

# LES FONDEMENTS SCIENTIFIQUES DE L'APPRENTI-ADULTE

Ce que la recherche établit, ce que le livre propose



**3 propositions distinctives mises en perspective  
avec les connaissances scientifiques actuelles**

**Jerry Penxten • Fondateur de Next Education**

**COMPRENDRE LE LIVRE**

## L'Apprenti-adulte en quelques mots

**Nous savons comment apprendre un métier.  
Mais comment apprend-on à devenir adulte ?**

C'est la question centrale du livre : que devons-nous apprendre à nos enfants aujourd'hui pour qu'ils puissent demain prendre leur vie en main ?

L'Apprenti-adulte propose aux parents un fil conducteur, de la petite enfance jusqu'à l'entrée dans la vie adulte. Il invite à ne pas seulement résoudre les difficultés éducatives du moment - désobéissance, conflits, devoirs, écrans, frustration - mais à regarder plus loin.

**« Ce que je fais aujourd'hui aide-t-il mon enfant à devenir capable de  
se débrouiller par lui-même demain ? »**

Un jour, l'enfant quittera le nid. L'enjeu est de le préparer progressivement à prendre son envol, plutôt que d'attendre son départ pour découvrir ce qu'il ne sait pas encore faire.

## À qui s'adresse le livre ?

En premier lieu aux parents, mais aussi aux enseignants, grands-parents et autres adultes qui participent au développement de l'enfant. Leurs rôles diffèrent, mais ils peuvent partager une même ambition : préparer progressivement l'enfant à prendre sa vie en main.

## COMPRENDRE SA SPÉCIFICITÉ

# Un parcours éducatif simple et structuré

Autonomie, responsabilité, socialisation, coopération ou apprentissage par l'expérience ne sont pas des idées nouvelles. La contribution de L'Apprenti-adulte réside davantage dans la manière de les relier au sein d'un même parcours.

1. Se fixer un cap : préparer l'adulte que l'enfant deviendra progressivement.
2. Identifier les compétences dont il aura besoin.
3. Lui permettre de commencer à les exercer dès l'enfance.
4. Repérer leurs premières manifestations, même lorsqu'elles sont maladroites.
5. Les réguler et les développer plutôt que les étouffer.
6. Faire évoluer le rôle des parents à mesure que l'enfant gagne en autonomie.

|                 |             |                    |                         |                        |
|-----------------|-------------|--------------------|-------------------------|------------------------|
| 1               | 7           | 4                  | 3                       | 5                      |
| objectif<br>RAS | compétences | rôles<br>parentaux | priorités<br>éducatives | postures<br>parentales |

## Pourquoi ce document ?

Le modèle s'est construit à partir de 20 années de pratique professionnelle, de lectures, d'observations, de réflexions et d'échanges. Mais l'expérience ne constitue pas une preuve scientifique.

**Les idées sur lesquelles repose L'Apprenti-adulte sont-elles cohérentes avec les connaissances scientifiques actuelles ?**

## LES FONDATIONS

## 6 bases scientifiques déjà largement reconnues

**1**

**Le développement vers l'âge adulte est progressif** - Prise de décision, planification, contrôle des émotions et autorégulation évoluent pendant l'enfance, l'adolescence et encore chez le jeune adulte.

**2**

**L'autonomie se construit dans un cadre évolutif** - L'enfant passe progressivement de la dépendance à davantage de choix et d'action par lui-même, sans que règles et limites disparaissent.

**3**

**De nombreuses compétences peuvent se développer** - Décision, résolution de problèmes, coopération, affirmation de soi, créativité ou adaptation peuvent être exercées avant l'âge adulte.

**4**

**L'enfant apprend aussi en faisant** - Observer, imiter, agir, essayer, recevoir un retour, corriger et recommencer participent à l'apprentissage.

