

## Entretien avec Claire Leconte:

### « Il faut considérer tous les temps de vie des enfants à égale importance »

de [Nadia Malmi](#) 15 septembre, 2014

La réforme des rythmes scolaires qu'on achève de mettre en place lors de cette rentrée 2014 dans toutes les écoles maternelles et primaires tend à suivre au plus près le rythme biologique de l'enfant pour faciliter les apprentissages. L'objectif est de « répartir les heures de classe sur la semaine, alléger la journée de classe et programmer les enseignements à des moments où la faculté de concentration des élèves est la plus grande [1] ». La réforme se traduit par une semaine de classe répartie sur quatre après-midi écourtées de  $\frac{3}{4}$  d'heure et une cinquième matinée de travail, le mercredi ou le samedi, selon le choix des communes. Nous avons interviewé Claire Leconte, professeure émérite de Lille 3, psychologue de l'éducation et chercheuse en chronobiologie, qui nous livre sa vision de la question des "temps de l'enfant" dans une approche systémique, au-delà de la question d'emploi du temps hebdomadaire.

#### Qu'ont démontré vos recherches sur les besoins spécifiques des enfants en terme de rythme ?

A travers toutes les recherches que j'ai menées, j'ai pu démontrer la nécessité de ne pas aborder le problème des temps de vie uniquement à travers une question d'emploi du temps. Il faut considérer l'enfant dans son contexte, dans son vécu global. C'est pourquoi j'ai préféré évoquer l'aménagement des temps de l'enfant, et non des rythmes scolaires.

C'est une approche trop réductrice quand on considère qu'il faut tenir compte des besoins des personnes par rapport à leurs rythmes biologiques, mais aussi de leurs besoins psychologiques et de leurs besoins sociaux. Cela impose de leur apprendre d'abord à se connaître eux-mêmes, à savoir repérer leurs différents états de veille, mais aussi de fatigue, avant de voir avec eux comment gérer au mieux leur emploi du temps afin qu'ils profitent le plus efficacement possible des différentes plages horaires. Quand se reposer, quand s'activer, quelles activités avoir en fonction du moment concerné ? Comment les temps contraints peuvent-ils tenir compte le mieux possible de leurs besoins physiologiques ?

D'autres facteurs extérieurs doivent également être pris en considération comme entre autres, l'âge et le niveau de développement, les différences interindividuelles comme la matinalité-vespéralité, l'environnement de travail, l'intérêt pour la tâche, les effets de la fatigue, de l'anxiété etc. Ils peuvent avoir un effet de masque sur les rythmes ou une influence sur les profils chronopsychologiques.

On ne peut continuer à ignorer qu'au-delà d'un emploi du temps horaire, les contenus des temps, les pratiques et les méthodes pédagogiques mises en œuvre ont un effet majeur sur la fatigue et sur l'efficacité à résoudre les tâches proposées.

C'est pour quoi "réformer les rythmes scolaires" ne peut s'appuyer sur une seule recommandation à savoir « alléger la journée scolaire des enfants », tant on sait qu'on peut fatiguer davantage un enfant en 5 heures mal gérées, qu'en 6 heures parfaitement bien organisées.

#### Y a-t-il d'autres paramètres à prendre en considération au-delà de l'aspect physiologique ? Vous parlez des méthodes pédagogiques...

J'aime souvent reprendre les paroles de Célestin Freinet<sup>[2]</sup> qui, dès 1964, s'insurgeait contre le vrai-faux débat sur la fatigue à l'école. « *Il est admis officiellement que le jeune enfant ne peut pas travailler plus de quarante minutes, et qu'il faut ensuite, dans toutes les classes, dix minutes de récréation. Or nous constatons expérimentalement que cette règle scolaire est fautive : lorsqu'il est occupé à un travail vivant qui répond à ses besoins, l'enfant ne se fatigue absolument pas et il peut s'y appliquer pendant deux ou trois heures.* »

Freinet va même plus loin lorsqu'il affirme crûment que « *la fatigue des enfants est le test qui permet de déceler la qualité d'une pédagogie.* »

L'école doit savoir décrypter les comportements des enfants, apprendre à évaluer le coût cognitif de chacune des activités proposées, être capable de motiver suffisamment les élèves pour qu'ils aient envie d'aller au bout de leur

tâche. C'est à ce prix que les fluctuations attentionnelles seront moindres et que le coût engendré par l'apprentissage ne provoquera pas un surcroît de fatigue.

Il n'est qu'à observer un enfant devant un jeu vidéo : il est tout à fait capable, qui plus est, malheureusement, à n'importe quel moment, de maintenir un haut niveau attentionnel qui lui permettra de « se maintenir en vie », de ne pas se faire dévorer par l'agresseur, de déjouer des pièges, de trouver la bonne stratégie qui lui permettra de passer de niveau en niveau et même de participer à la compétition du meilleur score : la plupart des parents sont eux, incapables de se maintenir à niveau. Cet excellent niveau attentionnel dure plusieurs heures et rares sont les enfants qui cessent spontanément, on doit les faire « décrocher ».

