

12 profs partagent les conseils qu'ils auraient aimé recevoir en **début de carrière**

- Autorité

- Confiance

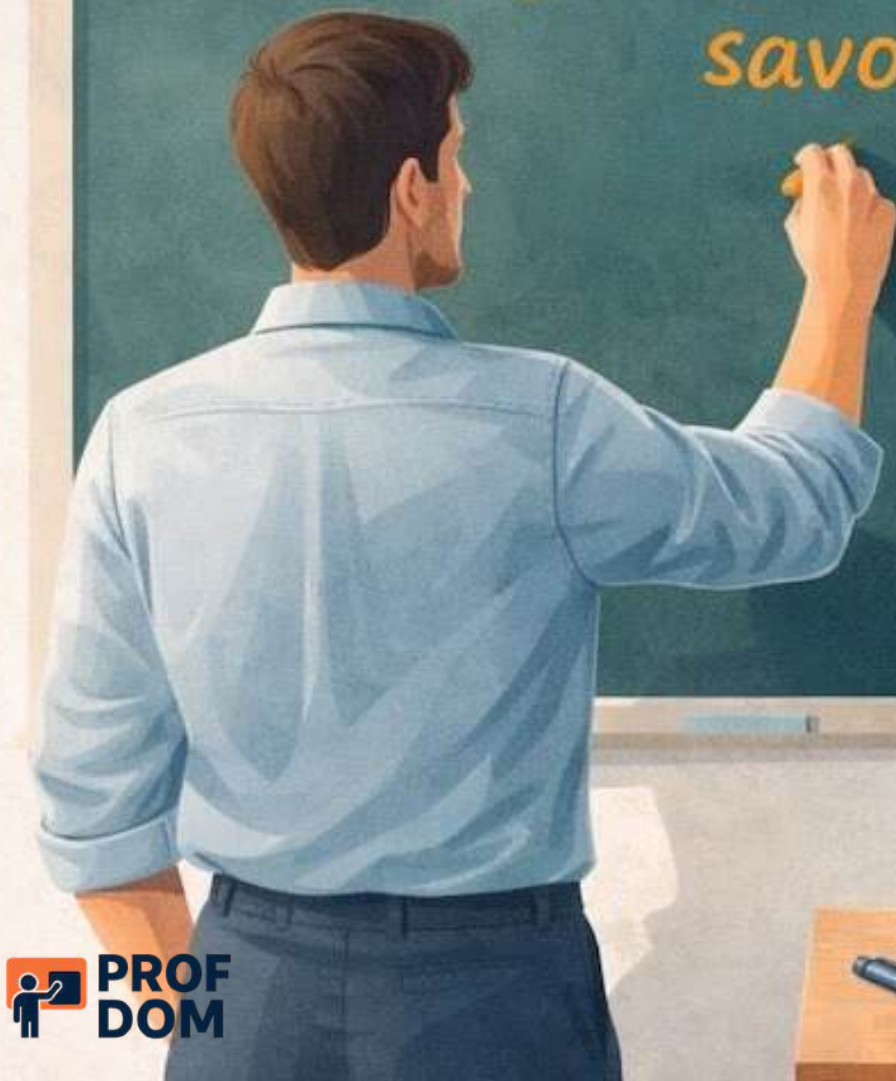
- Erreurs

*Ce que
j'aurais aimé
savoir*

Clarté

Gestion
du temps

Premières
années



Dimanche soir, la boule au ventre : demain c'est ta première rentrée scolaire	3
Débuter comme enseignant : entre euphorie et angoisse	4
12 profs expérimentés partagent leurs meilleurs conseils	6
Conseil N°1 d'Antoine, poleressourcespedagogiques.fr	6
Conseil N°2 de Virginie, StyloPlumeBlog.fr	7
Conseil N°3 d'Anouar, @kuro__tv	7
Conseil N°4 de Marie, respire-enseignants.fr	9
Conseil N°5 d'Aurore, @profdeconstruite	9
Conseil N°6 Marilyne, miss-keating.ch	11
Conseil N°7 de Tanya et Caroline, deuxprofscrinquees.com	11
Conseil N°8 de Coralie, @maclassefrancogenevoise	12
Conseil N°9 d'Alex-Anne, bibliomaniaque.ca	13
Conseil N°10 de Micaël, enseigner.org	13
Conseil N°11 de Claire, @magistraclara	14
Conseil N°12 d'Amandine, la-legerete-des-lettres.com	14

Dimanche soir, la boule au ventre : demain c'est ta première rentrée scolaire

Après plusieurs années d'études, ça y est : tu es officiellement prof'.

