

## Mon fils va entrer au collège. Devrais-je l'aider?

### QUESTION PSY



«C'est une étape, en effet, confirme **Pascale Roux, psychologue et coach pour adolescents**. Il

est important que les parents le comprennent et accompagnent leur enfant dans cette transition. Les jeunes sont souvent surpris de ce qu'on attend d'eux, du niveau d'exigence. Au collège, ça va très vite: il faut se mettre au travail tout de suite pour ne pas se réveiller en octobre avec déjà des points négatifs. Amenez votre fils à réfléchir aux moyens qu'il va mettre en place pour que ça marche et soyez présente dès les premières semaines. Il est aussi important de savoir pourquoi

il va au collège: a-t-il un projet précis ou ne sait-il pas quoi faire d'autre? Dans ce dernier cas, il faut être plus vigilant, car sa motivation risque de ne pas être suffisante pour se mettre au boulot. Aidez-le à réaliser qu'il faut une certaine discipline pour réussir, notamment que, s'il n'éteint pas son portable, il va travailler moins bien et dépenser plus d'énergie que s'il compartimentait ses activités. Incitez-le à poser des questions en classe s'il ne comprend pas quelque chose. Enfin, s'il a des difficultés, réagissez immédiatement, car les petites incompréhensions peuvent devenir une montagne en s'accumulant. Pensez à un soutien scolaire, c'est très utile.» ■■■ MI. M.

► **Contact:** [www.pascale-roux.com](http://www.pascale-roux.com)