

# Coaching scolaire et gestion mentale.

C.Vanham- Formation CFIP 2023-2024



# Des livres pour apprendre et comprendre...

Accompagner le travail des adolescents.

Guy Sonnois.

Ces enfants empêchés de penser.

S.Boimare.

Plaisir de connaître, bonheur d'être

Antoine de la Garanderie.

Stress, Attention, Action.

B. Trankiem.

Dis-moi comment apprendre

Catherine Vanham

Dessine-moi l'intelligence

T.Buzan.

Cessons de démotiver les élèves

D.Favre

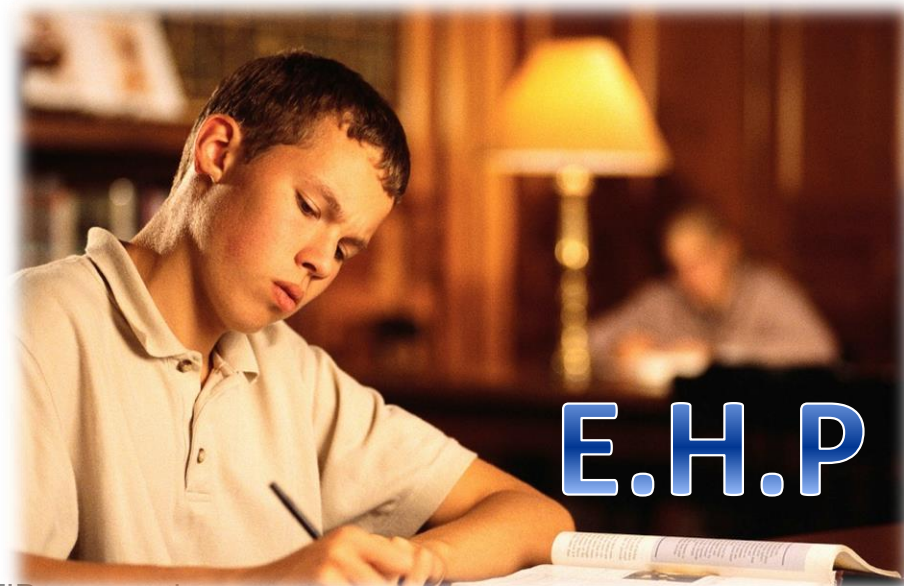
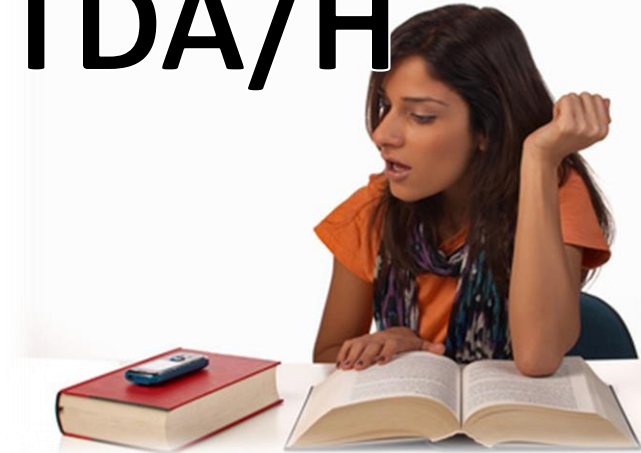
Motivation et réussite scolaire

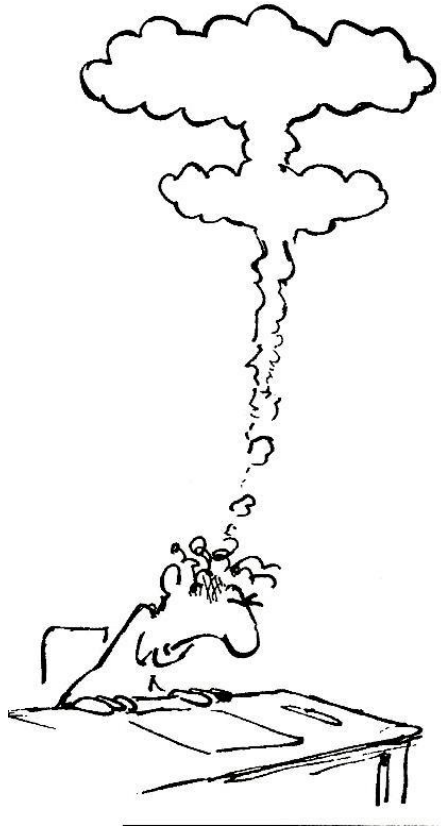
A.Lieury

# Méthodo et ados mes expériences professionnelles...



**TDA/H**

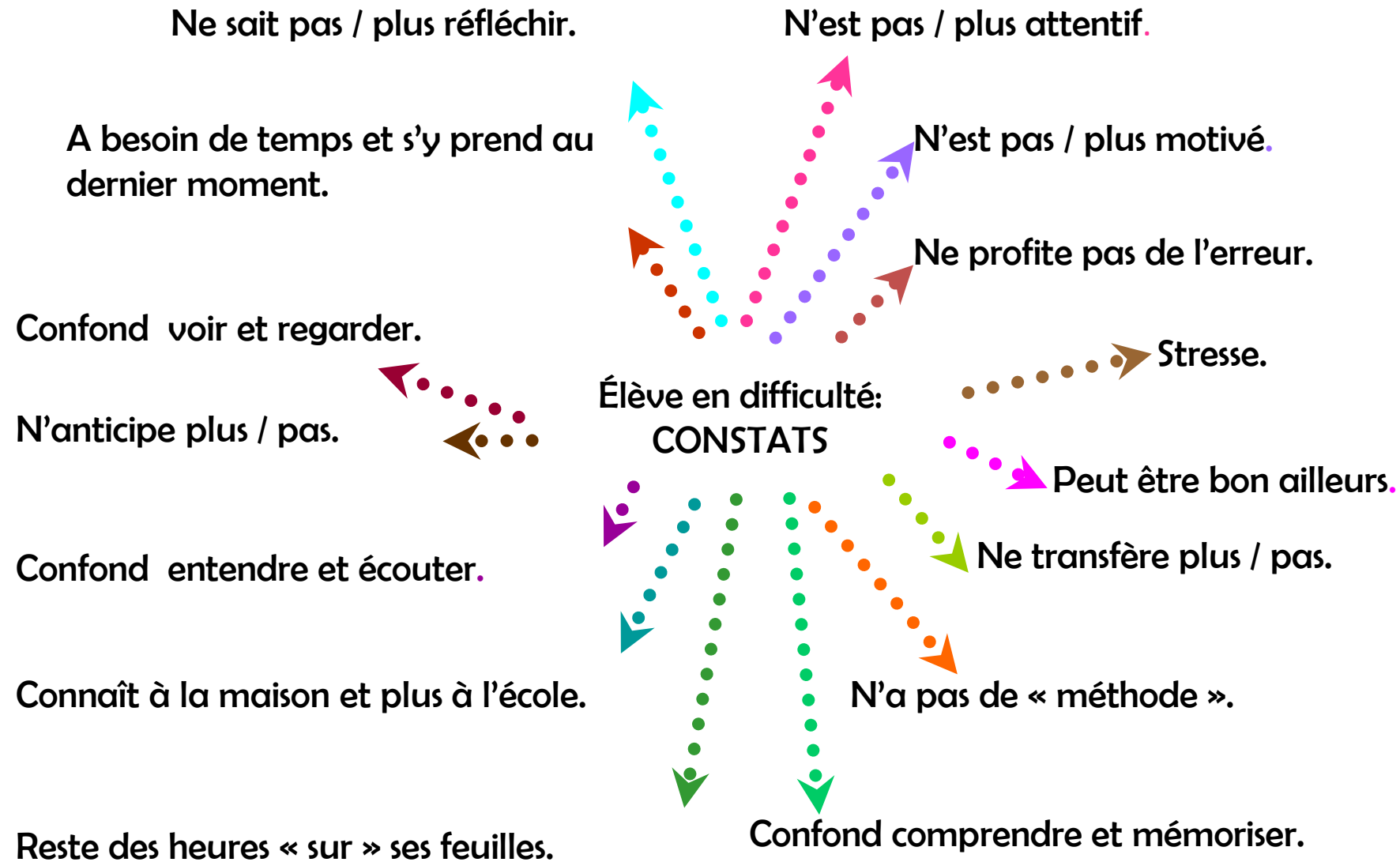




# 1. Vos questionnements...et constats

---





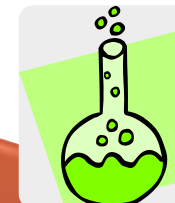
# Les jeunes actuels sont-ils différents ?



Ceinture sécurité qui limitent les mouvements



-- D'aliments naturels



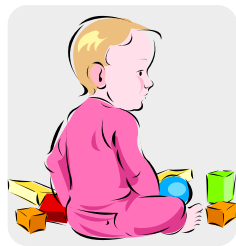
++ De médicaments



-- De stimulations motrices basales



++ expositions aux drogues et médicaments

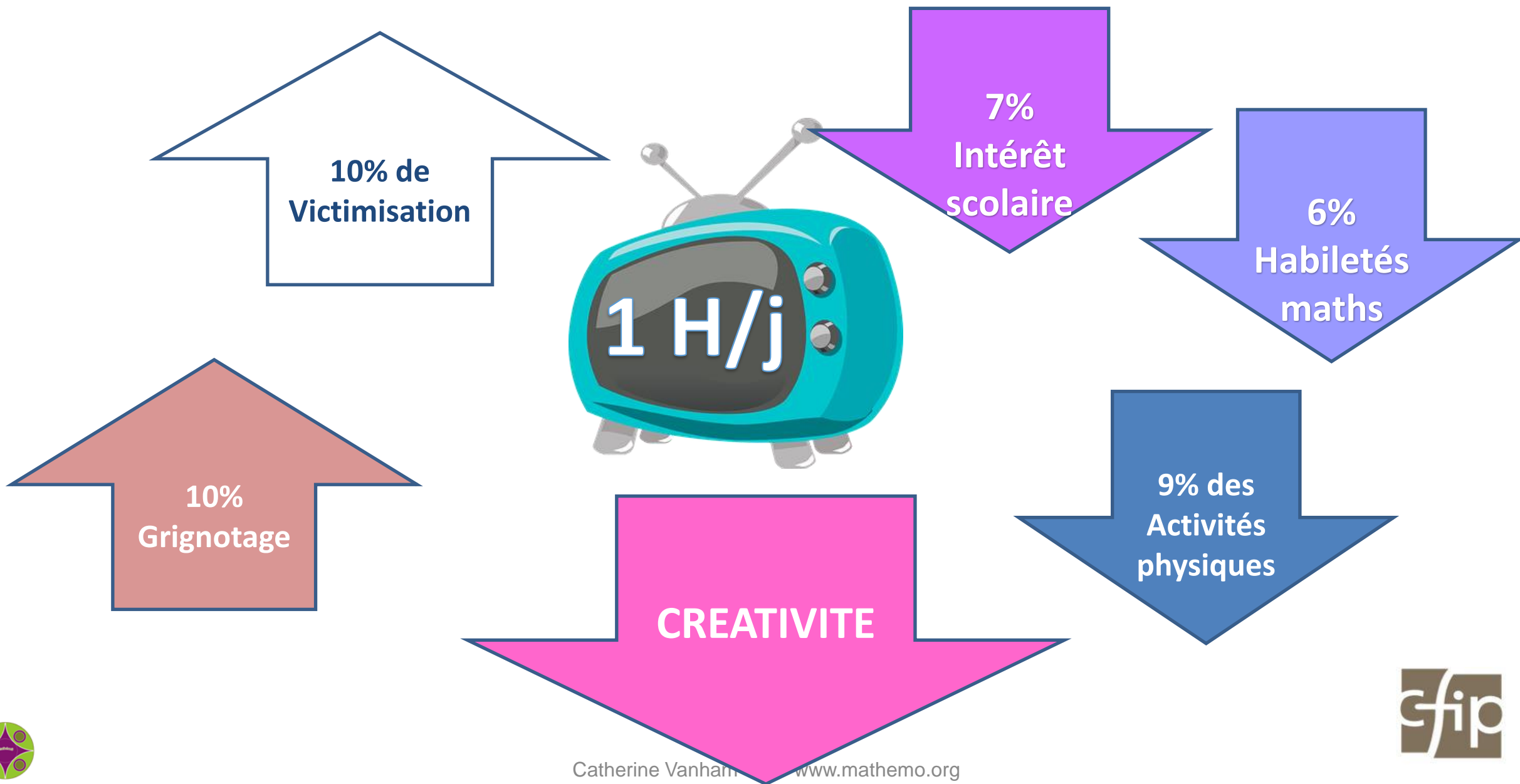


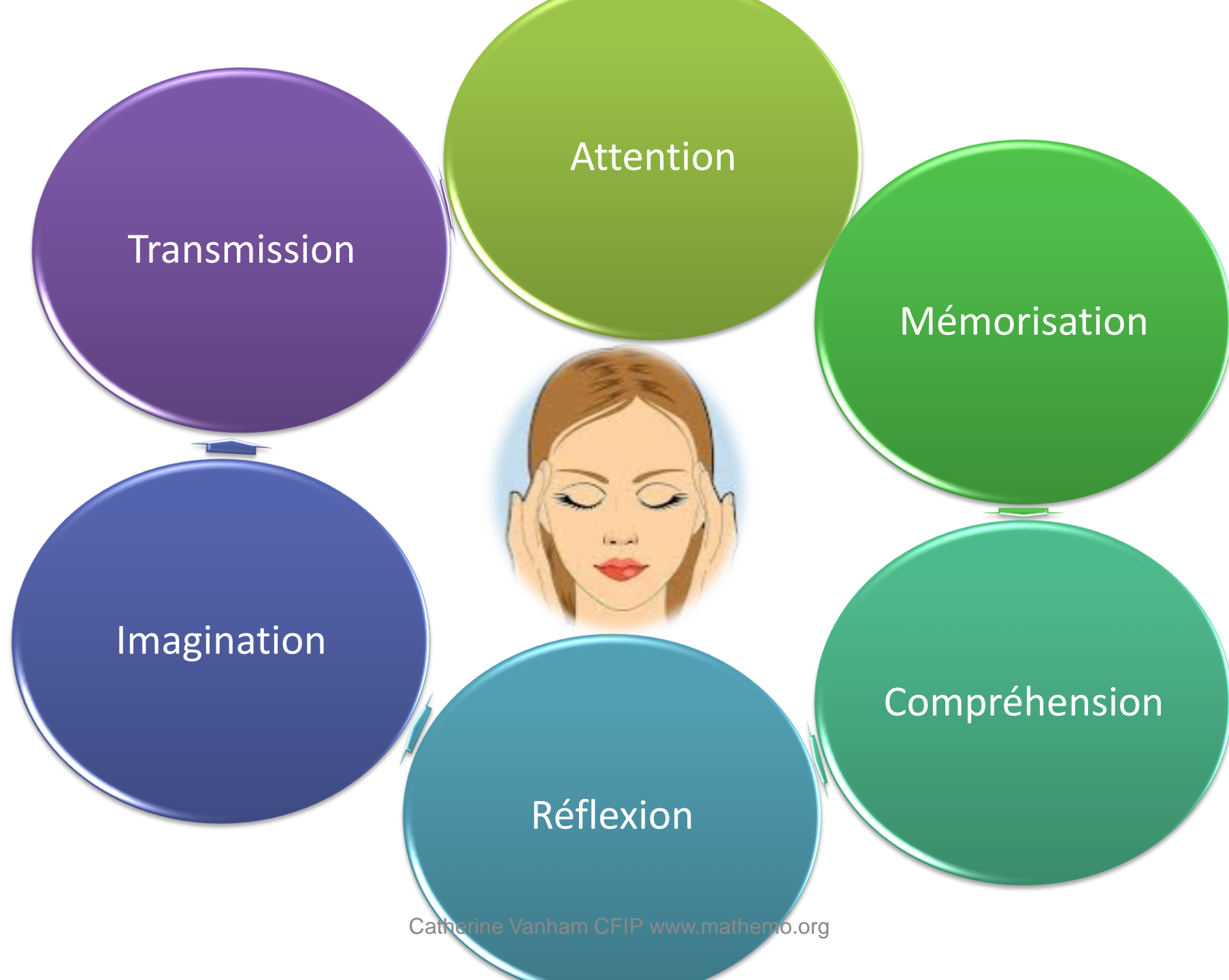
++ Familles monoparentales (ressources limitées)

++ Ecoute passive des médias, -- Echanges actifs



# Etude de Pagani et all. Québec 2010







Vous allez voir une liste de « lois » des apprentissages, classez-les selon ces 3 colonnes:



Ce qui me  
semble  
nouveau



J'adhère à fond  
/  
ça me donne  
des idées



Je n'adhère pas  
/  
Je ne  
comprends pas

## 2.

### Principes d'apprentissage (selon Creating Passionate Users)

**Motivation** : les émotions l'emportent sur la raison

L'apprentissage est un phénomène de **co-construction** entre le sujet et l'objet

L'**explication de la pertinence** d'une activité donne un sens aux apprentissages

Les **supports visuels** facilitent le traitement de l'information par le cerveau

Le **réinvestissement** des apprentissages accroît la compréhension et la mémorisation

La **diversité et l'étonnement** maintiennent l'attention de l'élève

Le **mode conversationnel** est préférable au mode formel

L'expérimentation et l'**essai-erreur** sont sources d'apprentissage

Les **stratégies de scénarisation** utilisées en cinéma et littérature maintiennent l'intérêt

La **schématisation** réduit la surcharge cognitive

Le **stress** fait obstacle aux apprentissages

La **séduction**, le **charme** et le **mystère** favorisent la curiosité

Un **modèle en spirale** (le prochain niveau) maintient l'intérêt des élèves

Les élèves ont besoin de **temps de réflexion**

La **concision** réduit la surcharge cognitive (focaliser sur l'essentiel)

L'**émotivité** affecte les apprentissages

Le **plaisir** est un facteur important de l'engagement des élèves

Les **histoires** monopolisent l'attention et facilitent la mémorisation

La variété dans le **rythme d'apprentissage** et l'activation du cerveau favorisent l'apprentissage

L'élève (et non l'enseignant) est la **finalité** de l'enseignement

**Pas de connaissance  
sans évocations**

**Pas d'évocations  
sans projets**

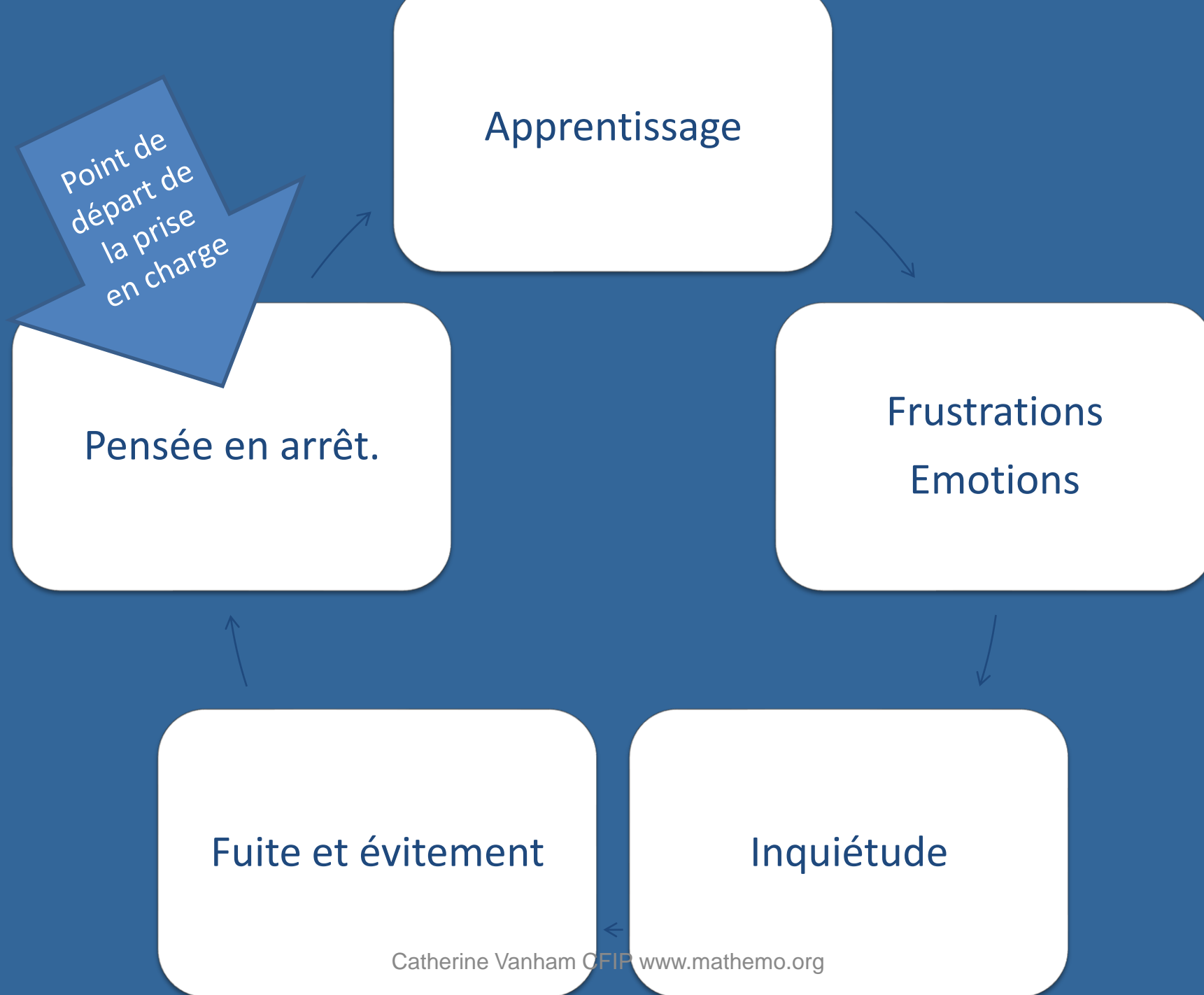
**Pas de projets  
sans intuition de sens**

**Pas d'intuition  
sans motivation...**

**« L'empêchement de penser est responsable de  
l'échec scolaire bien avant le manque de  
compétences »  
S.Boimare.**

**« Tant qu'on est replié en défense...On n'a pas  
le ballon »**





# MOTIVATION SCOLAIRE:

# Définition sociocognitive de Viau:

La motivation en contexte scolaire est un état dynamique qui a ses origines dans les perceptions qu'un élève a de lui-même et de son environnement et qui l'incite à choisir une activité, à s'y engager et à persévérer dans son accomplissement afin d'atteindre un but.