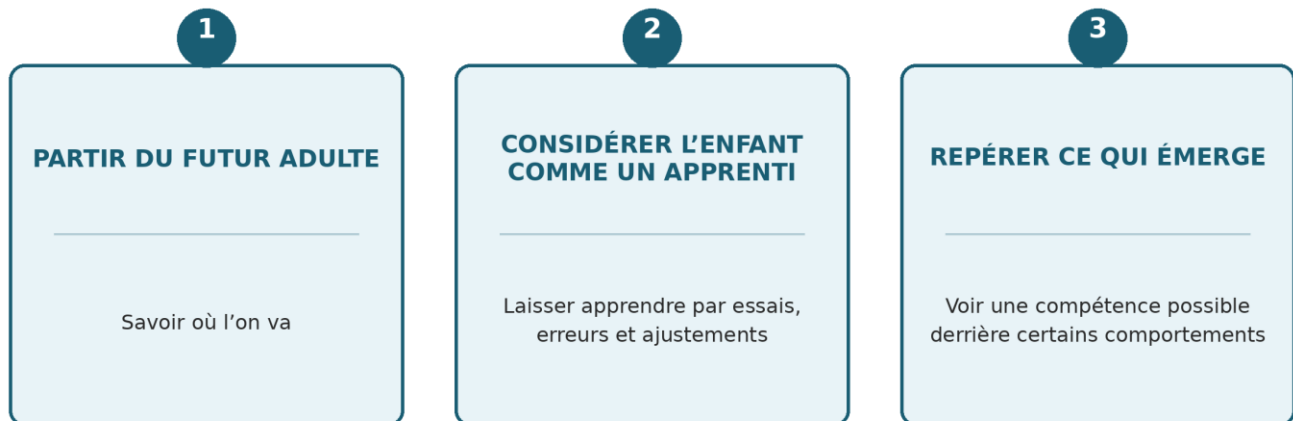
**5**

**Le jeu est un contexte riche d'expérimentation** - Chez le jeune enfant, il offre des occasions d'explorer, de choisir, d'imaginer, de coopérer et de modifier sa stratégie.

**6**

**Les enfants sont différents** - Tempérament, sensibilité émotionnelle, niveau d'activité, prudence, audace ou autorégulation diffèrent d'un enfant à l'autre.

**Une grande partie des fondations du livre est déjà étudiée par la recherche.  
Mais où se situe alors sa spécificité ?**

**LA CARTE DU DOCUMENT****3 propositions distinctives à mettre à l'épreuve**

La plupart des « briques » du modèle existent déjà séparément. Sa contribution distinctive réside davantage dans leur articulation et leur traduction en un fil conducteur destiné à guider concrètement les parents.

**Les pages suivantes examinent ce que la recherche permet réellement de dire sur chacune de ces 3 propositions.**

**PROPOSITION 1**

## Partir de l'adulte de demain pour penser l'éducation d'aujourd'hui

Parents et enseignants doivent quotidiennement résoudre des problèmes immédiats. Le risque est de garder le « nez dans le guidon » et de perdre de vue la finalité de l'éducation.

**Quel adulte préparons-nous à travers ce que nous faisons aujourd'hui ?**

L'Apprenti-adulte retient 3 caractéristiques :

**RESPONSABLE**

Faire ses choix et en assumer les conséquences.

**AUTONOME**

Se débrouiller par lui-même à mesure que cela devient possible.

**SOCIALISÉ**

Vivre avec les autres dans le respect de soi, d'autrui et des règles nécessaires.

Une fois ce cap posé, le raisonnement peut être inversé : si c'est cela que nous lui souhaitons pour demain, quelles capacités faut-il permettre à l'enfant de développer aujourd'hui ?

Le livre les organise autour de 7 compétences générales qu'il considère comme largement utiles à l'âge adulte :

**Comprendre - Décider - S'affirmer - Inventer**  
**Coopérer - Négocier - S'adapter**

**PROPOSITION 1 - CE QUE DIT LA RECHERCHE**

## Clarifier le cap peut influencer la manière d'éduquer

La recherche étudie depuis longtemps les objectifs éducatifs des parents : les qualités, capacités et comportements qu'ils souhaitent voir se développer chez leur enfant.

Des études longitudinales montrent notamment que des objectifs parentaux orientés vers l'autonomie, l'affirmation de soi ou l'individualité sont associés à des pratiques soutenant davantage l'autonomie.

**Ce que les parents cherchent à développer influence  
aussi leur manière d'éduquer.**

La recherche ne démontre cependant pas que RAS serait la seule bonne définition de l'âge adulte, ni que les 7 compétences constitueraient une liste scientifique universelle. RAS et les 7 compétences sont des constructions pédagogiques du livre.

### BILAN SCIENTIFIQUE

- Principe scientifique : bien étayé.
- RAS + 7 compétences : construction pédagogique cohérente avec la recherche.
- Caractère distinctif : relier explicitement le futur adulte aux apprentissages qui commencent dès l'enfance.

