

# Halte au stress scolaire



(1) «J'en ai marre parce que, même si je bosse, il y aura toujours une bonne dizaine d'élèves pour me dépasser, des profs pour me critiquer, des parents pour me mettre la pression si mes résultats ne sont pas à la hauteur, alors que je me suis donnée à fond. Là je viens d'ailleurs de rater un cours de physique et je déprime! Je suis perdue, je pense souvent à laisser tomber...» Certes, tous les adolescents ne sont pas stressés comme cette élève. Il y en a même qui ont besoin qu'on les «pousse» un peu. Mais il y a aussi ceux à qui on demande un peu trop, ceux qui décrochent ou souffrent en silence d'une pression trop forte. Pour bon nombre d'élèves, il y a en effet trop de stress à l'école. Ce sont surtout les parents qui sont de plus en plus stressés et qui font peser leur inquiétude sur leurs enfants.

(2) Première manifestation: les inscriptions au collège et au lycée. Les parents veulent mettre leurs enfants dans les «meilleures» classes, les «meilleures» filières, les «meilleures» écoles. C'est normal

pour les parents de vouloir le meilleur pour leurs enfants, mais ils ne se rendent pas toujours compte que leur choix n'est pas toujours adapté à leurs enfants. Par conséquent, les enfants ont très peur de ne pas être à la hauteur, ils obéissent en silence ou au contraire réagissent en décrochant.

(3) C'est surtout au moment des décisions d'orientation que cette inquiétude parentale s'exprime. Indice emblématique: le boom des cours particuliers. «Il existe aujourd'hui une telle pression sociale sur les parents que, quand leurs enfants ne sont pas capables de préparer avec succès un bac généraliste, ils leur donnent beaucoup de petits cours pour qu'ils y arrivent», constate une déléguée de parents d'élèves. Selon elle, pour rendre l'orientation moins angoissante, il faudrait revaloriser les autres filières et surtout «multiplier les passerelles qui permettent aux élèves de réellement changer de voie au lieu de les embarquer dans un tunnel dont ils n'arriveront pas à sortir.»

**(4)** Autre source de stress: le système d'évaluation, qui n'est pas fait pour valoriser ce qui va bien, mais pour sanctionner ce qui va mal. Il faudrait militer pour un système d'évaluation plus positif. Ces notes sont souvent source de tensions très fortes. Brigitte Prot, psychopédagogue, parle même de «harcèlement scolaire»: «l'angoisse des parents par rapport aux notes conduit à de vraies dérives. Certains attendent toujours plus de leurs enfants, sans jamais apprécier leurs efforts. Une élève me disait un jour: 'Quand j'arrive avec un 18, ma mère me demande: ils sont où tes deux points?'».

**(5)** Michèle Huygens, infirmière scolaire, attire l'attention sur la «violence» que peuvent produire ces notes sur les plus fragiles, notamment à l'adolescence, «où ils sont très sensibles, très vulnérables (...) et ont donc besoin d'un regard positif et encourageant. Les notes sont très agressives quand elles sont mau-

vaises, surtout quand l'enfant s'est bien investi et que ses résultats ne sont pas à la hauteur: ça les bloque, ça les casse.»

**(6)** Enfants et adolescents parlent rarement de ce stress, qui s'exprime de diverses manières: maux de ventre ou de tête, troubles du sommeil, agressivité ou déprime. Certains rendent une copie blanche, ou échouent à l'examen. Beaucoup vont se démotiver et décrocher.

**(7)** Certes, autour de cette question du stress il y en a beaucoup d'autres, notamment celles de la confiance en soi et de l'idée qu'on se fait de la réussite. Et il n'est pas toujours facile pour les parents de trouver l'attitude juste. Il s'agit néanmoins de faire prendre conscience aux parents et aux enseignants que cette pression que nous imposons est démotivante, et d'arrêter la suroffre. Certes, la situation économique n'est pas très calme, mais éduquer nos enfants, ce n'est pas leur transmettre nos angoisses!

*Les Dossiers de l'actualité,  
mai 2009*

## Tekst 7 Halte au stress scolaire

---

- 1p 27 Laquelle des constatations suivantes correspond à ce qui est dit au premier alinéa?
- A Ce sont surtout les élèves de parents stressés par leur travail qui n'osent pas parler de la tension à l'école.
  - B L'attitude très exigeante des parents comme cause principale du stress scolaire s'est révélée fausse.
  - C Les élèves paresseux éprouvent moins de stress que leurs camarades de classe ambitieux.
  - D Pour bien des élèves, l'école leur demande tant d'efforts qu'ils souffrent de stress.

«leur choix» (regel 32-33)

- 1p 28 Hoe reageren kinderen op de keuze van hun ouders volgens de tweede alinea?  
Noem twee reacties.

- 2p 29 Geef van elke van de volgende beweringen aan of deze wel of niet overeenkomt met de derde alinea.
- 1 Les parents ont recours aux leçons privées pour que leurs enfants réussissent leur bac.
  - 2 Selon une déléguée de parents, il faudrait créer de nouvelles filières qui sont plus à la hauteur de l'élève moyen.
  - 3 La déléguée de parents pense qu'il faut offrir d'autres possibilités aux élèves qui n'ont pas choisi la bonne filière.
- Noteer het nummer van elke bewering, gevolgd door 'wel' of 'niet'.

- 1p 30 Pourquoi Brigitte Prot parle-t-elle de «harcèlement scolaire» (lignes 67-68)?  
Parce que
- A la plupart des enfants ne sont guère complimentés pour leurs résultats scolaires par leurs professeurs.
  - B l'appréciation des parents quant à l'effort scolaire de leurs enfants est parfois très négative.
  - C les mauvaises notes causent des tensions très fortes entre les parents et les professeurs.
  - D les parents ont souvent tendance à sanctionner les erreurs trop sévèrement.
- 1p 31 Laquelle/Lesquelles des affirmations suivantes correspond(ent) au 5ème alinéa?
- 1 Les mauvaises notes peuvent briser un adolescent dans une période instable de sa vie.
  - 2 Les profs évitent de donner de mauvaises notes aux adolescents qui ont fait de leur mieux.
- A la première
  - B la deuxième
  - C les deux
  - D aucune
- 1p 32 Quel est l'essentiel du dernier alinéa?
- A Il faut apprendre à l'adolescent à avoir plus de confiance en soi afin de mieux réussir à l'école.
  - B Il faut avoir de la compréhension pour l'attitude des parents vis-à-vis de leurs enfants.
  - C La mauvaise situation économique entraîne une augmentation du stress scolaire.
  - D Les parents et professeurs doivent cesser de pousser les enfants à avoir toujours de meilleures notes.

---

**Bronvermelding**

*Een opsomming van de in dit examen gebruikte bronnen, zoals teksten en afbeeldingen, is te vinden in het bij dit examen behorende correctievoorschrift, dat na afloop van het examen wordt gepubliceerd.*