# Énigme ( D. Favre)

Le patron d'un relais gastronomique réputé fait l'inventaire de ses réserves.

Il compare quatre produits stockés en quantité identique au début de l'année:

Des pots de foie gras, des terrines de saumon, des bocaux de craterellus cornucopioides et des flacons de griottines.

Il constate qu'un tiers du nombre total de ces produits a été consommé. Sachant qu'il reste autant de foie gras que de terrines de saumon en moins, sachant qu'il reste deux bocaux de craterellus cornucopioides sur trois, à combien évaluez-vous le nombre de flacons de griottines manquants.



# Comment vous sentez-vous face à la difficulté de l'énigme?

- Elle vous agace?
- Vous vous sentez frustré?
- Vous vous sentez déçu?
- Vous m'en voulez ? ( très fort?)
- Vous vous sentez excité et motivé par la résolution?

auteure C.Vanham

La capacité d'attention en classe est directement liée à la motivation et au sentiment d'efficacité personnelle ainsi qu'à la possibilité d'entrevoir la réussite comme étant possible.

(Daniel Favre)

# Face à l'erreur ou l'incertitude... pas tous égaux



Stratégies  
de réussite



Stratégies  
d'évitement



Règles claires

Etapes

risques

On ne m'évalue pas ds le doute

Utilité et plaisir

Solve  $k = \frac{1 + \sin x}{n}$ .

$$k = \frac{1 + \sin x}{n}$$

$$= 1 + \sin x$$

$$= 1 + 6$$

$$= 7 \neq$$

*Stupid*

Experts

Rassuré  
Relation de qualité

On anticipe ma réussite  
Z.P.D

Feedback erreurs et analyse

Des choix à défaut du choix

Verbaliser Traduire

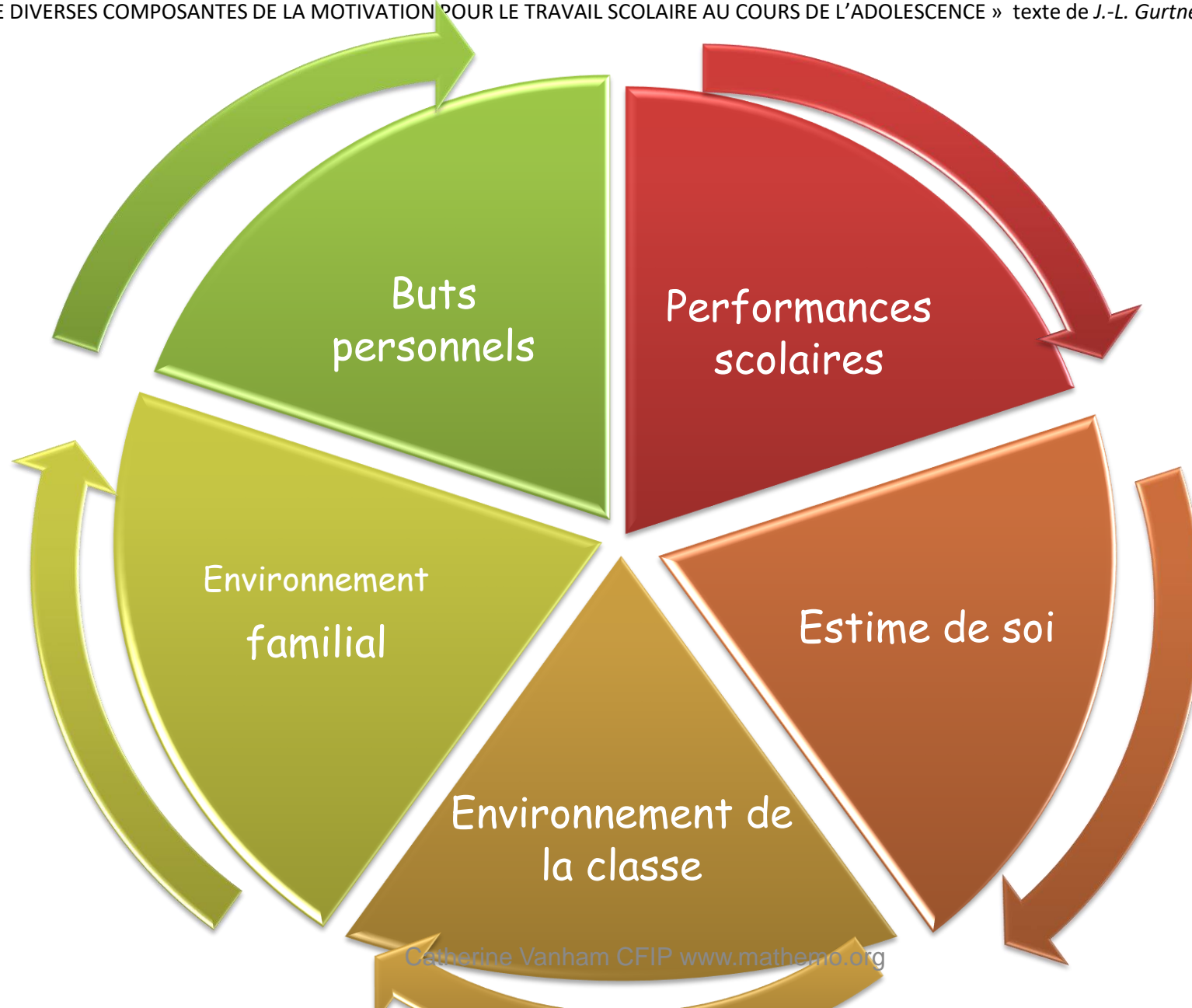
On m'explique les implicites





# Variables liées à la motivation

sources: « EVOLUTION DE DIVERSES COMPOSANTES DE LA MOTIVATION POUR LE TRAVAIL SCOLAIRE AU COURS DE L'ADOLESCENCE » texte de J.-L. Gurtner, A. Gorga, I. Monnard & L. Ntamakiliro



Catherine Vanham CFIP [www.mathemo.org](http://www.mathemo.org)



## Tardif 1980 (psychologue cognitiviste)

Fait partie du système cogn.

Se construit  
Sur réussites et échecs

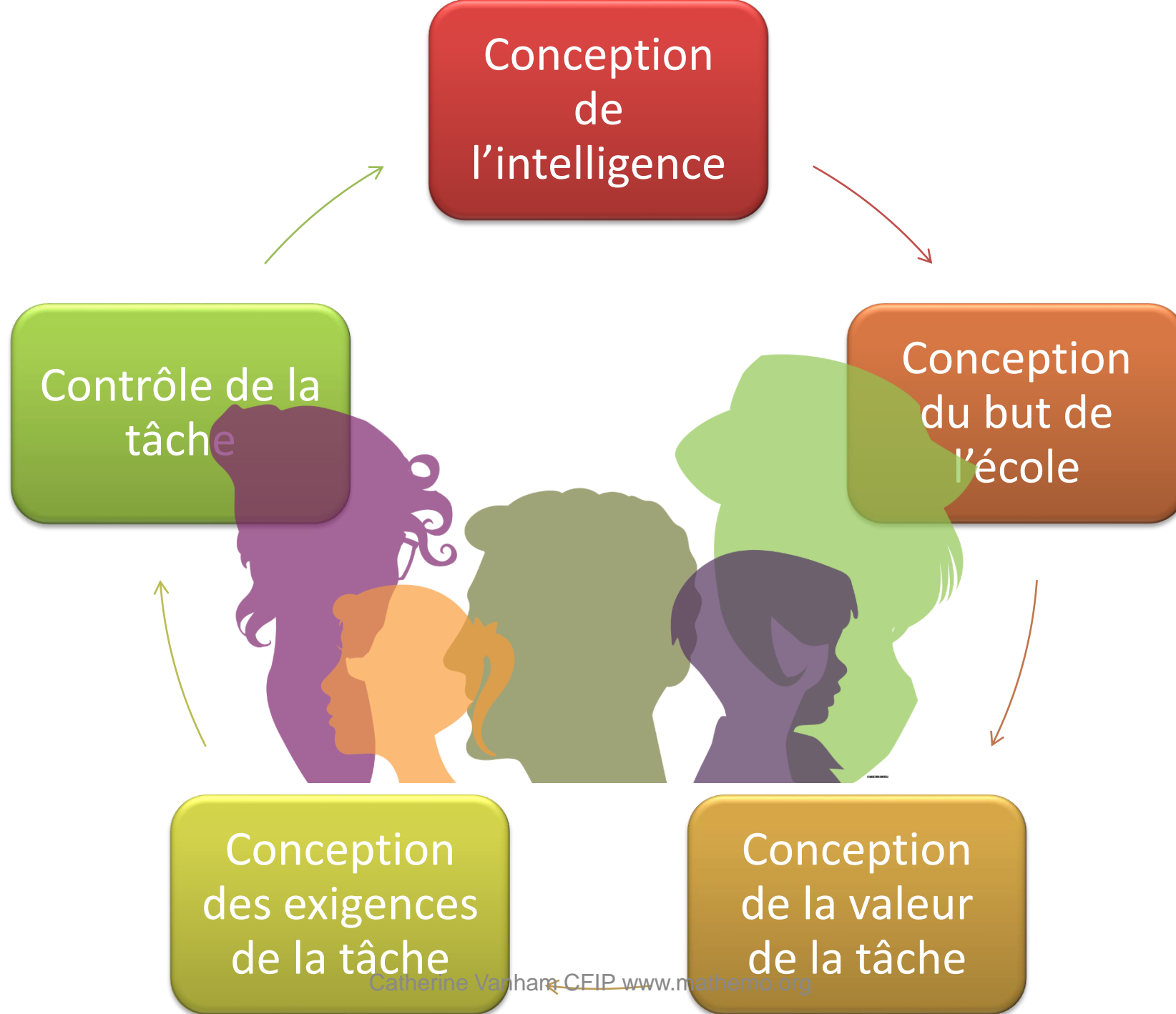
S'apprend par stratégies explicites

S'appauvrit sous la menace

Se renforce par estime de soi

S'enrichit par métacognition

# Tardif



**ANTOINE DE LA GARANDERIE ( 1920-2010)**

**PHILOSOPHE HUMANISTE ET COGNITIVISTE**

# Plaisir d'...

Plaisir d'état

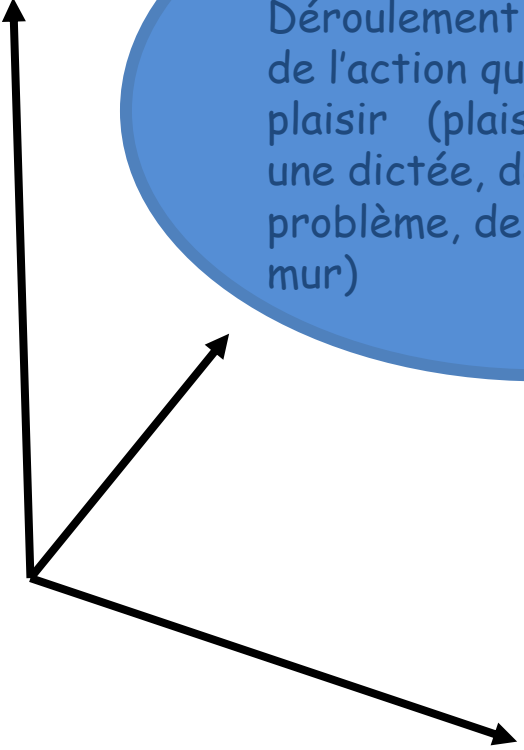
Plaisir d'action

Plaisir d'acte

**Plaisir d'état**  
Procuré par une situation physique et/ou psychique.

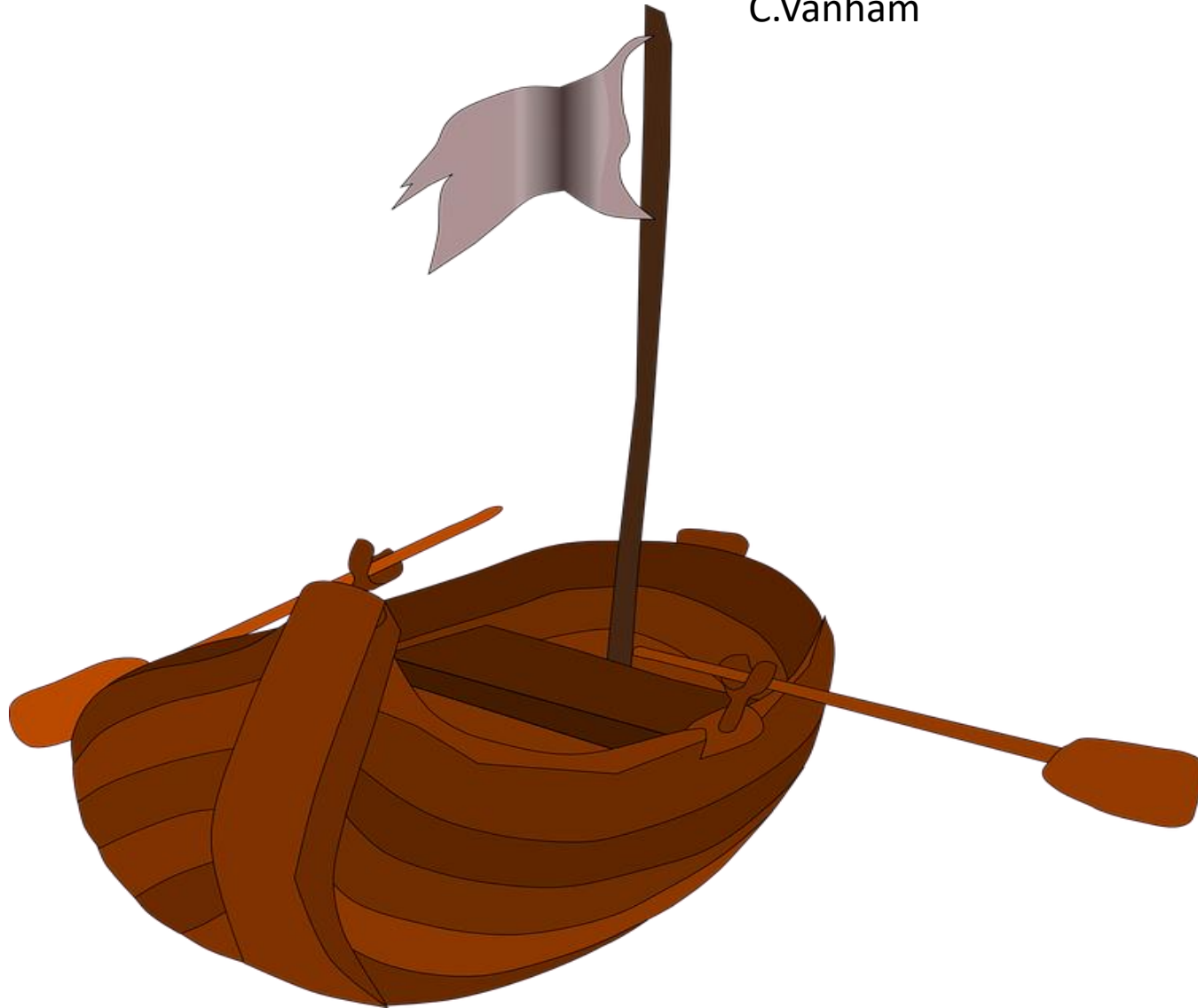
**Plaisir d'action**  
Déroulement harmonieux de l'action qui la colore de plaisir (plaisir de réussir une dictée, de résoudre un problème, de sauter un mur)

**Plaisir d'Acte**  
Se trouve au cœur même de l'acte de connaissance.  
Plaisir d'être au monde et à soi. Plaisir de l'intuition du sens, plaisir du sens lui-même.  
Plaisir de (se) connaître qui amène le savoir et non l'inverse.  
C'est en empruntant ses propres voies visuelles, auditives, verbales...) que le cerveau peut arriver au plaisir d'acte, au sens.