*Sources principales : Zhou et al. (2023) ; travaux sur les objectifs de socialisation parentaux.*

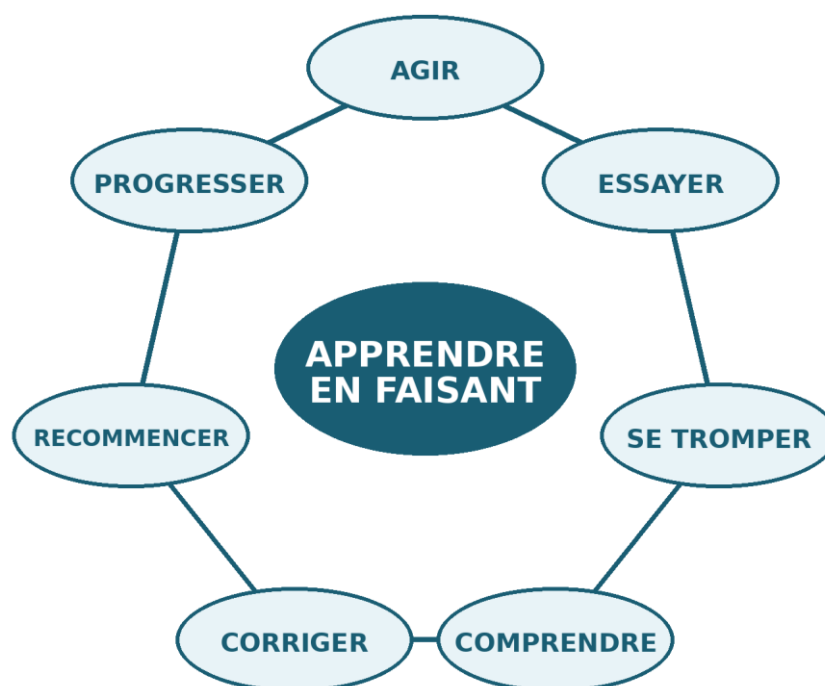
**Avoir défini le point d'arrivée ne suffit pas. Reste à comprendre comment  
l'enfant apprend ces compétences.**

**PROPOSITION 2**

## Voir dans l'enfant un apprenti-adulte qui apprend en faisant

On n'apprend pas à jouer au basket le jour de son premier match. Avant cela, on apprend les règles, on essaie, on rate, on reçoit des conseils, on recommence et on progresse.

Il en va de même pour les compétences utiles à la vie adulte : l'enfant apprend à décider en faisant progressivement ses propres choix, à s'affirmer en exprimant ses besoins, à inventer en cherchant ses solutions, à coopérer avec les autres, à négocier et à s'adapter lorsque ce qu'il avait prévu ne fonctionne pas.



**Être apprenti signifie précisément ne pas encore savoir parfaitement faire.**

L'erreur peut devenir une source d'apprentissage lorsque l'enfant peut comprendre ce qui n'a pas fonctionné, recevoir un retour, corriger et recommencer. Apprendre en faisant ne signifie donc pas simplement laisser faire.

**ACCOMPAGNER L'APPRENTI**

## 5 postures parentales pour apprendre dans la durée

**1 PROGRESSIF**

Avancer par étapes plutôt qu'espérer immédiatement la maîtrise.

**2 PATIENT**

Accepter qu'apprendre demande du temps, des hésitations et des essais-erreurs.

**3 PERSÉVÉRANT**

Offrir de nouvelles occasions d'essayer malgré les difficultés.

**4 POSITIF**

Voir aussi les progrès et les efforts, pas seulement ce qui reste imparfait.

**5 PÉDAGOGUE**

Adapter l'accompagnement à l'âge, à la maturité et aux particularités de l'enfant.

**Puisqu'il est apprenti, l'enfant ne peut pas réussir immédiatement ce qu'il est précisément en train d'apprendre.**

**BILAN SCIENTIFIQUE**

- Apprentissage par l'action, l'expérience, le retour et la répétition : bien étayé.
- Les 5 postures : formalisation pédagogique propre au livre, cohérente avec ces mécanismes.

*Sources principales : Fyfe et al. (2023) ; Durlak et al. (2011) ; Taylor et al. (2017).*

**PROPOSITION 3**

## Repérer les compétences futures derrière certains comportements dérangeants

Les premières tentatives de l'apprenti seront forcément imparfaites. Encore faut-il que l'adulte sache les reconnaître.