À la veille de ta première rentrée, tes émotions sont un mélange d'excitation et d'angoisse.

Une tonne de questions te tournent dans la tête.

"Ai-je pensé à tout ? Comment vont être mes élèves ? Est-ce que ces exercices seront adaptés ?"

Tu te tournes et retournes dans ton lit, tu n'arrives pas à trouver le sommeil.

Quand enfin tu t'es endormi profondément, ton réveil sonne. Il est 6h00.

Les yeux encore collés, tu prends un rapide petit déjeuner puis arrives à l'école.

La journée ne se passe pas comme tu l'avais prévu.

En effet, tu n'as pas du tout eu le temps de mettre en place les activités brise-glaces, les premiers exercices, etc.

Tu n'avais pas pensé que le premier jour c'était surtout de l'organisation : vérification des coordonnées de chaque élève, distribution des cahiers...

15h00 : la sonnerie retentit.

Une sorte d'euphorie t'envahit : "C'est trop bien, je suis prof' et j'ai bien géré !"

Le lendemain, les élèves te testent déjà.

Un premier se lève sans autorisation pendant tes explications.

Un autre lance des bouts de gomme.

Un troisième dessine sur la table.

Tu réagis à chaque perturbation, ce qui interrompt ton cours.

Tu as l'impression d'être un pompier face à une multiplication de foyers naissants. À peine tu en éteins un, qu'un autre feu s'allume.

À la fin de la seconde journée, tu es déjà épuisé.

"Suis-je vraiment fait pour être enseignant ?" Ce doute est normal, presque tous les nouveaux profs y passent.

Débuter comme enseignant : entre euphorie et angoisse

Lorsqu'on commence comme prof', nos émotions passent rapidement d'un état euphorique : "Ma journée s'est trop bien passée, les élèves étaient incroyables.", à la déception : "Les élèves ne m'ont pas du tout respecté et mes activités n'ont pas fonctionné."

Avec le temps et l'expérience, ces écarts émotionnels tendent à se lisser, comme on peut le voir sur le graphe ci-dessous :



Enseigner, c'est difficile, surtout les premières années. En témoigne le taux de départs en Suisse :

[...] quelque 49 % des nouveaux enseignants pourraient quitter temporairement ou définitivement l'enseignement dans les 5 ans suivant leur engagement [...]. Source : [Office fédéral de la statistique \(OFS\)](#)

Imagine.

Tu as fait des années d'études, tu t'es impliqué à 200 % pour tes élèves.

Tu as tout donné. Et c'est bien là le problème.

Burn-out.

Je ne compte plus le nombre de collègues qui ne sont pas revenus en classe.

Comment éviter ces drames ?

C'est précisément pour ça que j'ai demandé à 12 profs expérimentés de partager ce qu'ils auraient aimé savoir au début, leurs conseils pour les profs débutants (ou en difficulté).

Prêt pour la suite ?

12 profs expérimentés partagent leurs meilleurs conseils

Les conseils ci-dessous sont très précieux et traitent notamment de :

- gérer la discipline en classe, poser des règles claires (des outils clés en main [ici](#)) ;
- s'organiser efficacement ;
- prendre soin de soi, pour ne pas seulement briller, mais durer ;
- accepter que parfois tout ne se déroule pas comme prévu ;
- et bien plus !

Entrons maintenant dans le vif du sujet.

Conseil N°1 d'Antoine, poleressourcespedagogiques.fr

Quand un élève déborde, ce n'est presque jamais par provocation.

Derrière les cris, le refus ou l'agitation, il y a souvent un enfant perdu, fatigué ou en insécurité.

Plus que des sanctions, il a besoin de repères clairs : des [routines stables](#), des consignes visibles, des tâches accessibles.

En rendant la classe plus prévisible et en valorisant chaque petit progrès, on apaise les élèves les plus fragiles... et toute la classe avec eux.

Conseil N°2 de Virginie, [StyloPlumeBlog.fr](https://styloplumeblog.fr)

En début de carrière, j'aurais aimé que l'on me dise qu'il n'est pas nécessaire d'en faire trop.