# Métaphore de la barque ( participation) .

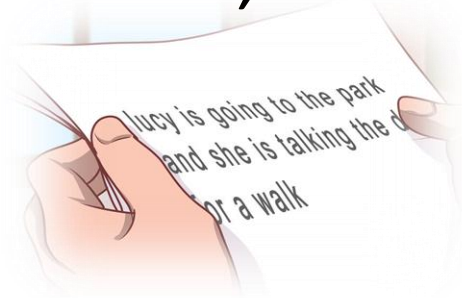
C.Vanham





# Fiche de motivation ( source Tardif- psychologie cognitive)

1 Ma cible, mon objectif



2 Critères d'atteinte de la cible



3 Les obstacles à prévoir



4 Les aides à prévoir



5 les étapes à prévoir



6. Mes décisions après analyse E/R



# Théories actuelles: D.Favre

- Emotion et cognition ne peuvent être séparées.
- La métacognition nourrit la motivation.
- 3 systèmes de motivation
- Le rôle des lobes frontaux
- Rôle de l'erreur,
- Mettre le jeune en référence interne,
- Entraîner à l'empathie

L'état émotionnel interfère en permanence dans le traitement des informations ( D.FAVRE)

# Zoom sur les 3 systèmes de motivation



Sécurisation



Innovation



Addiction





# Sécurisation

Plaisir des situations connues

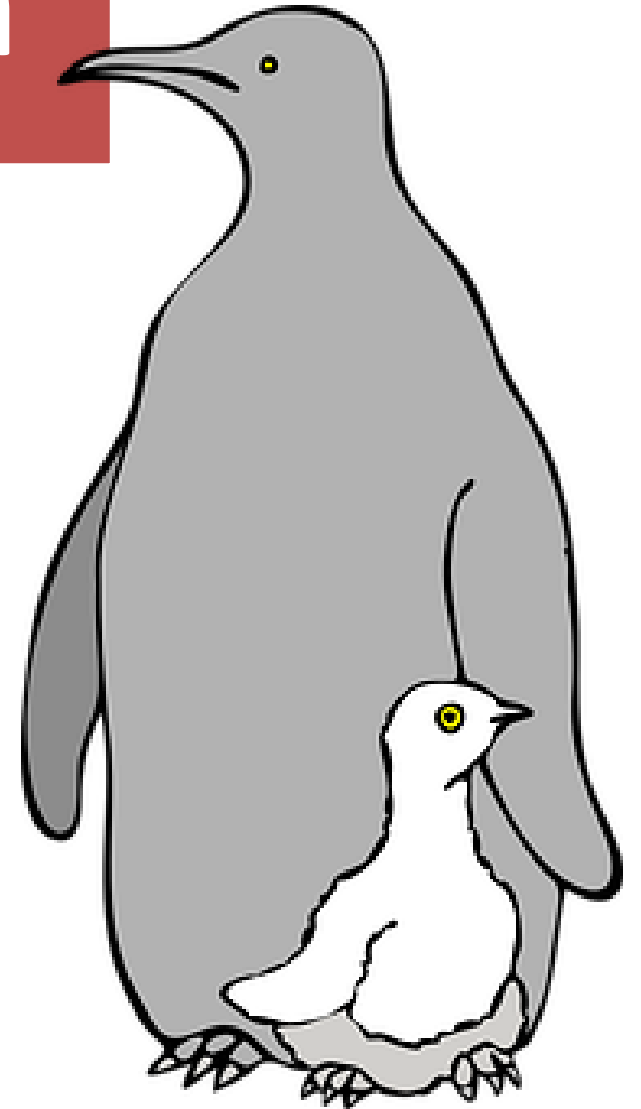
Recevoir affection et reconnaissance

Être accepté et valorisé

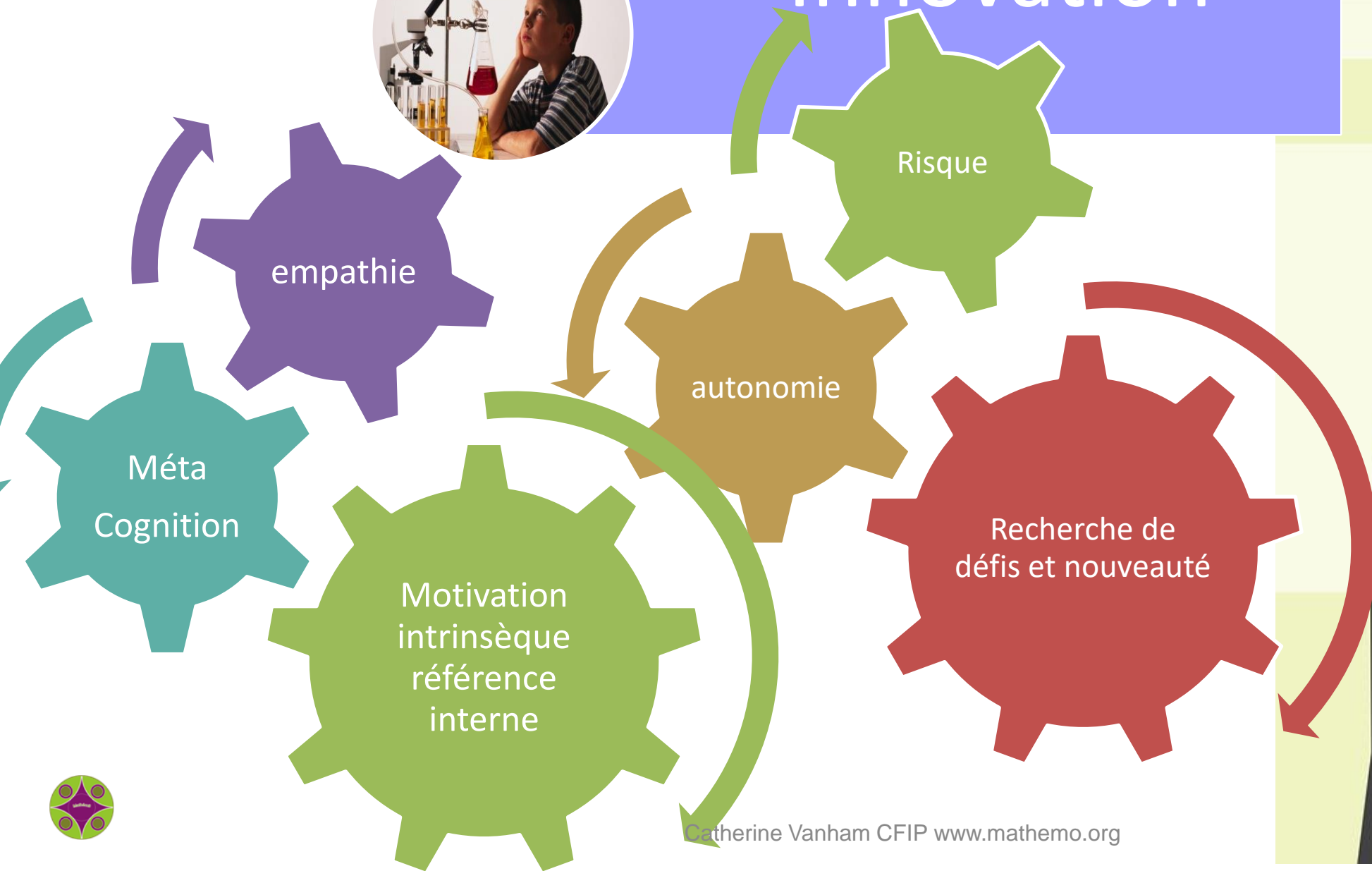
Réaliser des tâches maîtrisées

Cadre bien réglé

Motivation intrinsèque mais référence externe



# Innovation



Être dépendant



# Addiction

Secrétion d'endorphines

Dispensé à vie  
de ...

Lié aux  
injonctions  
hypnotiques

Recherche  
d'endorphines  
+++

Besoin de  
contrôle et de  
violence

Exagération  
entre l'émotion  
et le contexte

Besoin de  
diminuer  
l'autre

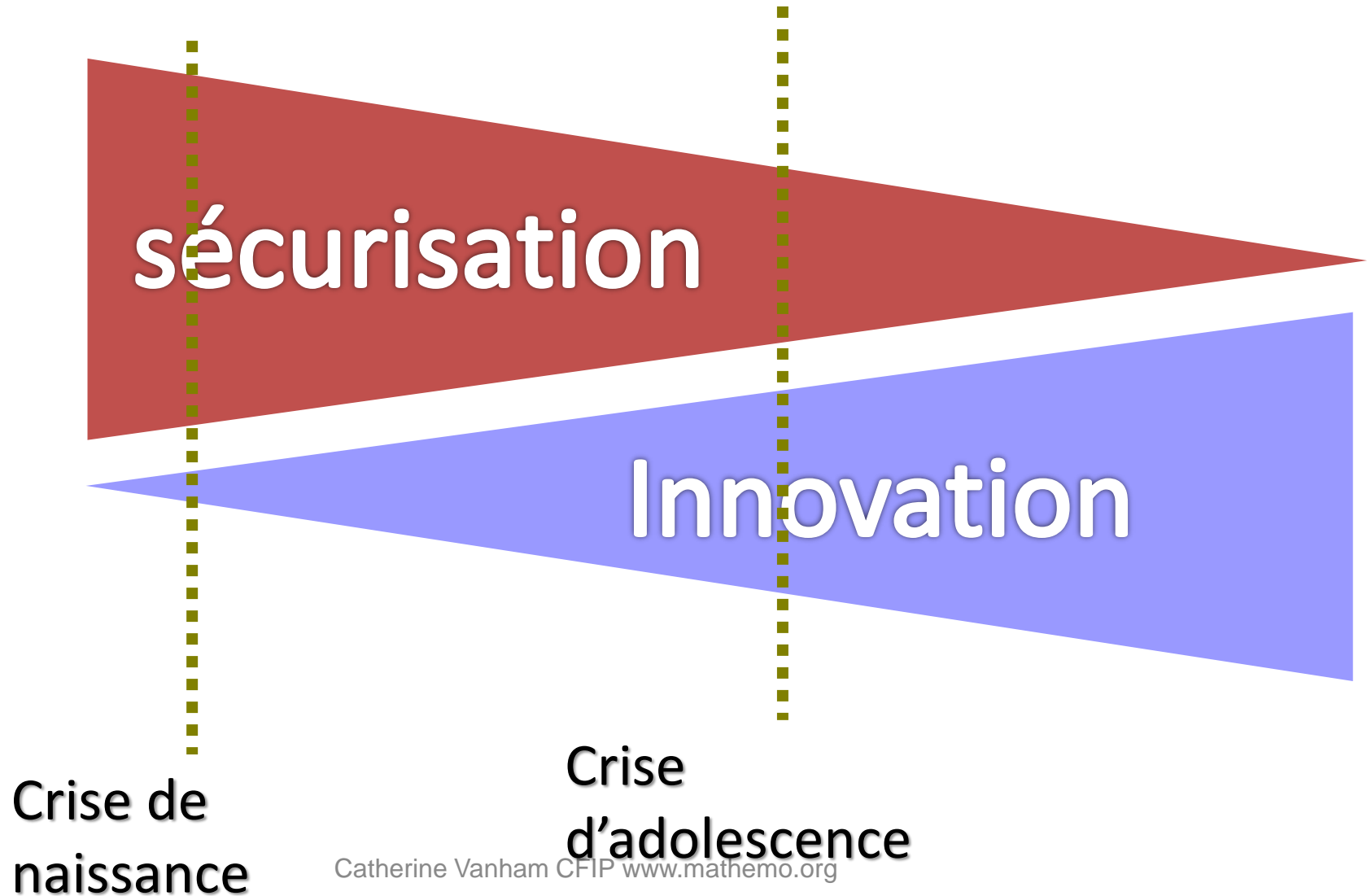




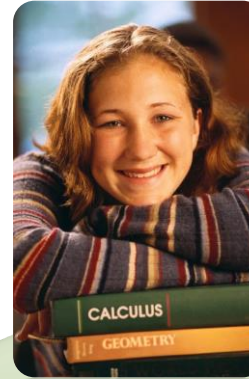




# relais des motivations réussi, Crise d'adolescence « réussie »



Source : D.Favre « Cessons de démotiver les élèves »



**Motivation externe**

**Motivation de sécurisation:**

Règles, réussir une tâche, être accepté, reconnu,

**STABILITE et CONNU**

**Motivation d'innovation:**

Autonomie, défi, créativité, ...satisfaction non immédiate mais très valorisante.

**ACCEPTATION DU DESEQUILIBRE et de L'INCONNU**

**Motivation d'Addiction:**

Répétition d'actes qui diminuent l'autonomie et le développement.

« Je suis nul en... » → personne ne peut attendre quoi que ce soit de moi..

**RITUELS ET EXAGERATIONS**





mental le plus  
atteint est  
celui de la  
réflexion...

MAIS EN AMONT DE CE GESTE?  
N'Y A-T-IL PAS TOUS LES  
AUTRES?



# Implicites scolaires: cause d'échecs et de démotivation

Être attentif

Revoir

Etudier

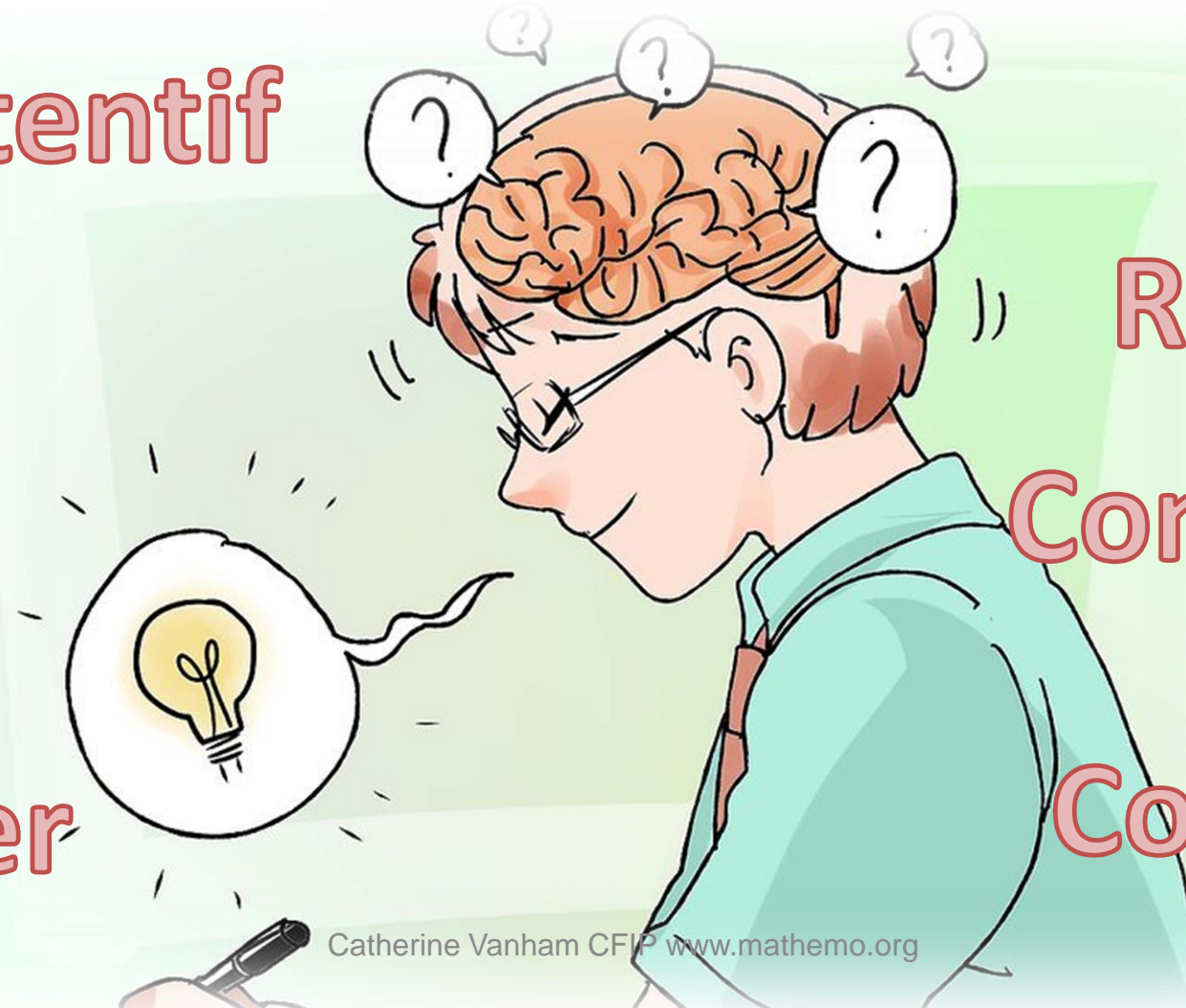
Réfléchir

Relire

Comprendre

Mémoriser

Connaître

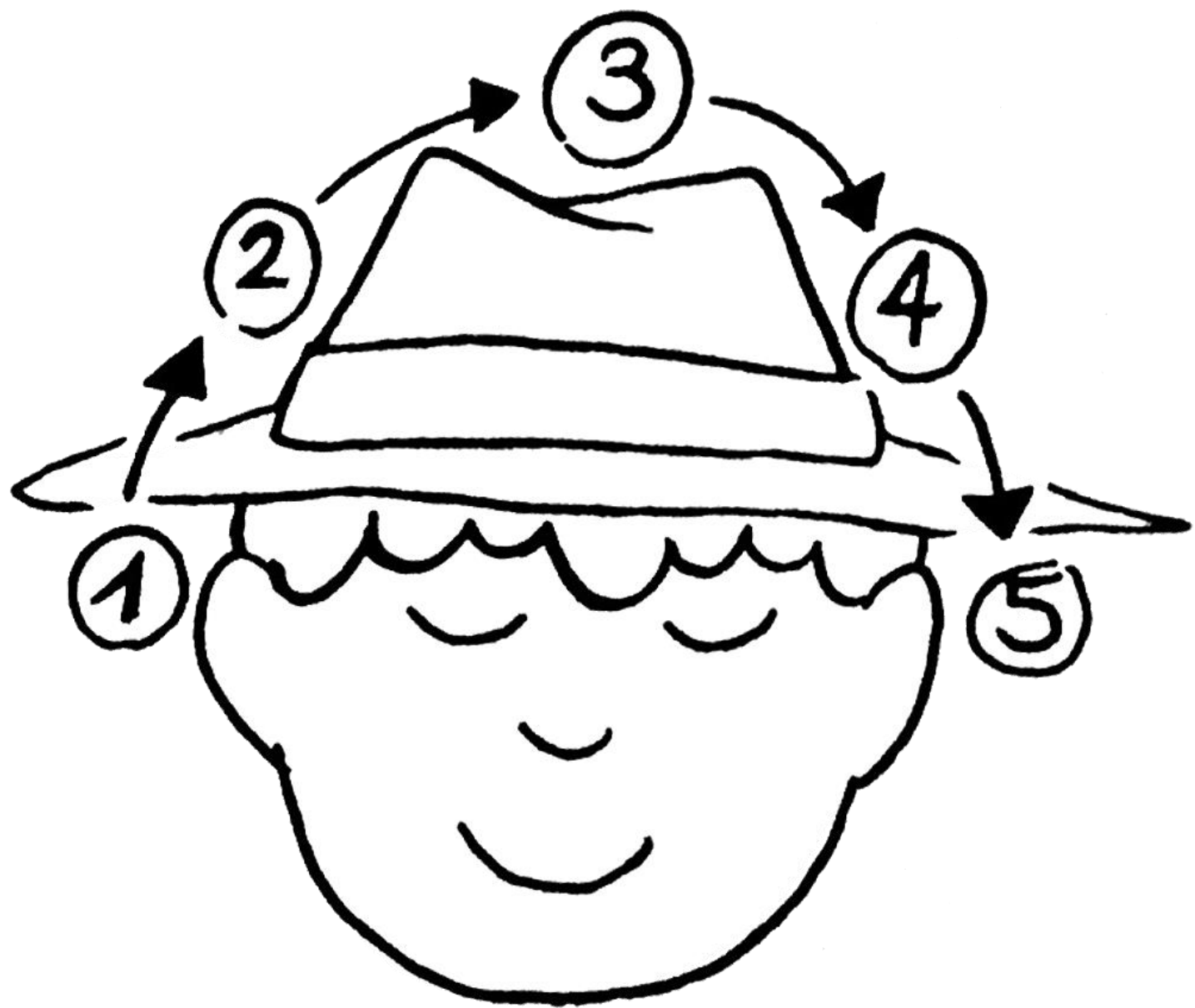




# Principe P-P-E-R



Le chapeau de pensée





# Connaître et reconnaître



Connaissez-vous le logo « coca-cola »