Dès les premières années, l'enfant cherche à exercer davantage de contrôle sur ce qu'il fait et ce qui lui arrive. Des travaux menés auprès d'enfants de 1 à 2 ans montrent qu'ils peuvent manifester à la fois davantage de coopération volontaire et davantage de résistance active.

Certaines formes de résistance peuvent donc parfois traduire une première manifestation d'autonomie, et pas seulement un problème de comportement. Chez des enfants plus âgés, argumenter, négocier, exprimer un désaccord ou proposer une alternative peuvent constituer des formes plus élaborées d'autonomie et d'affirmation de soi.

## Un même comportement peut avoir plusieurs significations

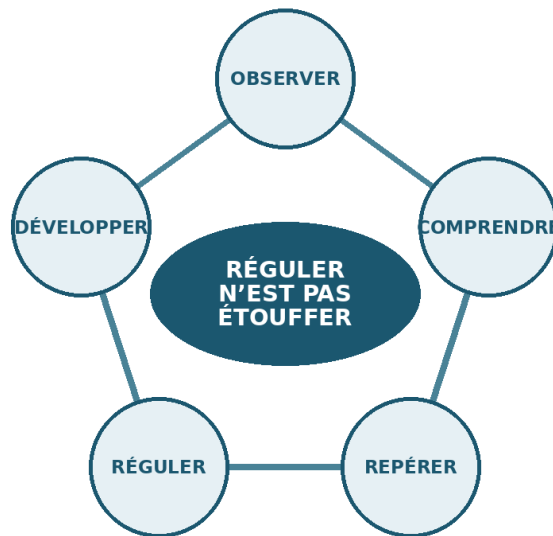
- « Je veux faire tout seul ! » peut parfois manifester autonomie et initiative.
- « Non ! » peut parfois être une première manière de s'affirmer.
- « Pourquoi je dois faire ça ? » peut traduire une recherche de compréhension ou de sens.
- « J'ai une autre idée ! » peut manifester la capacité d'inventer.
- « D'accord, mais alors... » peut être une première forme de négociation.

**Le parent n'a pas à diagnostiquer une compétence : il peut se demander si quelque chose d'utile essaie peut-être d'émerger.**

*Sources principales : Dix et al. (2007) ; Kuczynski, Pitman & Twigger (2018).*

### PROPOSITION 3 - ACCOMPAGNER SANS ÉTOUFFER

## Repérer, réguler et développer



Le but n'est pas de valoriser tous les comportements, mais de ne pas supprimer une capacité utile simplement parce que sa première expression est maladroite ou dérangeante. Réguler n'est pas étouffer.

## Le piège du confort immédiat

Il est souvent plus rapide de faire à la place de l'enfant, d'imposer la solution, de couper court au désaccord ou d'exiger une obéissance immédiate. Cette réaction est compréhensible, mais elle crée une tension éducative.

**Ce qui facilite la vie du parent à court terme n'est pas toujours ce qui prépare le mieux l'enfant à long terme.**

Si exprimer un désaccord, prendre une initiative ou se tromper entraîne régulièrement humiliation, culpabilisation ou forte pression psychologique, l'enfant peut apprendre à éviter certaines manières d'agir. Cela peut rendre plus difficile l'expression ultérieure de capacités pourtant utiles : oser dire non, donner son avis, prendre une initiative ou accepter le risque de se tromper.

### BILAN SCIENTIFIQUE

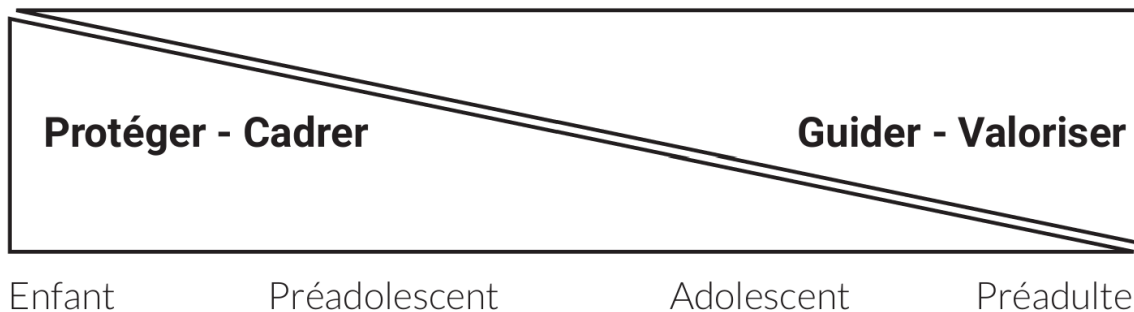
- Les comportements d'autonomie apparaissent tôt : bien étayé.
- Certaines formes de résistance peuvent participer au développement de l'autonomie : étayé, mais pas pour toute opposition.
- Les réactions des adultes peuvent favoriser ou freiner l'expression de l'autonomie : bien étayé.