Je m'interdisais d'utiliser des méthodes clés en main, persuadée qu'une « bonne » enseignante devait tout concevoir elle-même.

Avec dix années d'expérience, je sais aujourd'hui que la qualité de l'enseignement ne se mesure pas à cela.

Autre chose que j'aurais aimé connaître plus tôt : le déroulement réel d'une journée de classe ordinaire. Pas seulement celles, idéalisées, présentées par les PEMF, mais le quotidien d'une classe lambda, avec ses imprévus, ses ajustements et sa réalité concrète.

D'autres ressources de Virginie sur [Instagram](#).

Conseil N°3 d'Anouar, [@kuro__tv](#)

Un des conseils les plus importants que je pourrais donner aux nouveaux enseignants, c'est le suivant :

NE JAMAIS COMMENCER LA PREMIÈRE SÉANCE DE COURS DE L'ANNÉE PAR DE LA DIDACTIQUE PURE ET DURE.

Il faut que la première heure serve à faire connaissance avec les élèves, instaurer un climat de travail bienveillant, poser le cadre, les quelques règles à respecter tout au long de l'année, parler un petit peu du programme, mais aussi laisser un temps de parole à chacun des élèves.

Pour ma part, j'ai un petit diaporama dans lequel je présente rapidement ma matière : la physique-chimie.

Je parle ensuite rapidement du programme.

Je leur pose aussi une question simple, mais essentielle : à quoi ça sert la physique-chimie au quotidien ?

Puis après ça je pose les règles qu'il faut respecter en classe.

Il n'y en a que trois seulement :

1. Le respect (entre l'enseignant et l'élève mais aussi entre les élèves ; donc tout ce qui touche à la politesse, vulgarité, etc.).
2. Le bavardage durant les quarts d'heure de cours/travaux de groupe (en gros dans chaque cours, j'ai maximum 15 mn de cours à proprement parlé, le reste du temps les élèves sont soit en Tp, soit en activité de groupe ou exercices, donc quand j'apporte les notions théoriques importantes tout le monde doit écouter et le reste du temps ils peuvent discuter en chuchotant, tout en travaillant bien évidemment).
3. Le téléphone (même si c'est interdit certains l'utilisent, donc formellement prohibé).

Bien sûr, entre chaque partie de mon diaporama, je fais quelques blagues et je laisse parler les élèves aussi, c'est très important que cela soit un maximum interactif.

Après que mon cadre soit posé, que les élèves aient compris qu'il y a des règles à respecter sur lesquelles je serai intransigeant, je leur laisse un petit temps de parole chacun.

Chaque élève doit se présenter de la manière suivante : nom, prénom, la classe dans laquelle il était l'année précédente, puis pour rendre ça un petit peu plus fun, l'élève doit dire à ses camarades des choses qu'ils aiment par-dessus tout et les choses qu'il déteste par-dessus tout, que ce soit de la nourriture, un objet, une situation ou autres...

Cette séance est très importante parce qu'elle va permettre aux élèves de mieux se connaître. Lors de cette séance, il y a souvent pas mal de rire (qu'il faut bien sûr, réguler afin d'éviter tout débordement), mais cela permet aussi un énorme temps sur l'ensemble de l'année.

Une classe avec un cadre et des règles solides mais aussi, et surtout une atmosphère bienveillante permet d'éviter à l'enseignant de faire toutes les deux secondes « La police ».

D'autres ressources d'Anouar sur [Instagram](#), [YouTube](#) et [TikTok](#).

Conseil N°4 de Marie, [respire-enseignants.fr](https://www.respire-enseignants.fr)

Si je pouvais revenir à mes débuts, je me dirais ceci : ne néglige pas ton système d'organisation, c'est le gardien de ta santé mentale.

J'ai perdu trois ans à m'éparpiller entre Excel, le papier et des applis diverses.

Le vrai changement a eu lieu quand j'ai tout centralisé sur [Notion](#).

Avoir un seul outil où tout est relié (planification des apprentissages, suivi, notes) supprime instantanément la charge mentale.

On arrête de chercher, on pilote, et c'est le secret pour durer.

D'autres ressources de Marie sur [Instagram](#) et son blog www.respire-enseignants.fr/blog

Conseil N°5 d'Aurore, [@profdeconstruite](#)

Ce que nous faisons est suffisant.