La disponibilité cognitive des élèves dépend bien de leur motivation intrinsèque et il vaut mieux faire confiance aux enseignants en les formant, pour respecter au mieux les besoins des enfants au cours de la journée de classe et créer l'envie chez les enseignants de travailler autrement pour donner ou redonner à chaque enfant le plaisir d'apprendre.

La seule formation en didactique est insuffisante, pédagogiquement, on doit apprendre aux futurs enseignants comment fonctionne un enfant dans ses apprentissages, combien savoir s'auto-évaluer est important pour qu'il perçoive lui-même les erreurs qu'il commet.

### **Quel serait le scénario idéal, s'il en existe un ?**

“L'idéal”, si tant est qu'il existe, consiste à considérer tous les temps de vie des enfants à égale importance, de créer une situation, via un projet éducatif, capable de faire s'associer pour sa construction, tous les partenaires ayant une responsabilité dans l'éducation de l'enfant. Ce n'est pas un « rythme idéal » qui est intéressant, mais une vision particulière de l'aménagement des temps de vie des enfants, en les plaçant au cœur de la réflexion, tout en admettant que leur bien-être est totalement dépendant de la qualité de vie professionnelle de tous ceux qui l'accompagnent au cours de sa journée.

Cela nécessite de susciter chez les enseignants l'envie d'amener l'enfant à apprendre davantage par plaisir que par contrainte.

Cela nécessite de susciter chez les enseignants l'envie d'amener l'enfant à apprendre davantage par plaisir que par contrainte mais il est tout aussi important que les enseignants retrouvent tous le plaisir de transmettre . S'il est important d'organiser les apprentissages relevant du temps scolaire sur le plus de matinées possibles (et on pourrait aller jusque 6 selon le décret Hamon), il faudrait les envisager différemment. Non, on n'apprend pas à lire-écrire-compter-communiquer uniquement en maths et en français, toutes les matières inscrites dans les programmes scolaires sont importantes pour ce faire. Les enseignants doivent donc valoriser ces disciplines souvent considérées comme secondaires, alors qu'elles jouent, entre autres, un rôle primordial dans l'estime de soi des enfants, qu'elles permettent aussi de mettre en œuvre un travail fondamental sur les transferts d'apprentissage.

Cela nécessite aussi de ne pas continuer à précariser les emplois d'animateurs, mais bien au contraire de les valoriser en acceptant que les temps libérés par la classe ne soient pas émiettés, qu'ils soient au contraire des plages temporelles suffisamment longues pour y inscrire non pas des activités occupationnelles, mais bien des parcours éducatifs ayant des objectifs, connus des enfants, à atteindre.

Ces parcours seraient imaginés lors de la construction partenariale du projet éducatif permettant que les temps dans lesquels ils prennent place ne soient pas que complémentaires à ceux de l'école, mais entrent bien en synergie avec eux : temps éducatifs scolaires et temps éducatifs non scolaires peuvent alors, chacun dans leur spécificité, concourir au développement de l'enfant pour que chacun d'eux puisse connaître toutes les réussites nécessaires à ce qu'il devienne par la suite un citoyen éclairé libre des choix de vie qu'il fera.

Il est urgent que la France s'approprie le vocable européen consistant à parler d'éducation formelle, non formelle ou informelle, ce qui à la fois ne dévalorise aucun de ces temps et rend compte de la nécessité de mettre en interactions ces temps pour permettre aux enfants d'y percevoir une continuité éducative propice à son développement harmonieux et d'enfin donner de la consistance à la co-éducation, à l'éducation partagée.

**Vous parlez de l'aménagement des temps de l'enfant plutôt que de les réduire à la question des rythmes scolaires. Quels conseils pouvez-vous donner aux parents dans le quotidien avec leurs enfants ?**

Si on considère l'enfant dans son contexte, dans son vécu global, ce sont les rythmes biologiques des enfants qui doivent être respectés, principalement leur rythme veille-sommeil. Sachant qu'un rythme biologique couvre une période d'environ 24h, l'école ne peut à elle seule respecter la régularité de ce rythme. Il est de la responsabilité des parents de respecter le plus possible une régularité dans le rythme veille-sommeil de leurs enfants au quotidien, et de ne pas le dérégler pendant les petites vacances.

Le creux méridien d'après déjeuner n'est pas, loin s'en faut, un effet de la digestion, mais bien une baisse physiologique globale s'inscrivant dans le rythme circadien (24h), nécessitant chez tous les enfants de ménager un vrai temps de pause, de repos, de relaxation, de "ne rien faire" juste après le déjeuner.

Doit-on rappeler l'importance du petit déjeuner avant d'entrer en classe ? Et la nécessité de couper tout écran (ordinateur, tablette numérique, jeu vidéo, télévision...) une heure avant le coucher pour ne pas empêcher le sommeil de se déclencher à la bonne heure ?

Les premiers éducateurs des enfants sont leurs parents et il est fondamental que les enseignants les considèrent comme des partenaires dans la construction citoyenne de ces enfants.

<sup>[1]</sup> <http://www.education.gouv.fr/cid67139/questions-reponses-sur-la-reforme-des-rythmes-a-l-ecole-primaire.html>

<sup>[2]</sup> <http://www.icem-pedagogie-freinet.org/node/18353>