

GUIDE GRATUIT

10 conseils pour aider votre enfant à réussir à l'école

Méthodes éprouvées par nos enseignants auprès
de dizaines de familles à Abidjan

31
enseignants
qualifiés

12
quartiers
couverts

72h
pour démarrer
les cours

Par **AbiCours** — Soutien scolaire à Abidjan
Programmes ivoirien et français | Du CP à la Terminale

Introduction

En tant que parent, vous jouez un rôle déterminant dans la réussite scolaire de votre enfant. Plus que les notes, c'est l'environnement que vous créez, les habitudes que vous instaurez et l'accompagnement que vous offrez qui font la différence.

Ce guide rassemble **10 conseils concrets**, testés par nos 31 enseignants chez AbiCours auprès de dizaines de familles à Abidjan. Ils sont classés du plus simple à mettre en place au plus avancé. Vous n'avez pas besoin de tous les appliquer en même temps — commencez par ceux qui vous parlent le plus.

Le saviez-vous ?

En 2025, le taux de réussite au BEPC en Côte d'Ivoire était de 51,41 % — près d'un candidat sur deux a échoué. Au BAC, seuls 40,15 % des candidats ont obtenu leur diplôme. La différence entre ceux qui réussissent et ceux qui échouent tient souvent à la qualité de l'accompagnement à la maison et à la méthode de travail.

Chaque conseil est accompagné d'un encadré « **En pratique** » avec une action concrète que vous pouvez mettre en place dès ce soir.

Les 10 conseils

1 Créez un espace de travail dédié

Un bureau ou une table toujours au même endroit, bien éclairé, sans télévision ni distractions. Le cerveau associe le lieu à l'activité : quand votre enfant s'assoit à « son coin de travail », il se met automatiquement en mode concentration. Pas besoin d'un grand espace — un coin de table suffit, à condition qu'il soit toujours le même.

En pratique : Ce soir, identifiez avec votre enfant un endroit calme dans la maison. Installez-y une lampe, un pot à crayons et ses cahiers. C'est désormais « son bureau ».

2 Instaurez un rythme régulier

La régularité bat l'intensité. Un enfant qui travaille 1h30 par jour, 6 jours sur 7, progresse plus qu'un enfant qui fait 5h le dimanche. Fixez un créneau quotidien (par exemple 17h-18h30) et tenez-y. Après 2-3 semaines, ça devient une habitude automatique — il n'y a plus besoin de se « motiver » pour commencer.

En pratique : Décidez ensemble d'un horaire fixe. Affichez-le sur le frigo ou sur le mur du coin de travail. Commencez dès demain, même un samedi.

3 Supprimez le téléphone pendant les devoirs

Les études montrent qu'une seule notification interrompt la concentration pendant 23 minutes. Un collégien qui garde son téléphone à côté de ses cahiers perd en moyenne 30 à 45 minutes de concentration effective par session. La règle est simple : le téléphone dans une autre pièce pendant les heures de travail. Pas en silencieux, pas retourné — dans une autre pièce.

En pratique : Instaurez la règle dès ce soir : le téléphone reste dans le salon (ou la chambre des parents) pendant tout le créneau de devoirs. C'est non négociable.

4 Remplacez la relecture par l'auto-interrogation

La plupart des élèves « révisent » en relisant leurs cahiers. C'est la méthode la moins efficace. Ce qui fonctionne : fermer le cahier et essayer de réciter ce qu'on vient de lire. Le fait de chercher la réponse en mémoire (même si on échoue) renforce les connexions neuronales 2 à 3 fois plus que la relecture passive.

En pratique : Après chaque leçon, demandez à votre enfant de vous expliquer ce qu'il a appris sans regarder ses notes. S'il bloque, c'est le signe qu'il faut approfondir ce point.

5 Suivez les notes ET les devoirs (pas seulement le bulletin)

N'attendez pas le bulletin trimestriel pour découvrir un problème. Demandez chaque semaine les résultats des interrogations et devoirs surveillés. Un enfant qui passe de 12 à 9 en mathématiques entre deux contrôles vous envoie un signal d'alerte — bien avant que la moyenne trimestrielle ne le révèle.

En pratique : Chaque vendredi, prenez 5 minutes pour regarder ensemble les notes de la semaine. Pas pour sanctionner — pour détecter les baisses et agir vite.

6 Encouragez les efforts, pas seulement les résultats

« Je vois que tu as beaucoup travaillé » est plus puissant que « Tu dois avoir 15 ». Les enfants qui sont félicités pour leurs efforts développent une mentalité de croissance : ils voient les difficultés comme des défis à surmonter, pas comme des preuves d'incompétence. À l'inverse, un enfant stressé par l'obligation de résultat apprend moins bien.