Parce que devant les élèves, il y a nous ou personne. Et quand il n'y a personne, c'est parce qu'il n'y a pas assez de profs et pas assez de remplaçants.

Un professeur imparfait devant une classe est donc forcément mieux personne. Ce que nous faisons est suffisant, nécessaire et légitime.

Nous n'avons pas à nous épuiser pour faire plus ou pour faire mieux.

Cette année, je suis l'enseignante de 350 élèves. Ils ont BESOIN que je prenne soin de moi, parce que c'est moi ou personne.

Ils ont besoin d'une enseignante reposée, disponible, capable de gérer la classe et d'enseigner avec de l'énergie.

Prendre soin de soi passe aussi par l'arrêt maladie s'il le faut.

Nous n'avons pas à « tenir » coûte que coûte. Nous méritons d'aller bien et de prendre du plaisir en classe.

Concrètement, je fais des choix.

J'annule des rendez-vous parents-professeurs quand je suis trop fatiguée et ne vais pas aux conseils de classe quand ils finissent trop tard. Je remplis les bulletins en utilisant des copier-coller.

Je ne travaille jamais plus de 30h/semaine. Ce temps et cette énergie, je les garde pour la classe et pour la relation avec mes élèves.

Nous sommes aussi les enseignants de milliers d'élèves à venir. Me préserver aujourd'hui est une condition pour pouvoir enseigner demain.

Je refuse de culpabiliser.

Je refuse de me sacrifier pour l'institution.

S'investir oui, quand cela fait sens et quand j'en ai envie.

S'épuiser, c'est non. Le refus de l'épuisement est un acte professionnel et politique.

D'autres ressources d'Aurore sur son [Instagram](#).

Conseil N°6 Marilyne, miss-keating.ch

Ne cherche pas à être parfait, à tout faire juste et bien tout de suite, mais sois convaincu et apprends à être satisfait de ce que tu prépares, prévois et mets en place pour ta classe.

Et par la suite, n'essaie pas de réinventer la roue chaque année, mais fais évoluer ton enseignement en utilisant et profitant de ce que tu as déjà fait et qui fonctionne, construis là-dessus et ajoute ou modifie peu à peu.

Un bon enseignant, ce n'est pas un enseignant "whaouh !", un acrobate ; c'est un enseignant mesuré, un équilibriste.

La difficulté dans ce métier, ce n'est pas de mener de super leçons ou de se faire aimer, c'est de durer.

Conseil N°7 de Tanya et Caroline, deuxprofscrinquées.com

Dès ton entrée dans la profession, sache que la théorie apprise sur les bancs d'école reflète rarement la réalité d'une classe bien vivante.

Que le soutien de ton entourage, famille comme collègues, devient un pilier essentiel pour tenir le coup.

Qu'il est normal, et même nécessaire, de se remettre en question peu importe les années d'expérience.

Qu'une partie du métier est d'accepter que tout ne se déroule pas comme prévu.

Que l'ouverture et la capacité d'adaptation sont des forces précieuses face aux imprévus et à la diversité des élèves.

Et surtout, que te faire confiance, croire en ta valeur et t'affirmer comme enseignant(e) n'est pas un luxe : c'est ce qui te permettra de tenir debout, d'évoluer et de rester longtemps dans ce métier !

D'autres ressources sur les pages [Instagram](#) et [Facebook](#) de Tanya et Caroline.

Conseil N°8 de Coralie, [@maclassefrancogenevoise](#)

Alors si je devais donner un conseil ou des conseils à moi, l'enseignante qui débutait, ce serait :

- l'enseignement n'est qu'un métier : fais de ta vie privée une priorité et respecte ton temps de travail ;
- la qualité plutôt que la quantité : mieux vaut un seul projet bien ficelé et qui fait sens qu'une multitude pas toujours aboutis ;
- cette décoration est-elle vraiment utile ? Sert-elle l'objectif d'apprentissage visé par l'activité ?
- pourquoi cet aménagement de classe ? Fait-il sens avec ta façon d'enseigner ?
- un système de comportement, pour quoi faire ? Quel objectif ? Quel intérêt pour les élèves qui vont bien (la majorité !) et quelle plus-value pour les autres ? Comment leur permet-il de progresser dans le respect des règles de vie ?

Coralie propose également des documents clés en main pour tes cours sur [cette page](#).