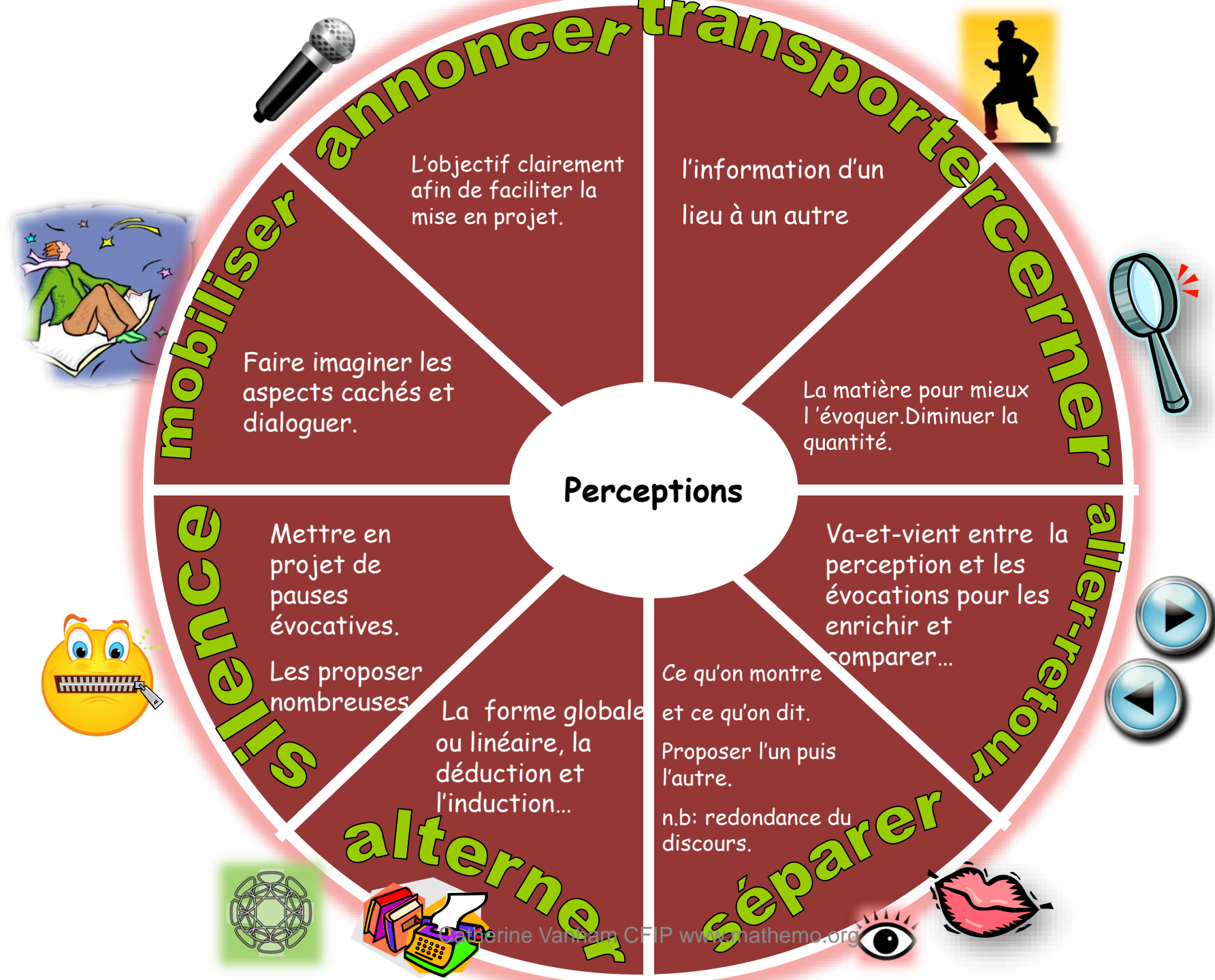
Pourriez-vous le redessiner à l'identique?





La pause évocative:

Mise en situation et  
réflexion





Toute perception non évoquée  
ne SERT à RIEN !





# Mise en projet



**Je mets en projet de...pour...**

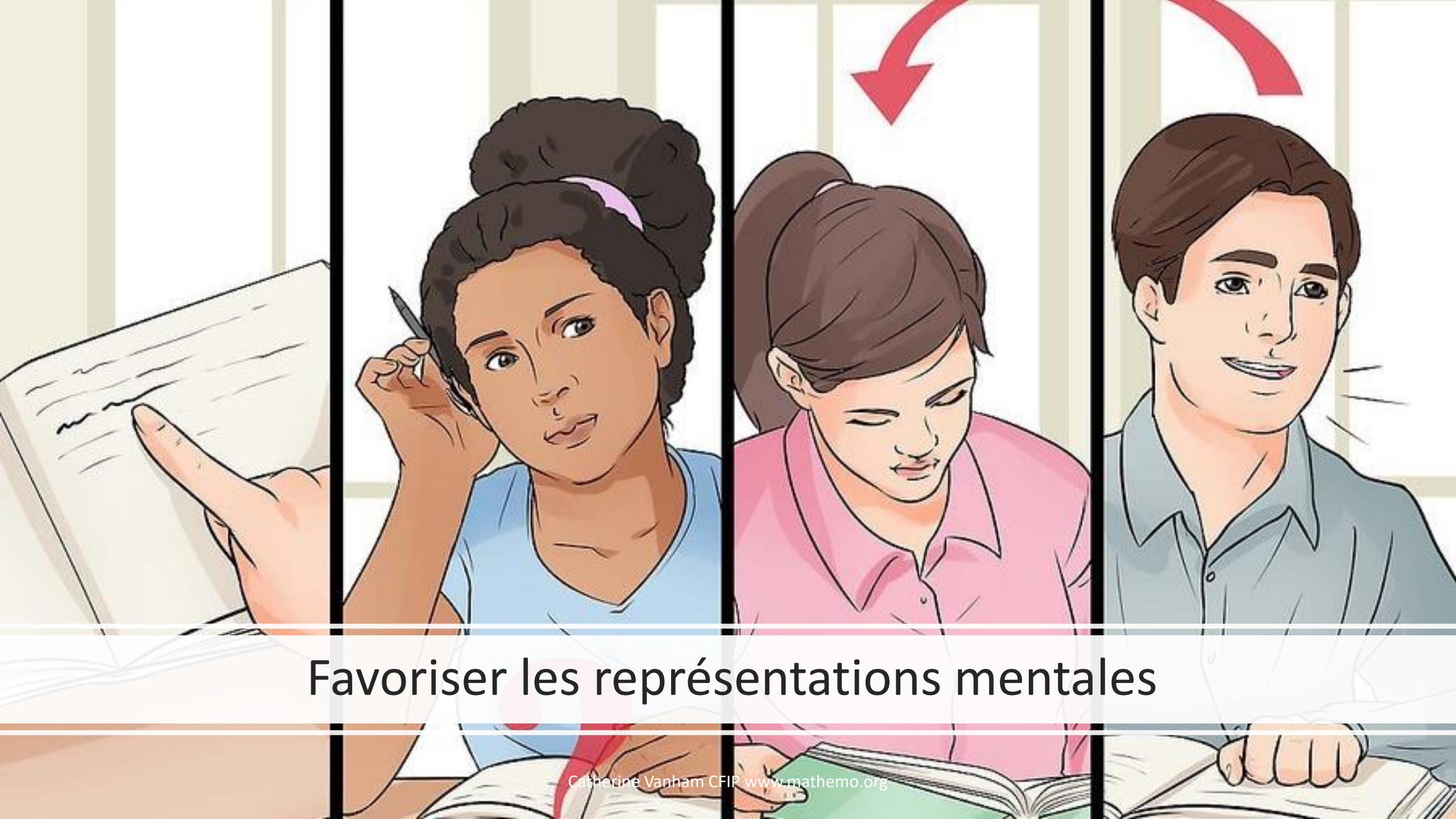




**Projet de réussite?**



**Types d'évocations?**



## Favoriser les représentations mentales

# Je pratique la metacognition En amenant à la conscience



Les besoins perceptifs

Les besoins évocatifs





# BESOINS PERCEPTIFS

Mouvements  
ou rythme

Ecrire pour  
voir

Ecrire pour  
re-sentir

Ecrire pour  
se parler

Voir

Entendre

Agir

Finalité

Redire

Exemples

Dessiner

...

(se)  
revoir en  
photos

(se)  
revoir en  
film

Retour sur  
l'erreur

Se redire

Ré-  
entendre

Re-sentir

Séquences  
Temporalité

Globalité  
Espace

Autres...

# Besoins Evocatifs



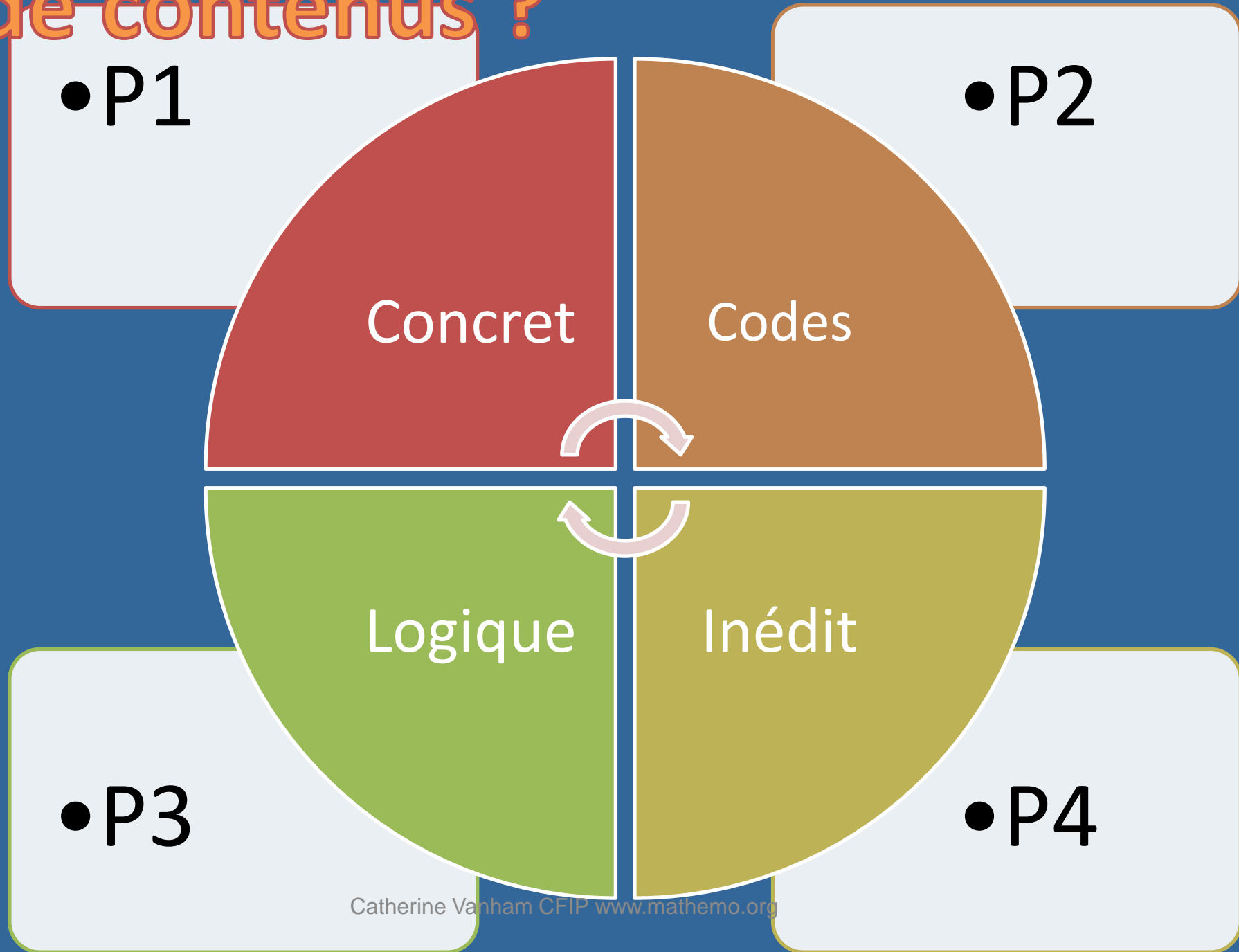
# Mises en situation

- Séparer les perceptions
- Evocation « promenade »





# Types de contenus ?



Quels  
contenus  
de  
pensée??





# Dialoguer-Expliciter



Avec l'élève

En groupe



Rappel:



**J'explicité ce qui est attendu** 



# Passage obligé

AVOIR DES CONNAISSANCES  
PRÉALABLES CONSÉQUENTES  
ET MAÎTRISÉES, MÉMORISÉES  
ET BASÉES SUR DES  
ENTRAÎNEMENTS SUR SOI ET  
AVEC SES PROCHES...



Catherine VANHAM [www.mathemo.org](http://www.mathemo.org)

Image de Henri Defresne dans « Mener le D.P en gestion mentale » de H.Delvaux, Anne Moinet et Pierre-Paul Delvaux



