 113, rue de l'Hydrion, à Arlon (entrée : 4 €)  
Agnieszka Rouyer : [www.potentiel-infini.be](http://www.potentiel-infini.be) ou 0493 52 69 71

DES JEUNES DE

12

à 24 ans ont recours  
au coaching scolaire