Conseil N°9 d'Alex-Anne, bibliomaniaque.ca

En début de carrière, j'aurais aimé qu'on me dise qu'il n'y avait pas de recette magique.

Que malgré tous les conseils que je recevrais, il me faudrait créer ma propre recette, avec les ingrédients qui m'allument.

J'aurais aussi aimé savoir que cette recette pourrait changer au fil des années selon les élèves qui se trouvent devant moi et selon ma propre évolution en tant que prof.

La meilleure façon d'améliorer sa recette, c'est de tester des variantes, de prendre le temps d'évaluer le résultat.

D'autres ressources d'Alex-Anne sur son [Instagram](https://www.instagram.com/bibliomaniaque) et sa page web bibliomaniaque.ca.

Conseil N°10 de Micaël, enseigner.org

Le meilleur conseil que j'aie reçu, après dix ans d'enseignement, c'est que lorsque les élèves arrivent, ce sont eux qui doivent être au centre de toute mon attention.

Peu importe que mes copies soient terminées, que mon système multimédia soit fonctionnel ou que j'aie eu le temps de boire mon café !

Depuis plusieurs années, j'ai mis en place une [routine](#) qui me permet d'accueillir les élèves individuellement à la porte - un peu comme un rituel de passage - mais aussi de les écouter me raconter quelque chose qui leur tient à cœur s'ils le désirent.

L'enseignement est avant tout une question de relation, la relation commence par un accueil chaleureux et personnalisé.

Plus de ressources de Micaël sur son [Instagram](#), sa page [Facebook](#) et sur son site web [enseigner.org](#).

Conseil N°11 de Claire, [@magistraclara](#)

En début de carrière, j'aurais aimé qu'on me dise qu'un bon prof est un prof qui va bien.

Donc on se repose, on prend soin de sa santé physique et mentale.

On peut rapidement passer sa vie à travailler au détriment de sa vie personnelle et s'oublier.

J'ai découvert que les vacances scolaires sont nécessaires et les planifier est bénéfique : la première semaine des vacances, j'ai besoin de décompresser, me reposer, dormir. Mais je travaille un peu chaque jour, pas de grosses journées de boulot. Et la deuxième semaine, je travaille davantage, sans faire de trop longues sessions.

Ce n'est pas grave si je n'ai pas le temps de tout faire, ce sera lissé sur la première semaine de rentrée.

Plus de ressources sur l'[Instagram](#) et le [blog](#) de Claire.

Conseil N°12 d'Amandine, [la-legerete-des-lettres.com](#)

On n'enseigne pas face aux élèves, mais avec les élèves.

Quand on débute, on imagine souvent l'enseignant.e debout face à la classe, solide, sûr.e de soi tenant fermement le cap pendant que les élèves écoutent, comprennent et avancent d'un même pas.

Et puis la réalité arrive, allant parfois jusqu'à la cacophonie, plus ou moins joyeuse.

Très vite, on se rend compte que l'enseignement n'est pas une performance solitaire. On n'enseigne pas contre les élèves, ni malgré eux.

On enseigne avec eux.

Enseigner avec une classe, c'est accepter que tout ne soit pas parfaitement maîtrisé. C'est comprendre que le [silence](#) absolu n'est pas toujours le signe d'un apprentissage, et que le bruit n'est pas toujours un échec. C'est reconnaître que les élèves ne sont pas des récepteurs passifs, mais des partenaires : parfois maladroits, parfois résistants, souvent... imprévisibles !

Cela demande de lâcher un peu le contrôle pour privilégier le lien. Écouter avant de vouloir être entendu.e, s'ajuster, tâtonner, changer de plan en cours de route sans culpabiliser.

C'est aussi accepter que certaines séances fonctionnent... et d'autres non.

On apprend notre métier au fil des cours, au contact des élèves, de leurs réactions, de leurs besoins... de leurs silences, aussi, qui sont une forme de *challenge*.

Choisir d'avancer ensemble, même lentement, sera toujours plus efficace que de tenter d'aller vite et loin face à des jeunes contre lesquels on lutte.

D'autres ressources sur les comptes [Instagram](#) et [Facebook](#) d'Amandine.

Besoin de plus pour avoir de l'autorité dans tes classes ?

Tu peux alors télécharger [Ton kit gratuit pour reprendre le contrôle de ta classe dès demain.](#)