Pourquoi j'apprends

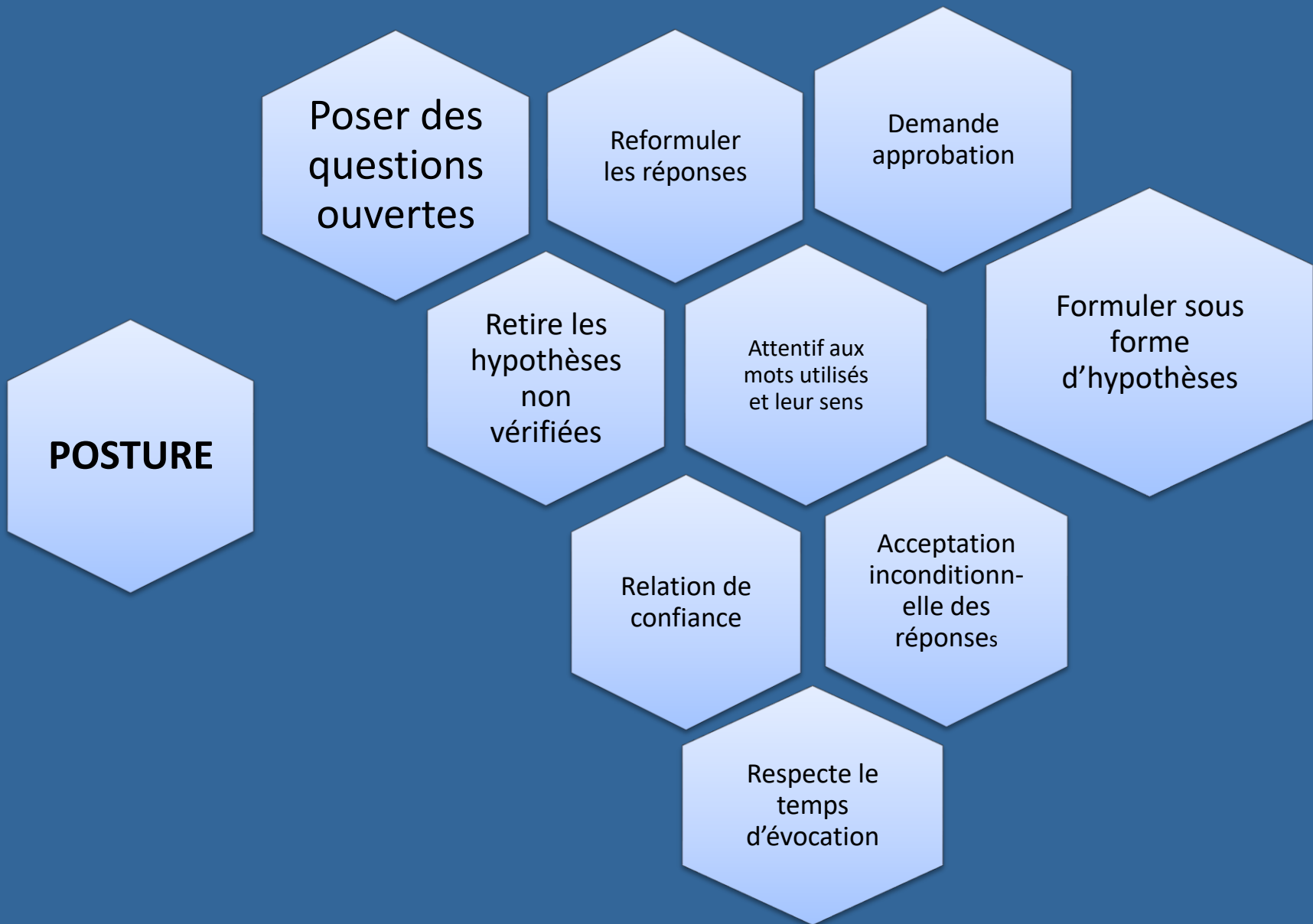
LE TRIANGLE  
DU PROJET



Comment j'apprends

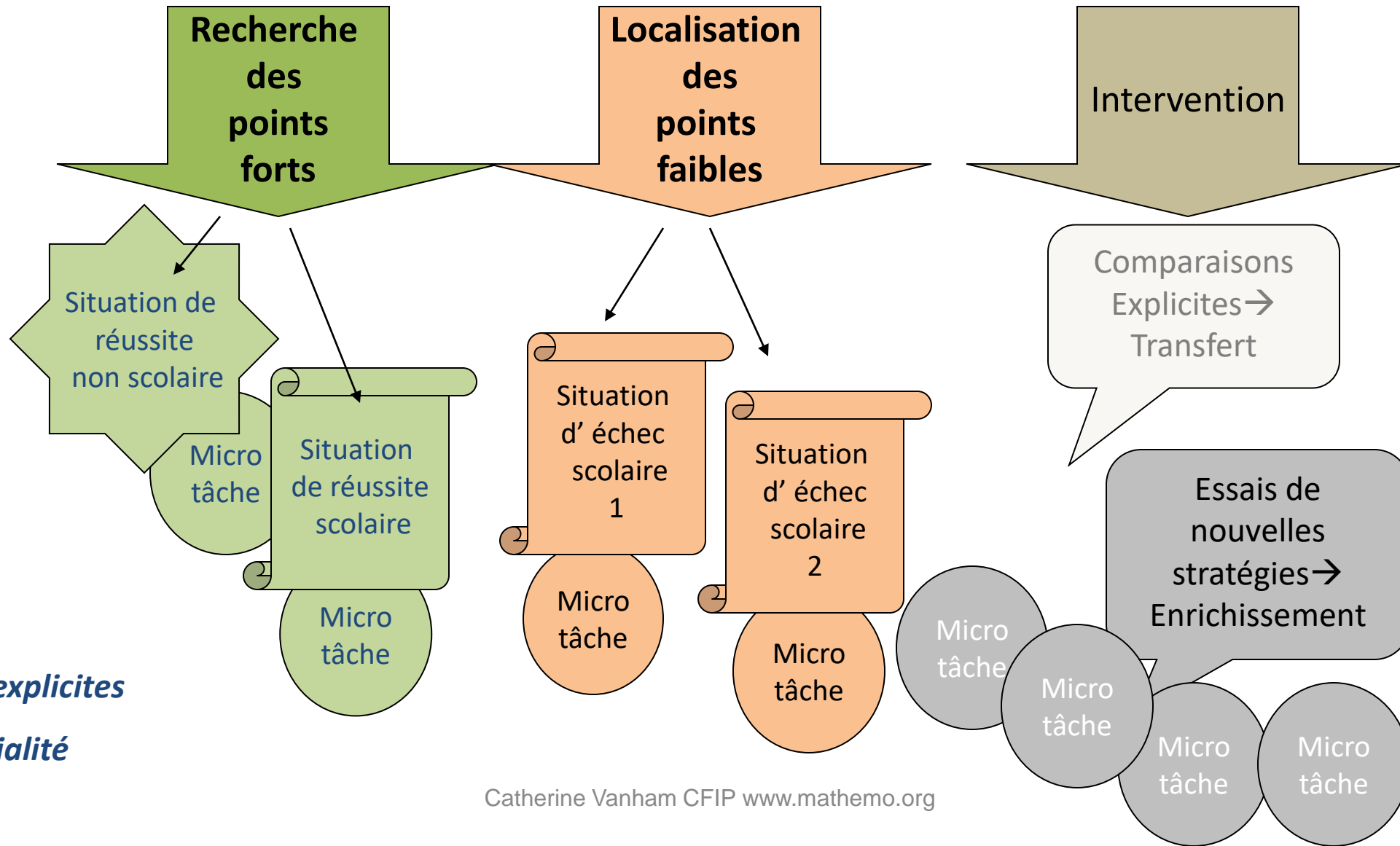
MOI qui apprend

Motivation



# Dialogue cognitif en Gestion mentale

## Modèle d'Yves Lecoq



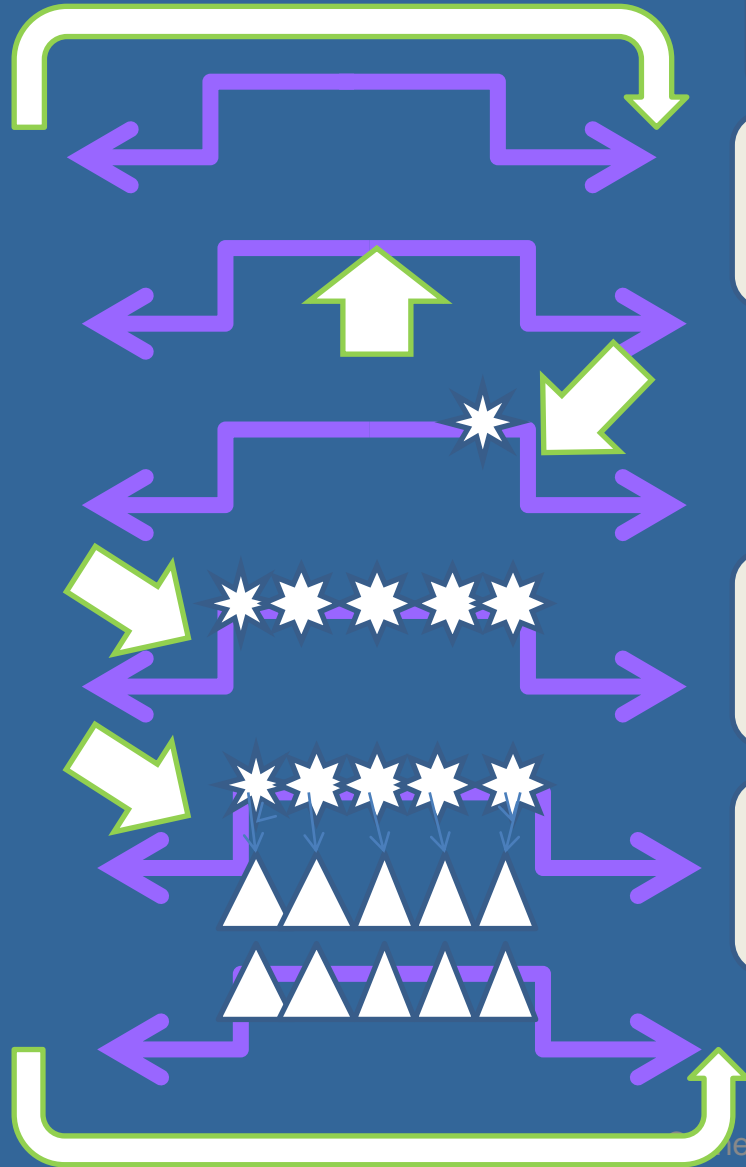
**Contrat:**

**\*sécurité**

**\*Objectifs explicites**

**\*Confidentialité**

# Modèle de Michèle Verneyre



Mise en projet, synchronisation.  
« Qu'as-tu envie d'améliorer? »

Recherche de positif.  
« Que réussis-tu bien dans tes loisirs? »

Retrouver l'information stockée.  
« Comment y repenses-tu? »

Dialogue pédagogique.  
« Comment l'as-tu installé mentalement? »

Transfert.  
« Si tu faisais la même chose dans le domaine à améliorer... »

Imaginaire d'avenir.  
« Peux-tu t'imaginer en train de... »

Fiche de dialogue cognitif de:-----  
Date:  
Mise en situation:

P1

P2

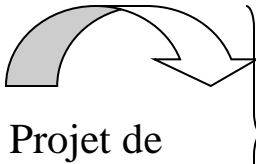
P3

P4

Besoins perceptifs :

Moyens:  Fins:

Catherine VANHAM [www.mathemo.org](http://www.mathemo.org)



Mémoriser

Comprendre

Imaginer

Autre:

1ère pers. 3ème Pers  
Applicant- Expliquant  
Composant- Opposant  
Global- séquentiel  
Recordman-compétitif  
Transformateur-Reproducteur  
Inventeur- Découvreur

Langue(s)  
évocative(s) :

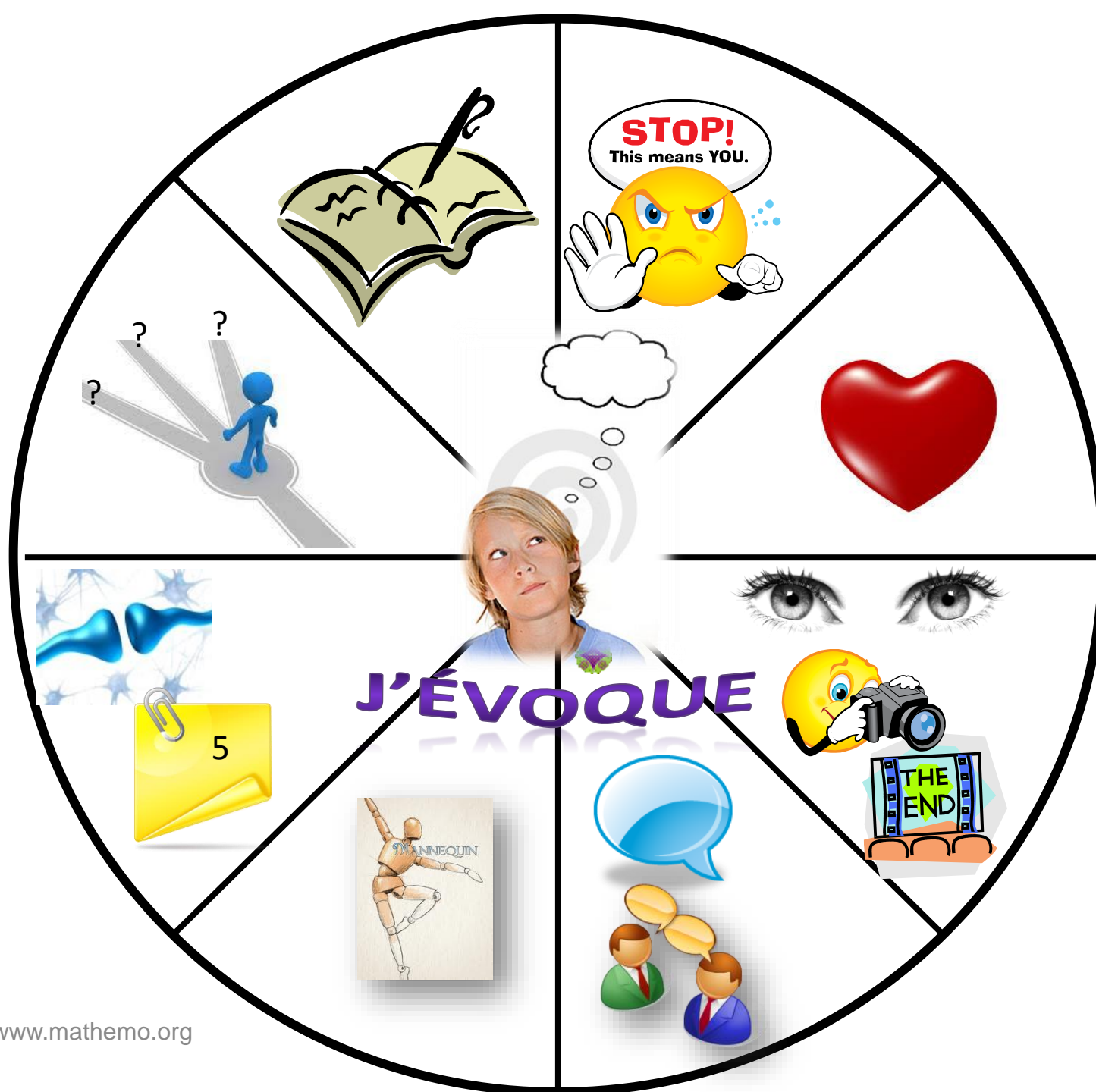
Remarques: émotions,  
motivation, ...



# Eduquer aux gestes mentaux







J'ÉVOQUE

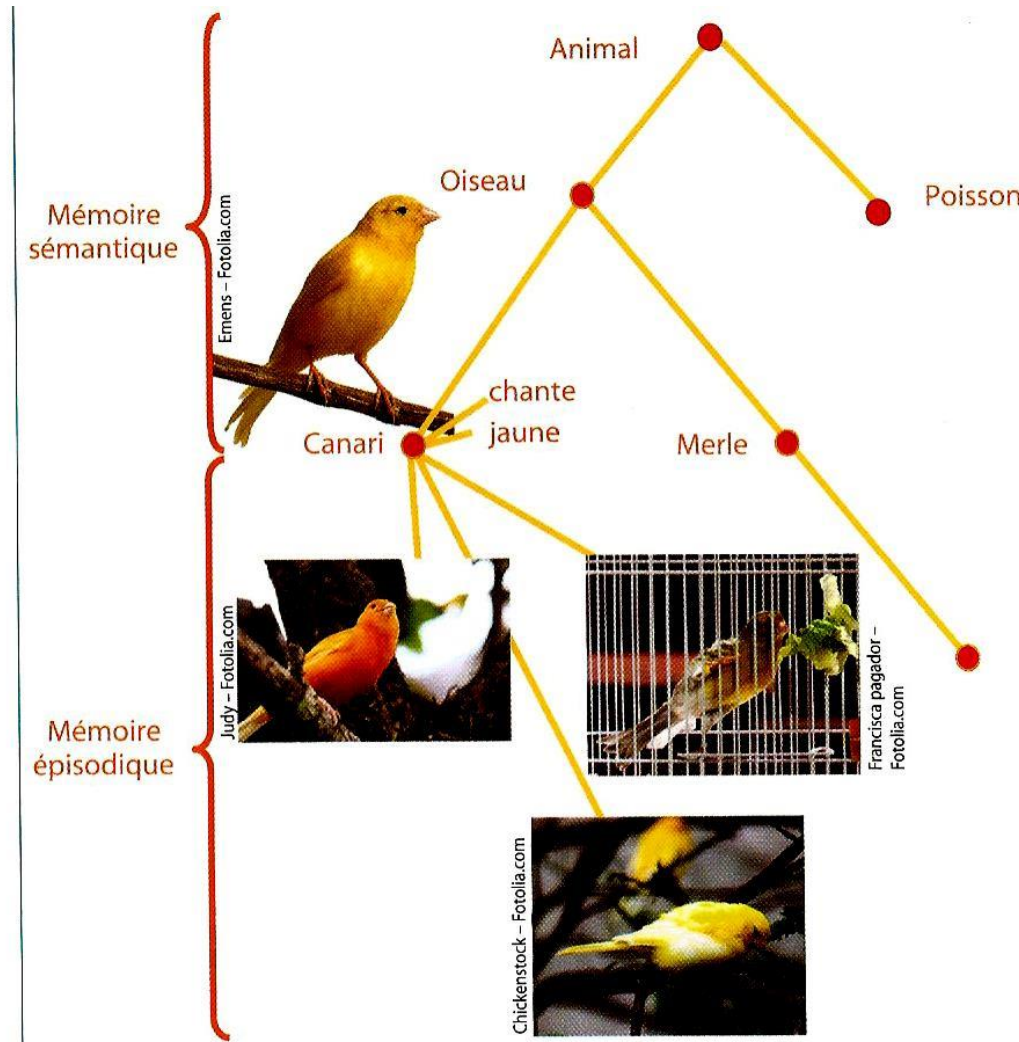
# 1. Favoriser les représentations mentales par le projet d'attention



Peu avant sept heures , il quitta le château et se rendit sur le terrain de Quidditch dans la lumière du crépuscule. C'était la première fois qu' il entra dans ce stade. Il était entouré de gradins installés en hauteur qui permettaient aux spectateurs d'être suffisamment haut placés pour ne rien perdre du spectacle. A chaque bout de terrain étaient plantés des poteaux en or surmontés de larges cercles verticaux.

Ils ressemblaient un peu à ces bâtonnets en plastique à travers desquels les enfants moldus soufflent des bulles, sauf que ces poteaux-là faisaient quinze mètres de hauteur.

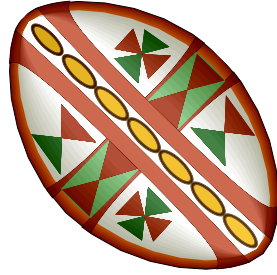
# 2. Mémoriser oui, mais comment?



# On retient mieux...



Swahili :



Tetewanga  
Wakati  
Fadhili  
Chafya  
Abiria  
Zizima

varicelle  
temps  
faveur  
éternuer  
passager  
refroidir



Hapa  
Sisi  
Muda  
Jino  
Halzeti  
Gauni

ici  
nous  
période  
dent  
huile d'olive  
robe



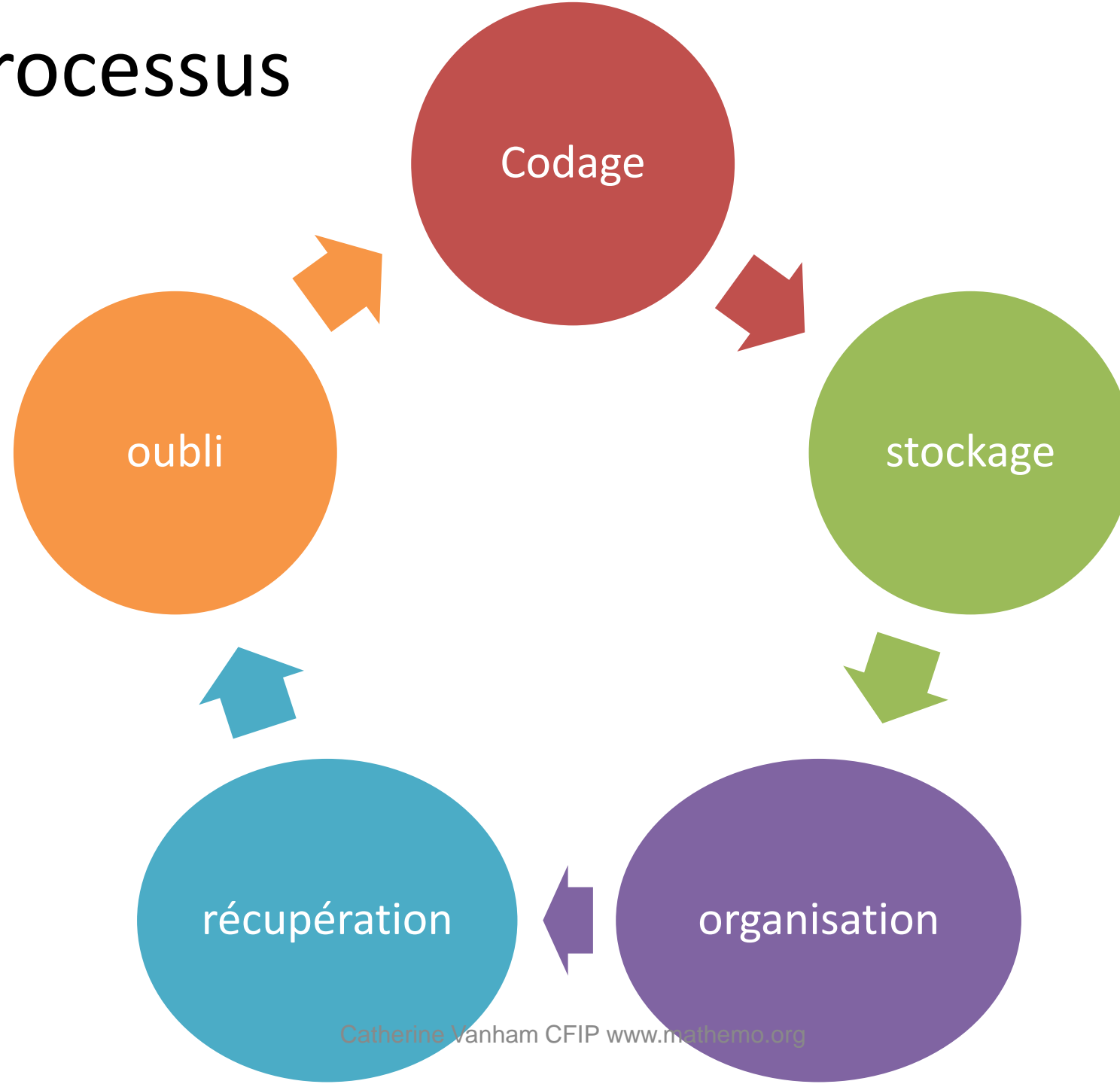


# Métaphore de l'arbre .

C.Vanham



# Processus



# Codage

1. Sensoriel: Modalités perceptives
2. Moteur: Oraliser, écrire, mouvement du pied, schématiser
3. Formel : Traduction en images mentales, évocations visuelles ou auditives/verbales , seul codage susceptible d'être mobilisé dans le futur.

# Stockage

- Affectivité.
- Moyens mnémotechniques
- Réactivations nombreuses
- Importance de l'anticipation du futur (imaginaire d'avenir)

# Organi sation

- Associations verbales par catégorisations.
- Associations visuelles par catégorisations.
- Structuration de ces catégorisations .
- Processus d'abstraction avec hiérarchisation des données du plus général au plus détaillé.

# Récupération

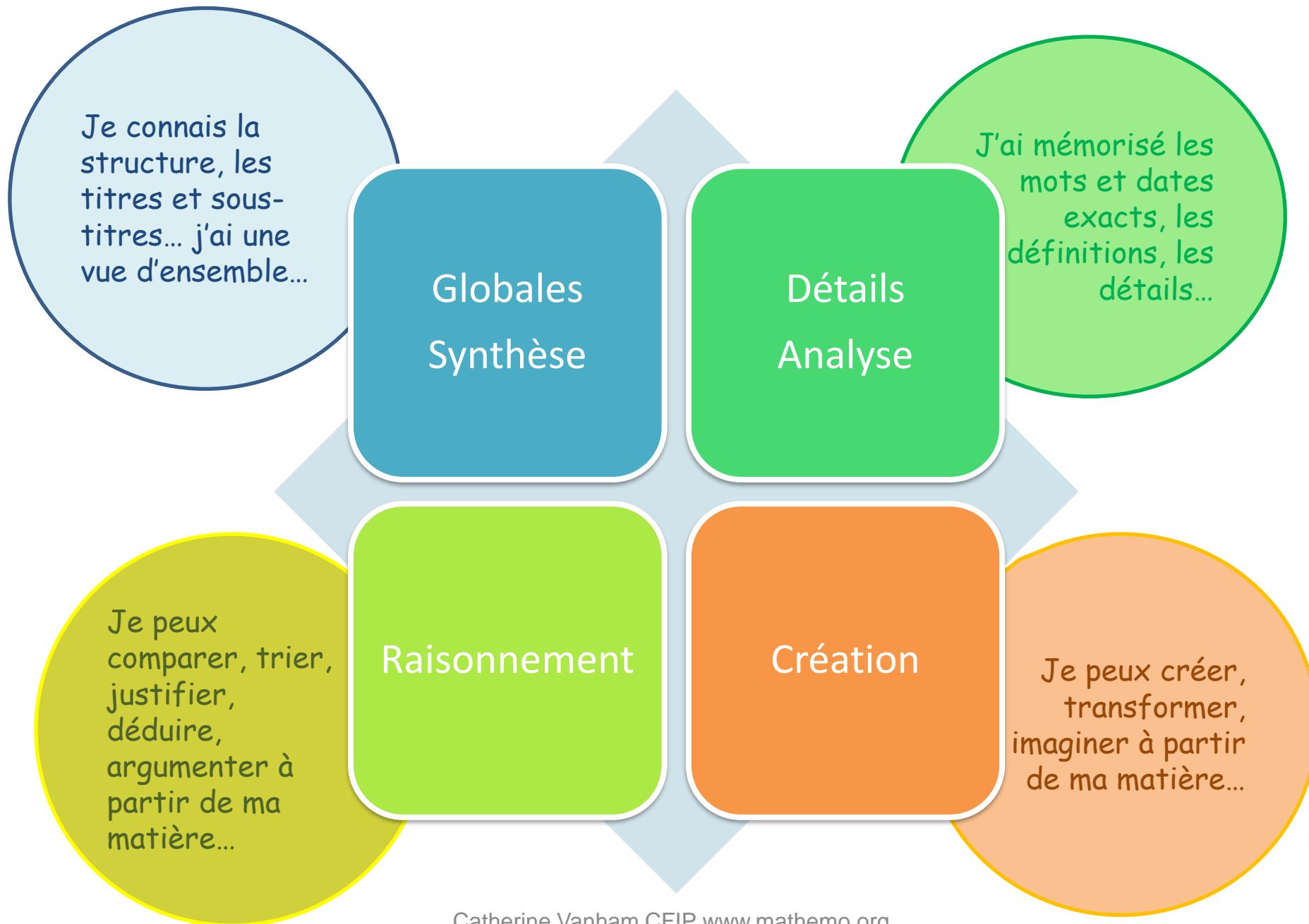
- Contexte identique: récupération «automatique»
- Contexte différent:

Les indices de récupération demanderont raisonnement et réflexion, et de faire appel à la mémoire épisodique, des liens inédits , des liens logiques...mis en place auparavant.