Sources principales : Bradshaw et al. (2025), méta-analyse de 238 études et 126 423 participants.

## CONSÉQUENCE POUR LE PARENT

# Faire évoluer son rôle à mesure que l'enfant progresse

Si l'enfant apprend progressivement à prendre sa vie en main, ses parents ne peuvent pas conserver exactement le même rôle pendant 20 ans.



- **PROTÉGER** - lorsque les risques dépassent encore les capacités de l'enfant.
- **CADRER** - fixer des règles, des limites et des repères.
- **GUIDER** - aider à comprendre, réfléchir et agir sans systématiquement faire à sa place.
- **VALORISER** - reconnaître les progrès, les efforts, les stratégies et ce qu'il apprend.

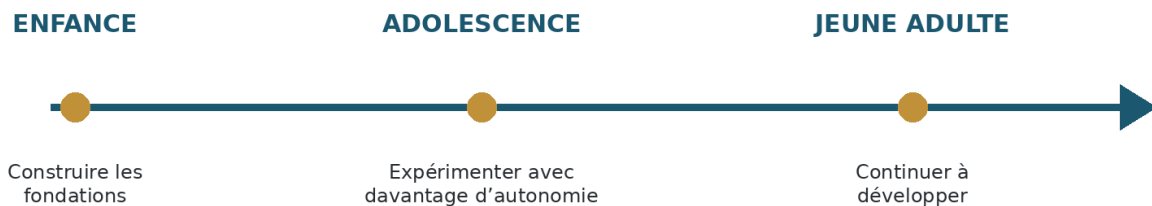
**Pendant que l'enfant apprend à prendre sa vie en main, ses parents apprennent progressivement à lui en donner le contrôle.**

Ce mouvement correspond à une émancipation progressive : passage d'une forte dépendance à une autonomie croissante. Les 4 rôles restent présents, mais leur importance évolue : protéger et cadrer diminuent progressivement à mesure que guider et valoriser prennent davantage de place. Cette évolution est cohérente avec la recherche sur le soutien à l'autonomie et la relation parent-enfant.

## LE TEMPS LONG

# Pourquoi commencer dès le plus jeune âge ?

- Parce que le développement est progressif.
- Parce qu'une compétence a besoin d'être exercée.
- Parce que l'enfant commence très tôt à essayer.
- Parce que les expériences répétées comptent.



## 3 phases complémentaires

1. L'enfance : construire les fondations dans des situations simples, quotidiennes et à faible risque.
2. L'adolescence : expérimenter avec davantage d'autonomie, des pairs plus présents et des situations plus complexes.
3. Le jeune adulte : continuer à développer ces capacités avec davantage de liberté et de responsabilités.

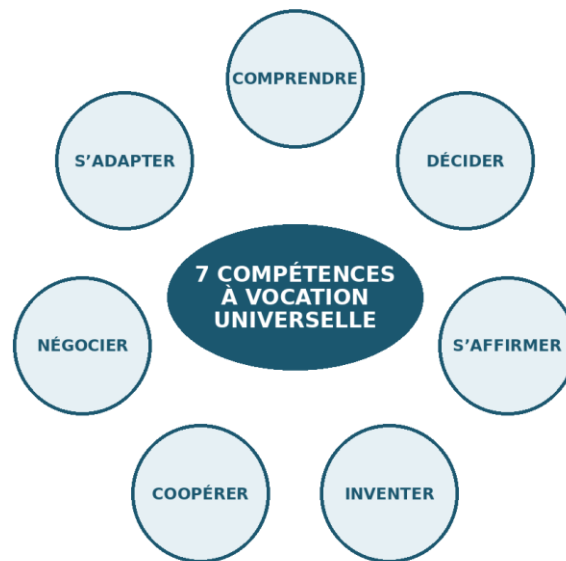
**Commencer tôt ne signifie pas réussir tôt.**

**L'apprentissage se fait sur la durée.**

Avoir déjà exercé ces compétences donne au jeune adulte davantage de ressources pour prendre sa vie en main ; cela ne garantit évidemment pas sa trajectoire.