En pratique : Ce soir, remplacez « Tu as eu combien ? » par « Comment ça s'est passé ? Qu'est-ce qui était difficile ? ». Le changement de question change tout.

7 Assurez 8 heures de sommeil par nuit

Un cerveau fatigué ne retient rien. Les recherches en neurosciences montrent que la consolidation de la mémoire se fait pendant le sommeil profond. Un collégien qui dort 6h au lieu de 8h perd jusqu'à 40 % de sa capacité de mémorisation. Pas de téléphone au lit, extinction des écrans 30 minutes avant le coucher.

En pratique : Fixez une heure de coucher (ex : 21h30 pour un collégien, 22h pour un lycéen) et une heure de réveil stable. Même le week-end, évitez les décalages de plus d'une heure.

8 Faites travailler sur les annales (pas seulement les cours)

Rien ne prépare mieux à un examen que de faire des examens. Les annales des années précédentes permettent de se familiariser avec le format, de repérer les exercices récurrents et de gérer le temps. En maths et en physique-chimie, les mêmes types d'exercices reviennent d'une année sur l'autre. Les annales sont disponibles gratuitement en ligne.

En pratique : Imprimez un sujet d'annale (disponible sur examens-concours.net). Installez votre enfant en conditions réelles : temps limité, pas de téléphone. Corrigez ensemble ensuite.

9 Identifiez les lacunes tôt et comblez-les vite

En mathématiques et en physique-chimie, chaque chapitre s'appuie sur le précédent. Un élève qui n'a pas compris les équations du 1er degré ne comprendra jamais les systèmes d'équations. Si votre enfant décroche dans une matière, n'attendez pas — chaque semaine de retard rend le rattrapage plus difficile. C'est là qu'un accompagnement individuel peut faire la différence en quelques séances.

En pratique : Si votre enfant a plus de 2 points d'écart entre sa meilleure et sa pire matière, c'est le signe qu'un soutien ciblé serait bénéfique. Un bilan pédagogique permet d'identifier précisément les lacunes.

10 Soyez présent, pas professeur

Votre rôle n'est pas de refaire le cours de maths (sauf si vous êtes enseignant !). Votre rôle est de créer les conditions de la réussite : l'espace, le rythme, le calme, l'encouragement, le suivi. Quand les lacunes sont profondes ou que votre enfant refuse de travailler avec vous (c'est normal à l'adolescence), un enseignant extérieur peut débloquer la situation — un tiers neutre que l'enfant écoute différemment.

En pratique : Posez-vous cette question : est-ce que les séances de devoirs avec mon enfant se terminent en conflit ? Si oui, il est peut-être temps de déléguer à un professionnel.

Récapitulatif

N°	Conseil	Difficulté
1	Créer un espace de travail dédié	■ Facile
2	Instaurer un rythme régulier	■ Facile
3	Supprimer le téléphone pendant les devoirs	■ Facile
4	Remplacer la relecture par l'auto-interrogation	■■ Moyen
5	Suivre les notes chaque semaine	■ Facile
6	Encourager les efforts, pas les résultats	■■ Moyen
7	Assurer 8 heures de sommeil	■ Facile
8	Travailler sur les annales	■■ Moyen
9	Identifier et combler les lacunes vite	■■■ Avancé
10	Être présent, pas professeur	■■ Moyen

Besoin d'un coup de pouce ?

Si malgré vos efforts les notes de votre enfant stagnent, ou si les lacunes sont trop profondes pour être comblées seul, **AbiCours peut vous aider**.

Nos enseignants ne se contentent pas d'expliquer les cours — ils transmettent les bonnes méthodes de travail, identifient les lacunes précises et construisent un plan de progression personnalisé.

Réservez un bilan pédagogique GRATUIT

WhatsApp : +225 07 20 719 706

Site : abicours.com

Email : contact@abicours.com

Démarrage des cours sous 72h | Pas de frais d'inscription

Ce que propose AbiCours :

Service	Couverture	Tarif
---------	------------	-------

Cours à domicile	Dans 12 quartiers d'Abidjan	À partir de 7 500 FCFA/h
Cours en ligne	Partout en Côte d'Ivoire	À partir de 7 500 FCFA/h
Préparation examens	CEPE, BEPC, BAC 2026	Coaching individuel
Aide aux devoirs	Du CP à la Terminale	Programmes ivoirien et français

© 2026 AbiCours — Soutien scolaire à Abidjan, Côte d'Ivoire. Ce guide est gratuit et peut être partagé librement.