# Oubli

- Processus indispensable à une bonne santé mentale.
  1. Non transfert des données de la MCT vers MLT
  2. Dans la MLT: **non usage** , **refoulement**, **interférences** des données entre elles (apprentissage par couches et pas par réorganisations), **choc** physique, choc psychologique.



- Démarrer par convoquer  
les évoqués antérieurs.  
Terminer par projeter les évoqués  
dans l'imaginaire d'avenir

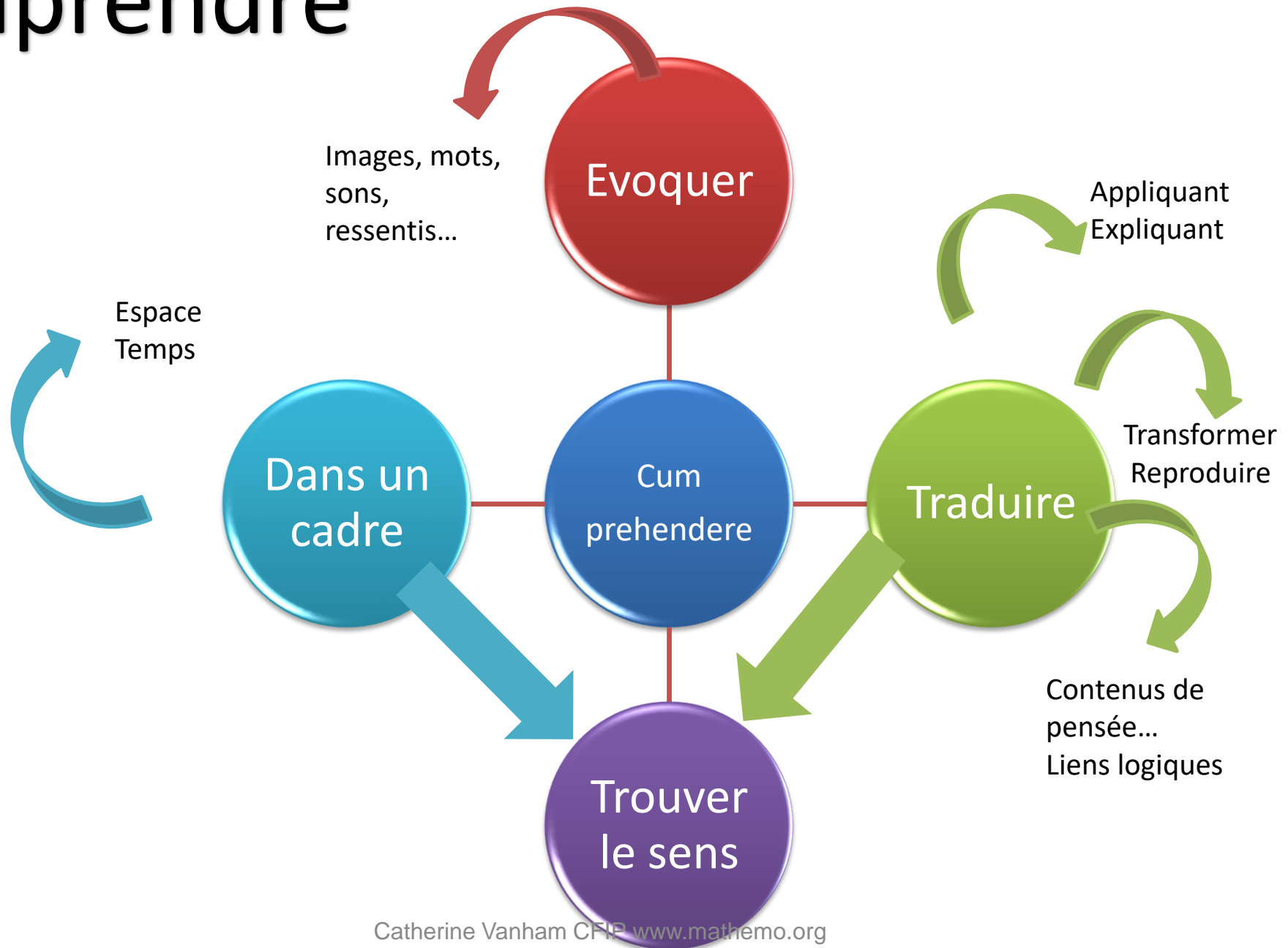
- Attacher des anecdotes,  
du concret, des manipulations, de  
l'inédit, humour...  
- installer une sécurité affective.  
- Mise en place du mouvement.  
- Importance des émotions.

# Mémorisation

- Accompagner le jeune dans ses  
5 rappels dans les 6 mois.  
- Installer des projets de  
- réutilisation (P4 et P3 dans les  
connaissances conditionnelles)

Créer des synthèses par  
schéma centré, sketch noting,  
pour favoriser la collaboration  
inter-hémisphérique

# 3. Comprendre




# Zoom sur les Liens logiques

Sériations

Attributions

Analogies




Vous allez étudier deux définitions,  
Ensuite vous aurez exemples  
et contre exemples .  
Enfin vous devrez réaliser  
un exercice ...



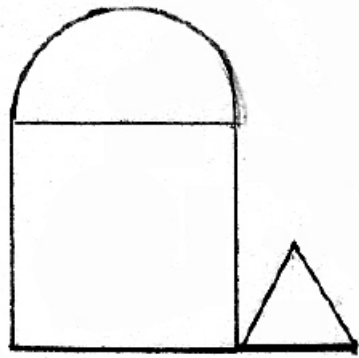


# Solitaire & Multicaire

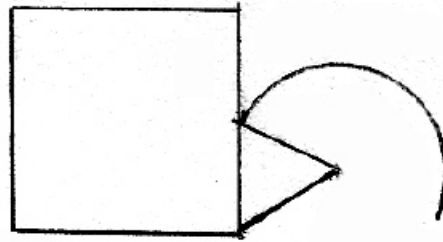
## Définitions :

- *« Le Solitaire est un dessin géométrique qui contient uniquement les trois éléments suivant : un carré et un triangle équilatéral dont la longueur des côtés est égale à la moitié des côtés du carré et ayant en commun avec lui un sommet, et un demi-cercle dont la longueur du rayon est égale au plus petit des côtés. »*
  - *« Le Multicaire est un dessin géométrique qui contient au moins les trois éléments suivants : un carré et un triangle équilatéral dont la longueur des côtés est égale à la moitié des côtés du carré et ayant en commun avec lui un sommet, et un demi-cercle dont la longueur du rayon est égale au plus petit des côtés. »*
- 

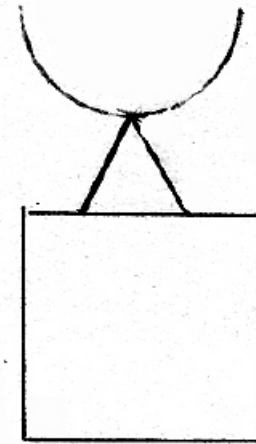
# Solitaire & Multicaire : exemples et contre-exemple



**Exemple 1**



**Exemple 2**

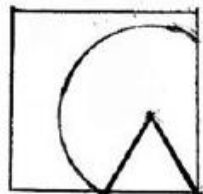


**Contre-exemple**

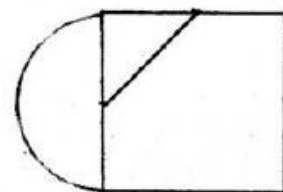


# **Dialogue cognitif entre vous sur l'encodage**

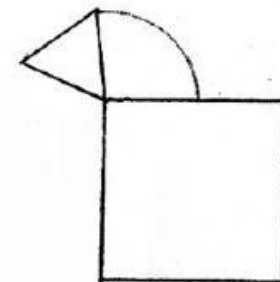
# Notez puis argumentez les solitaires et multicaïres



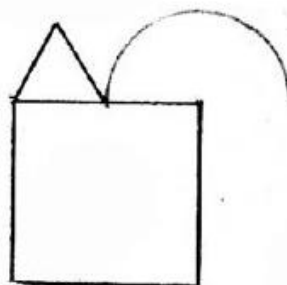
1)



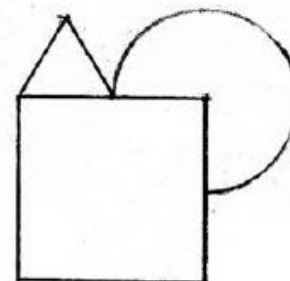
2)



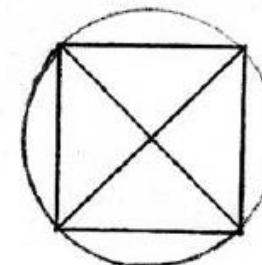
3)



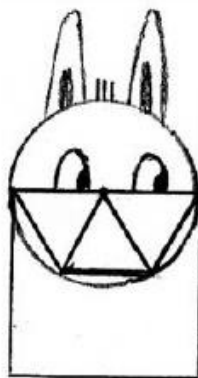
4)



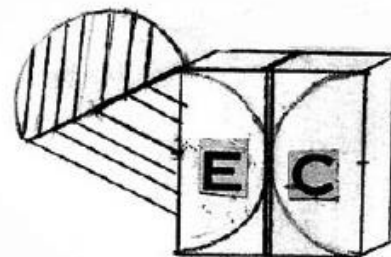
5)



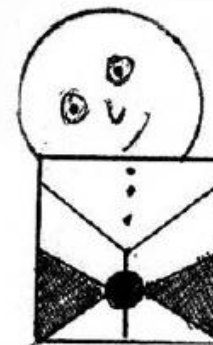
6)



7)



8)



9)



# **Dialogue cognitif entre vous sur vos différences de compréhension**



**Traduire pour  
comprendre**





En Géologie, pour repérer les différentes époques de l'histoire de notre terre, on distingue les ères et les périodes. Les périodes sont des subdivisions des ères. Par exemple le Jurassique est une période de l'ère secondaire.

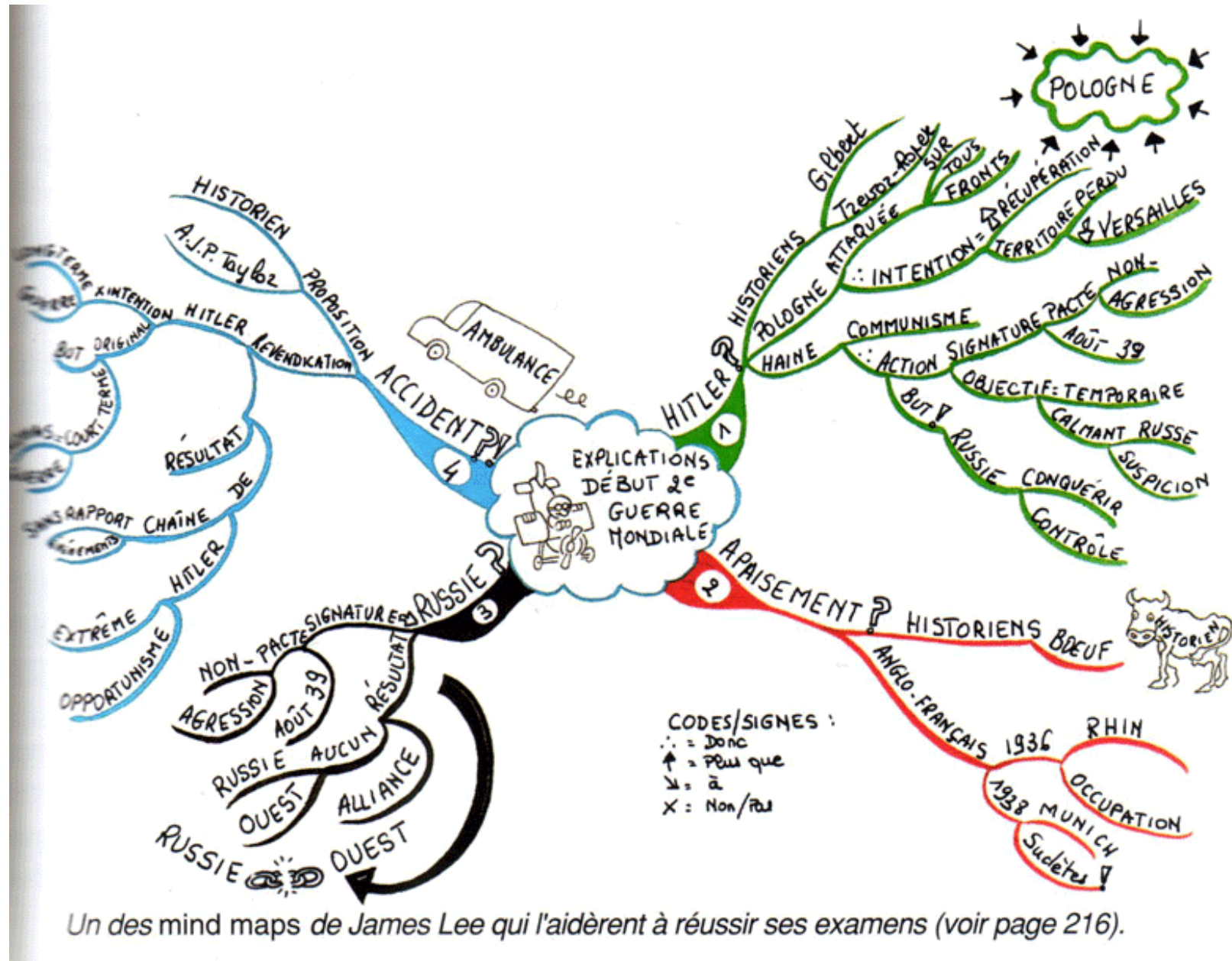
Le Jurassique est précédé du trias et suivi du Crétacé.

L'ère la plus ancienne ( 4 milliards d'années) est le Précambrien.

Ensuite viennent l'ère primaire ( 300 millions d'années), l'ère secondaire ( 150 millions d'années), l'ère tertiaire( 60 millions d'années).

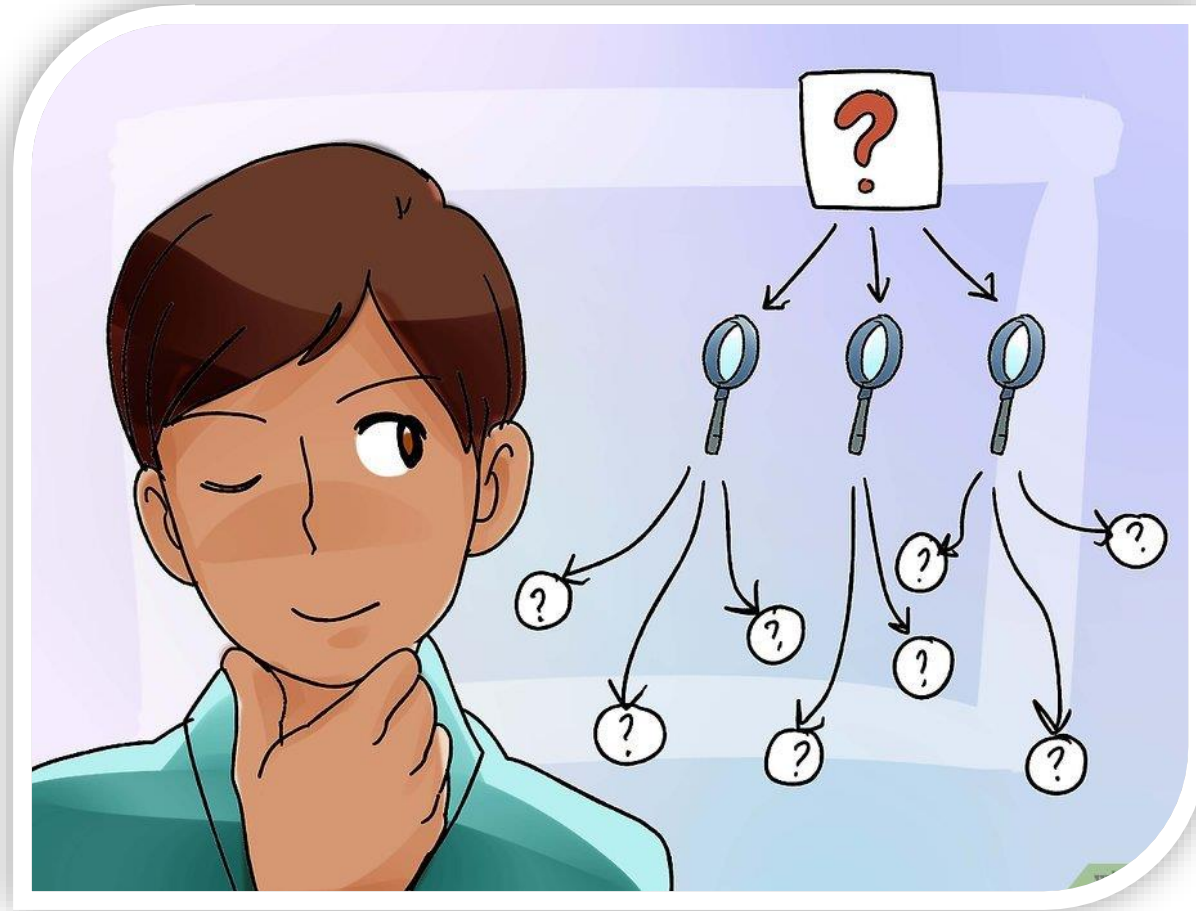
L'ère Quaternaire est la plus récente ( 2 à 3 millions d'années).

On appelle Pléistocène la première période de l'ère Quaternaire et Holocène, la suivante



Un des mind maps de James Lee qui l'aidèrent à réussir ses examens (voir page 216).

# 4. Viser le transfert par la réflexion



# Redonner sens aux apprentissages sens à l'apprentissage

## Contextualiser:

Amener une situation qui fait sens pour l'élève.

## Décontextualiser:

Associer, déduire, induire, chercher, proposer pour arriver aux règles.