## UNE SÉLECTION PÉDAGOGIQUE

# 7 compétences à vocation universelle



Il n'existe pas de liste scientifique universelle définissant les compétences dont un adulte a besoin pour prendre sa vie en main. L'OMS, l'UNICEF, l'OCDE et les chercheurs utilisent des référentiels différents.

Le livre qualifie ses 7 compétences d'« universelles » au sens où elles correspondent à des capacités humaines générales susceptibles d'être utiles dans des époques, des cultures et des contextes très différents. Il ne prétend pas que la recherche aurait démontré qu'il existe exactement 7 compétences universelles.

**Les situations changent ; certaines grandes fonctions demeurent :  
comprendre, choisir, s'affirmer, trouver des solutions, coopérer, gérer des  
intérêts divergents et s'adapter.**

Les 7 compétences constituent donc une sélection et une organisation propres à L'Apprenti-adulte. Chacune recoupe cependant des capacités largement étudiées et présentes, sous différentes appellations, dans plusieurs référentiels internationaux.

*Sources principales : OMS - compétences de vie ; OCDE (2025) - compétences sociales et émotionnelles à l'âge adulte.*

## CRÉDIBILITÉ SCIENTIFIQUE

# Ce que la science invite à nuancer

**« Le cerveau est mature à 25 ans »**

Trop catégorique : certaines dimensions continuent à évoluer chez le jeune adulte, sans seuil universel.

**« Les 7 compétences doivent être acquises avant 12 ans »**

Non : l'enfance permet d'en construire les fondations ; leur développement se poursuit ensuite.

**« Il suffit de laisser l'enfant agir pour qu'il apprenne »**

Incomplet : expérience, retour, compréhension, correction, accompagnement et répétition se complètent.

**« Quand l'enfant dit non, il apprend à s'affirmer »**

Pas nécessairement : un même comportement peut avoir plusieurs significations.

**« Si j'empêche mon enfant de dire non, il ne saura pas dire non adulte »**

Trop causal : les expériences influencent une trajectoire sans déterminer à elles seules l'adulte.

**« Favoriser l'autonomie signifie moins d'autorité »**

Non : autonomie, règles et structure peuvent coexister.

**« Chaque enfant est unique, il lui faut une pédagogie entièrement différente »**

À nuancer : il faut adapter des principes généraux, pas tout réinventer.

**« Les enfants sont visuels, auditifs ou kinesthésiques »**

Non démontré : des préférences existent, mais le modèle VAK n'est pas validé comme base d'enseignement.

**« RAS définit l'adulte que l'enfant doit devenir »**

Non : RAS vise des capacités générales qui l'aident à devenir entrepreneur de sa propre vie.

**Ces précautions permettent de distinguer clairement ce que la science permet d'affirmer de ce que le modèle propose.**

## CONCLUSION

# Des connaissances scientifiques transformées en un fil conducteur éducatif

Les principales « briques » de L'Apprenti-adulte ne sont pas des découvertes scientifiques nouvelles. Sa contribution distinctive réside davantage dans la manière de les relier au sein d'un même parcours éducatif.

### 1. SAVOIR OÙ L'ON VA

Partir du futur adulte pour réfléchir à ce qu'il peut commencer à apprendre aujourd'hui.

### 2. ACCEPTER QU'IL EST UN APPRENTI

Lui permettre d'essayer, de se tromper, de recommencer et de progresser avant de devoir savoir faire seul.

### 3. APPRENDRE À VOIR CE QUI ÉMERGE

Se demander si certains comportements ne contiennent pas les premières manifestations d'une compétence utile dans le futur.

**Les principaux mécanismes sur lesquels repose cette architecture sont compatibles avec l'état actuel des connaissances, avec les précautions présentées dans ce document.**

Le livre s'appuie donc sur de nombreuses connaissances et mécanismes largement étayés par la recherche. L'Apprenti-adulte propose de les sélectionner, de les organiser et de les traduire en un parcours accessible aux parents, afin d'en faciliter l'application au quotidien.

**Consulter la bibliographie scientifique commentée**

### Pour aller plus loin

Retrouvez les références détaillées, les méta-analyses, les études longitudinales et les organismes de référence mobilisés pour cette mise en perspective scientifique.

[www.next-education.eu](http://www.next-education.eu)

Onglet « Parents », « Nos livres », « Livre 1 »