## Recontextualiser:

Imaginer et partager de nouvelles situations où s'appliquerait cette

Intuition du sens par  
l'attention

Jaillissement du sens  
par la compréhension

Théorisation du sens par  
la réflexion

Vérification du sens par  
l'imagination

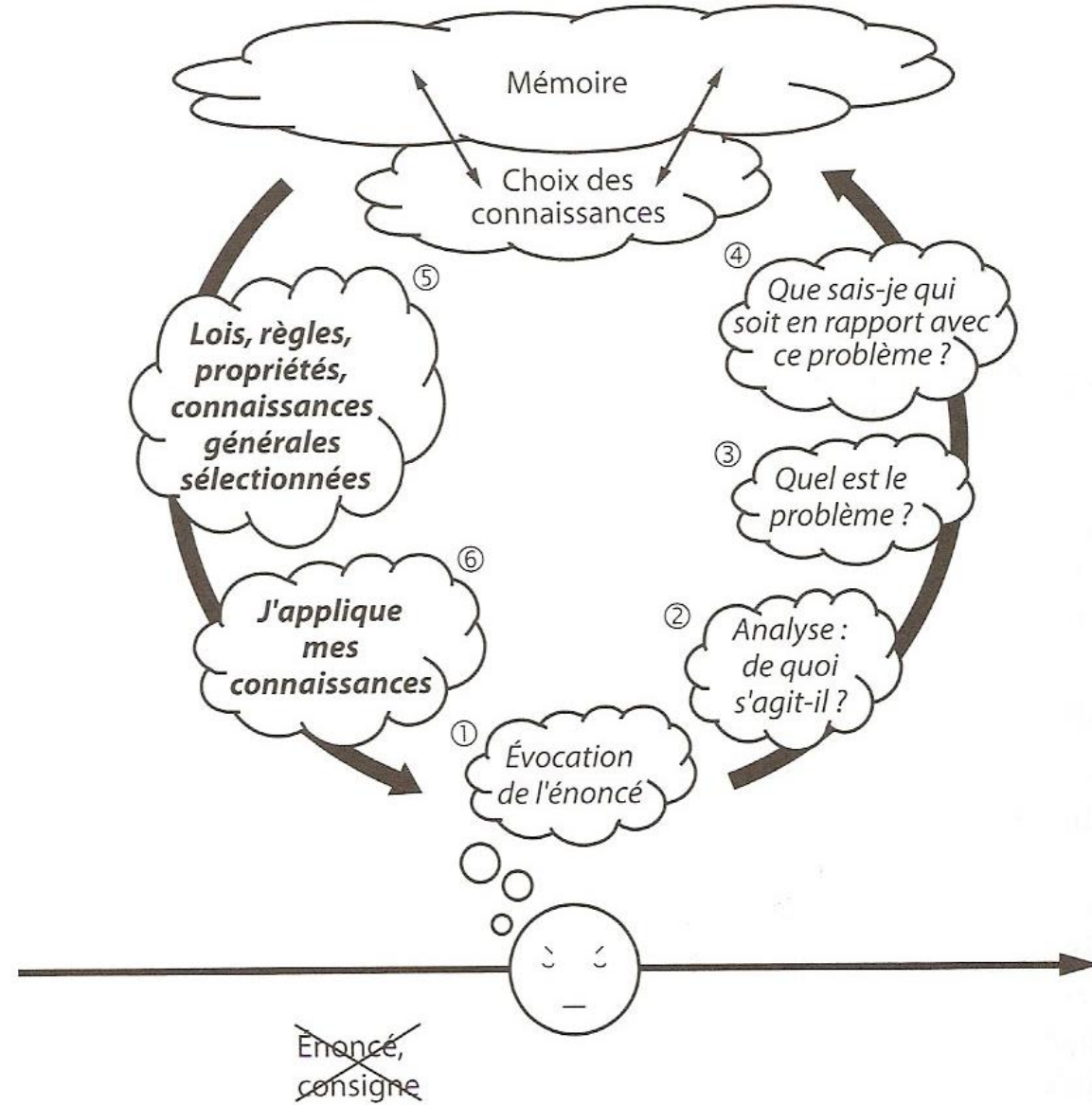
Consolidation du sens par  
la mémorisation



Exemple d'  
étapes d'un  
geste  
mental:  
Expliciter  
pour mieux  
se  
comprendre

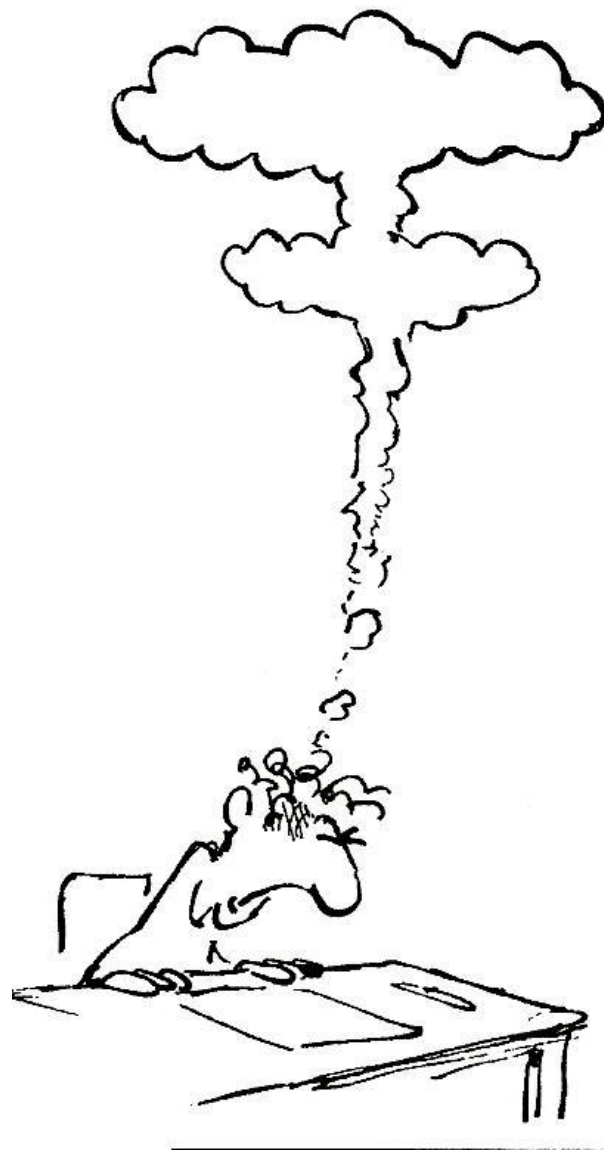


# Schéma des six étapes de la réflexion





# Questionnaires



		oui	non	parfois	souvent
1	Si je lis plusieurs fois, je connais				
2	si je comprends , je connais				
3	si je connais pour l'interro, c'est bon				
4	si je connais juste après l'étude, c'est bon				
5	être intelligent, ça se travaille, s'apprend				
6	l'intelligence, on l'a ou pas				
7	rater à l'école est un manque d'intelligence				
8	avoir une bonne mémoire, c'est être intelligent				
9	si je lis beaucoup, j'améliore mon orthographe				
10	je peux décider de rater				
11	je peux décider de réussir				
12	je veux réussir mais je rate				
13	je ne sais pas comment être attentif en classe				
14	je ne sais pas comt ê attentif à la maison				
15	je ne sais pas comment étudier				
16	j'ai des difficultés à comprendre				
17	j'ai des difficultés à mémoriser				
18	je mémorise par cœur pour être tranquille				
19	je ne sais pas ce que le prof attend				
20	je transforme pour étudier				
21	je recopie pour étudier				
22	j'aime créer et inventer				
23	je crée et invente pour apprendre				
24	j'imagine les questions du prof				
25	je demande aux parents de me questionner				
26	je connais le soir et puis j'oublie en classe				
27	étudier la veille est suffisant				
28	mon travail est bon si j'aime le prof				
29	j'ai l'impression que mon prof ne m'aime pas				
30	le bruit en classe me dérange				
31	J'ai besoin de bouger				
32	je ne supporte pas le bruit				
33	je ne suis pas motivé				
34	je suis bon en dessin				
35	j'ai besoin de dessiner pour comprendre				
36	je suis intéressé ( e) par mon fonctionnement				
37	les bons élèves travaillent très peu				
38	je sais ce que je veux faire et c'est réalisable				
39	je sais ce que je veux mais c'est irréalisable				
40	je pourrai réussir à l'école				
41	je ne pourrai pas réussir à l'école				
42					
43					

Prénom:

date:



10	autre:
	<b>Lorsque j'apprends une leçon, ce que j'ai en tête c'est:</b>
1	pouvoir la réciter le mieux possible
2	comprendre dans les grandes lignes pour retenir l'essentiel
3	je pense aux questions auxquelles ce cours me permettra de répondre
4	j'espère que j'aurai une bonne note
5	c'est pour développer mes capacités intellectuelles
6	c'est pour développer mes connaissances
7	je me demande à quoi ça va me servir
8	je ferai plaisir au prof ou à mes parents en réussissant
9	j'essaie de comprendre les raisons de ce que j'apprends
10	j'essaie de faire revenir ce que je sais déjà de cette leçon
11	je n'y arrive pas et j'apprends tout par cœur
12	je ne sais pas quoi faire et je reste lire mes feuilles plusieurs fois
13	je demande à mes parents de me poser des questions
14	autre chose:



Et si on créait  
les nôtres...?

# 9. Les indispensables de l'accompagnement, (Ré)apprendre à penser; partage d'idées





## Métacognition- explicitation:

Recherche...

Le cerveau triunique

La motivation, le statut de l'erreur

Les gestes mentaux...

Questionnaires pour s'arrêter et penser

Projets de sens

Motivation

Etudier

Profils...

Plaisir et motivation:

Expliciter (théories)

Élimination de la menace

Restaurer le sentiment de  
compétence ( sécurisation ><  
addiction)

Echanges informels

Humour et climat positif

Sortir du scolaire

Objectifs clairs

## Idées de mises en situation

Evocation: Mind power

Attention: « le chat » « le rectangle »...

Mémoire: origamis, schémas, P4...

Compréhension: « le cube »...  
métaphores, phrases philo...

Réflexion: voir selon l'âge...

Schéma heuristique: textes mythologie

Prise de notes: vidéos « c'est pas sorcier »

## 9. Outils pour s'inspirer:

Ces outils sont proposés en vrac volontairement, afin de ne pas figer l'accompagnement de l'ado qui doit toujours rester du « sur mesure » et partir de l'étude, avec lui, de ses besoins



Passer de  
l'attention-  
compréhension à  
la première  
mémorisation

# IPEIC EFFICACITE

Je développe mes compétences



## COMMUNICATION

- Je prends le temps de récupérer mon chemin mental.
- Je vérifie la cohérence entre la réponse et la question.

## IMAGINATION

- J'imagine des transformations pour "voir" autrement.
- J'imagine des questions et les mots utiles.
- Je me donne R-V avec cette information.

## EVOICATIONS

- Je diversifie mes évocations nouvelles et de souvenirs.
- Je reviens à la perception pour contrôler.

## PERCEPTIONS

- Je trie en fonction de mon objectif.
- Je fais des aller-retours.

## INTENTION

- Je cible mon objectif.
- J'active mon cerveau.



# Je comprends !

Petite recette pour grand lecteur... Car la lecture m'apporte des voyages et des aventures , même assis dans le canapé !



Création Catherine Vanham Formations

demander, les mots que je ne connais pas

## 02 A CHAQUE POINT, VIRGULE

Je me fais un film, une image, je me redis, j'imagine les personnages, la scène, les paysages, les voix...

## 03 APRES 2 ou 3 LIGNES

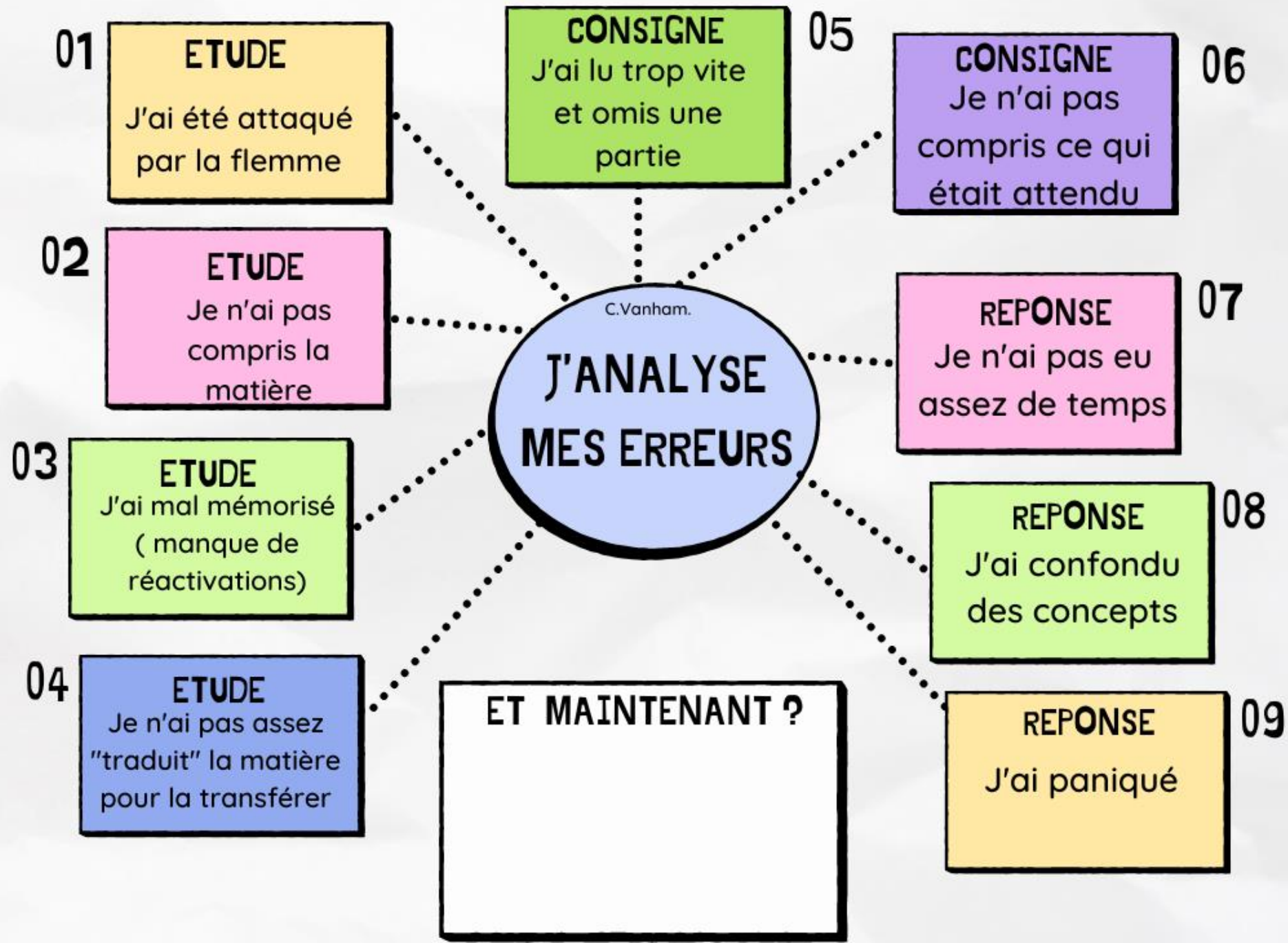
Je fais revenir dans ma tête mes évocations

## 04 C Q Q C O Q P

Je me pose des questions ou j'écris des mots-clés sur une feuille ( si je lis un livre)

## 05 J'ANTICIPE

Je m'imagine de temps en temps raconter ce que j'ai lu





Défaut d'évocation

J'ai manqué de temps pour l'étude

Je n'ai pas compris ce que je devais apprendre

Je n'ai pas fait assez attention



...

J'ai compris mais pas mémorisé

Projet différent du professeur

Je n'ai pas eu le temps de finir

# Analyser mes erreurs

J'étais en double tâche

Notes incomplètes

J'ai mémorisé sans comprendre

## 4 directions dans ma pensée



Dans laquelle ( lesquelles) m 'attend-on?

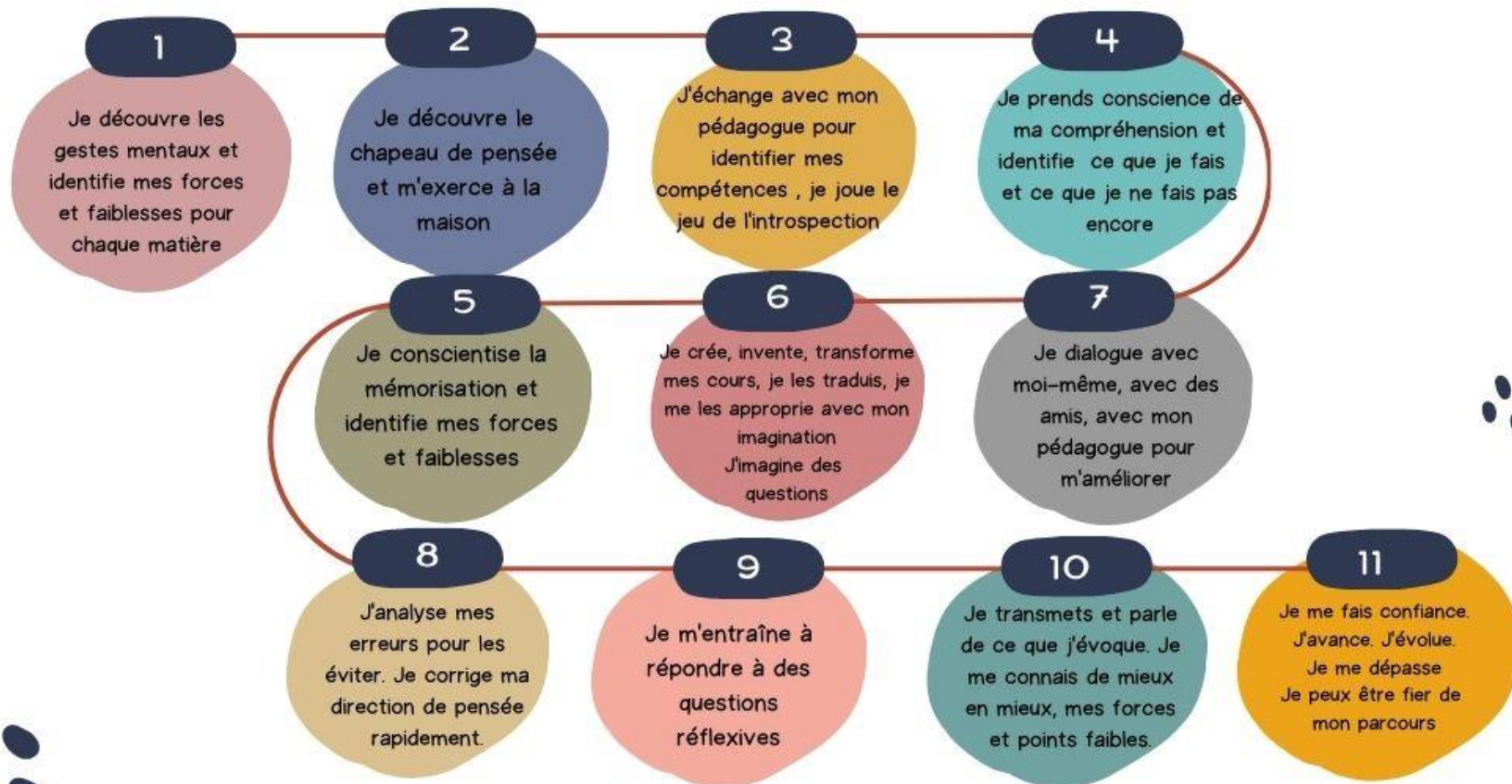
Dans laquelle ( lesquelles) suis-je?

Mes idées pour m'adapter à la demande:

# CONTRAT DE CHEMIN VERS L' AUTONOMIE

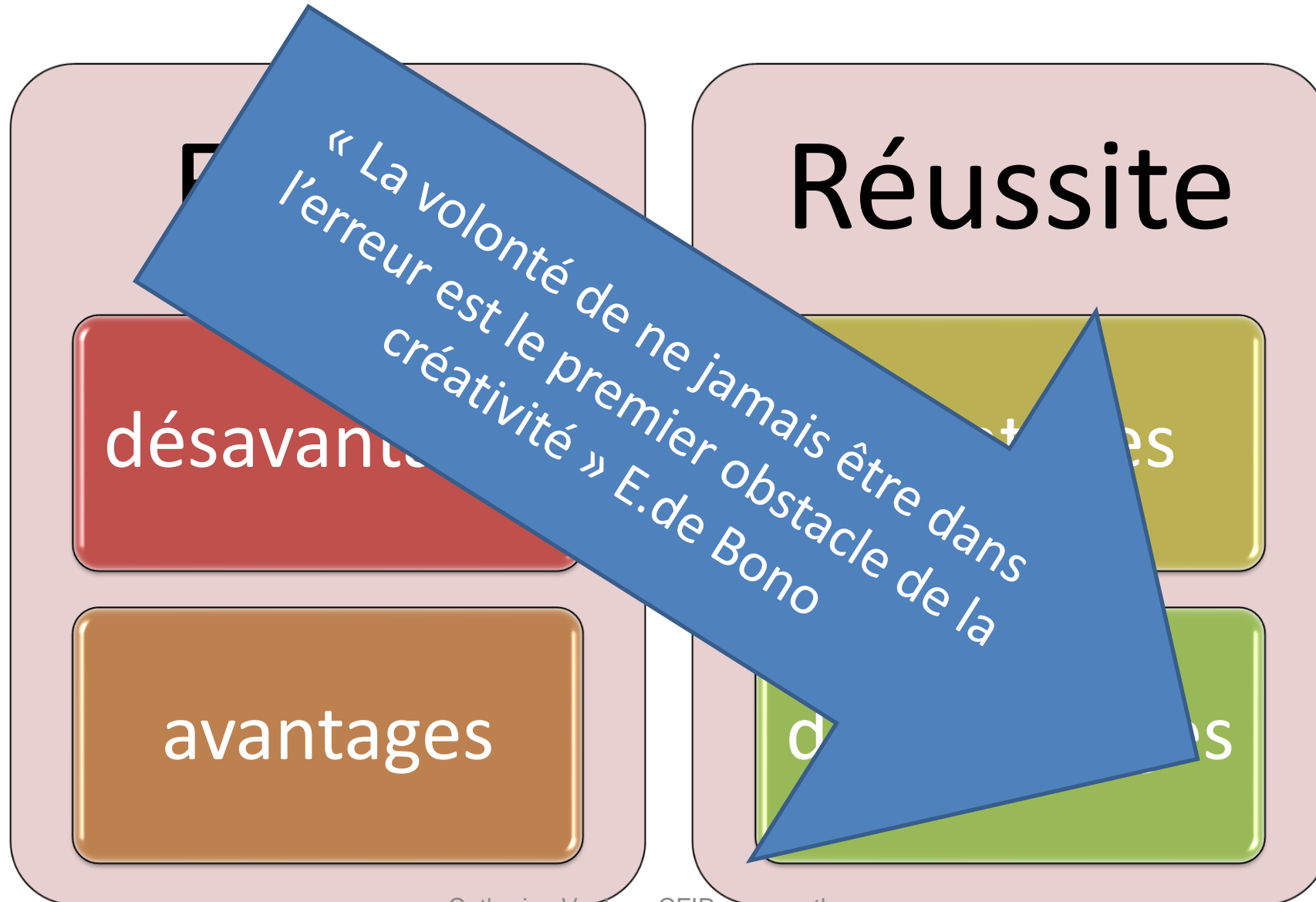
MON NOM:

MON PÉDAGOGUE:





# Métacognition réflexive sur l'erreur





# Métaphore de la barque

adaptée de G.Sonnois

Une barque d'un modèle unique dérive, seule devant vos yeux...

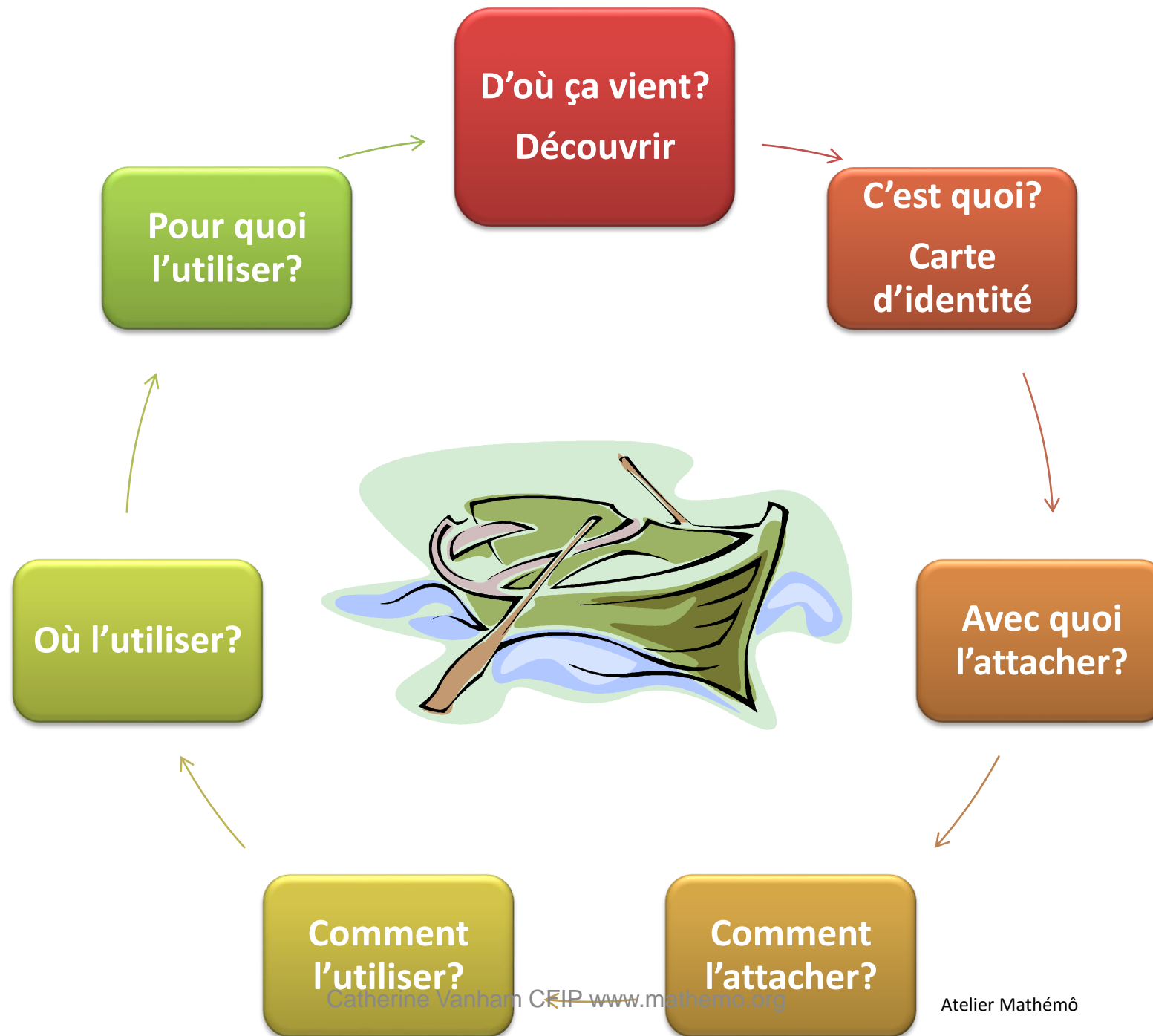
Le pêcheur: reste en perception

Pense à ses poissons, voit sans voir la barque qui dérive, ne se pose pas de questions, ne fait pas l'effort d'évoquer l'objet...n'en garde rien le soir...

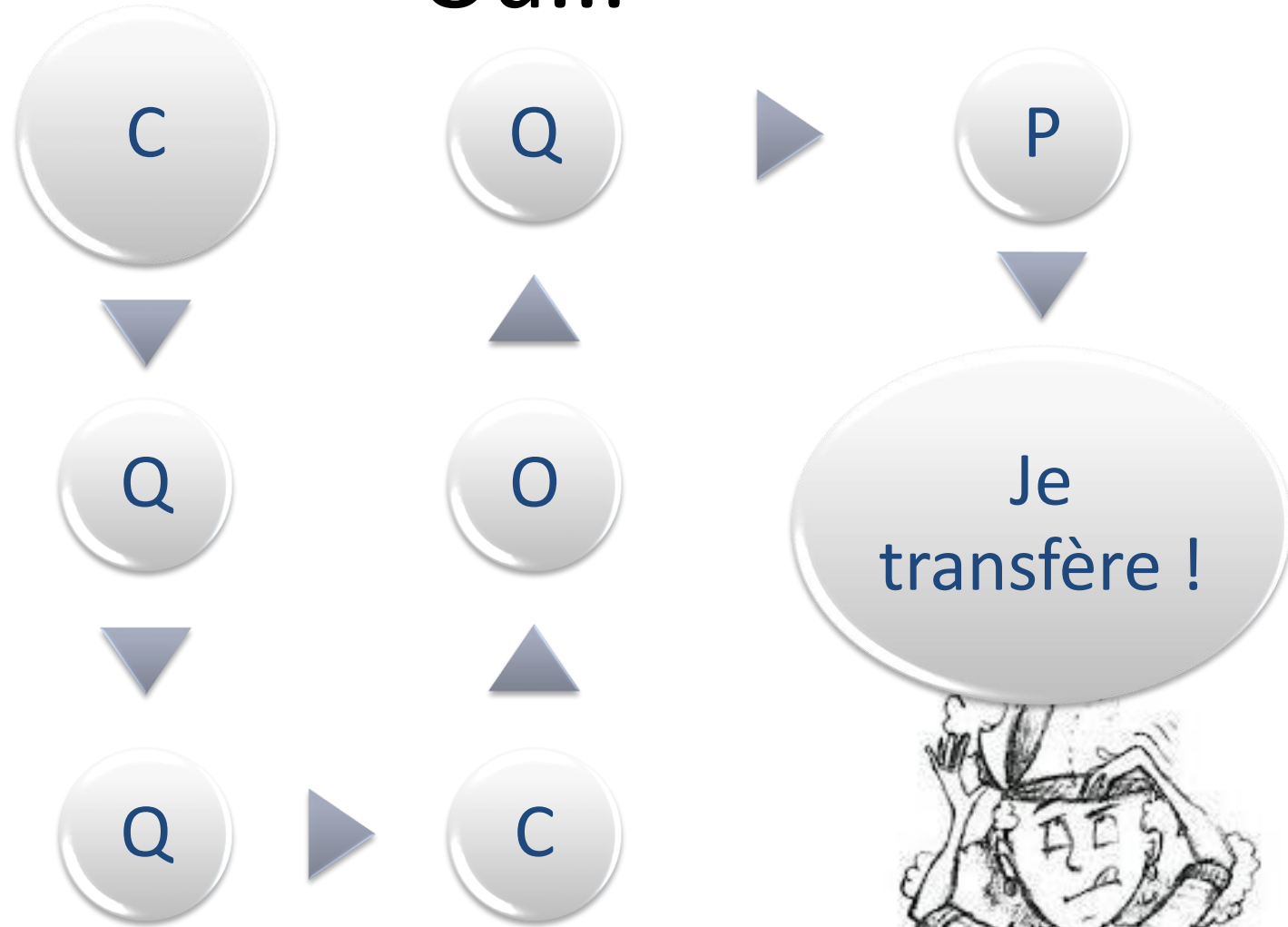


L'agent secret se pose des questions:

- A quoi peut-elle bien servir ?
- Qu'est-ce que c'est ?
- Comment et à quoi l'attacher pour l'observer ? Pour la récupérer ?
- Comment s'en sert-on ?
- D'où vient-elle ? Pourquoi est-elle là?



Ou...



# Trèfle des questions

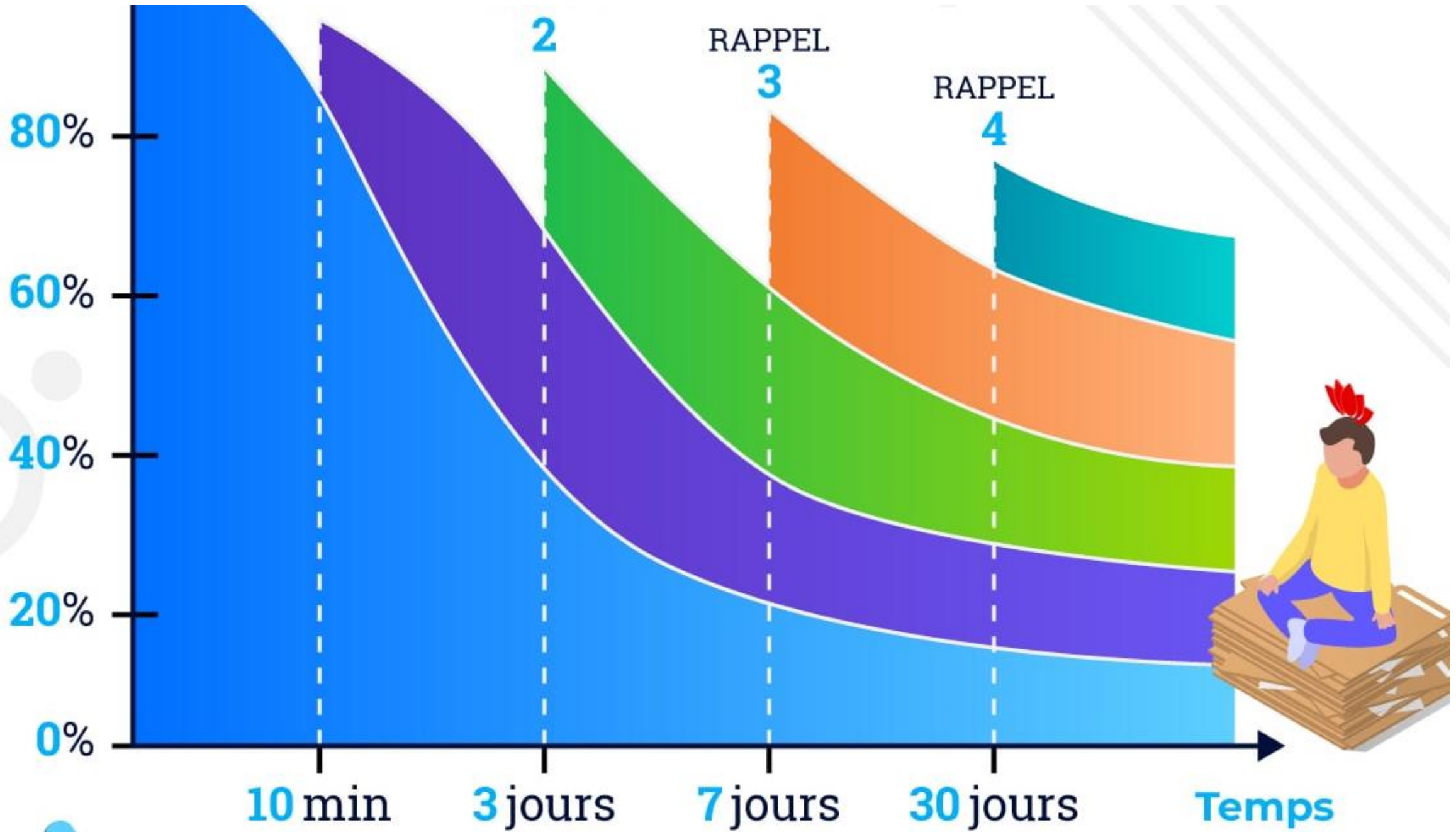
**Structure du cours**  
**« Squelette »**  
**Plan général,**  
**Vue d'ensemble...**

**Détails, définitions,**  
**Noms propres et dates**  
**Connaissances par** 

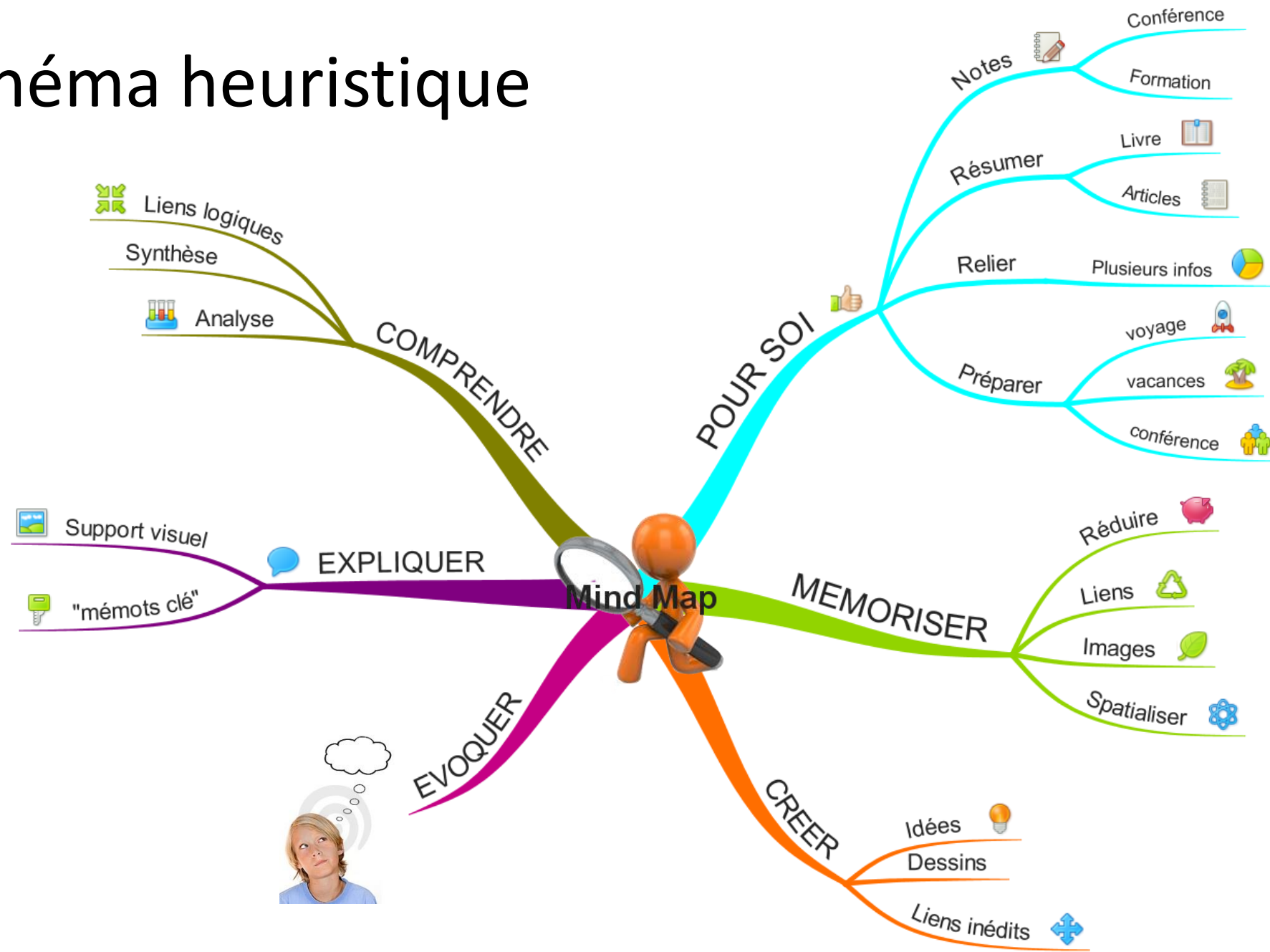
**Raisonnement:**  
**Argumenter,**  
**Justifier**  
**Comparer,**  
**Démontrer**

**Imaginaires:**  
**Ton opinion,**  
**ta créativité**  
**Sentiments,**  
**inventions,**  
**découvertes...**

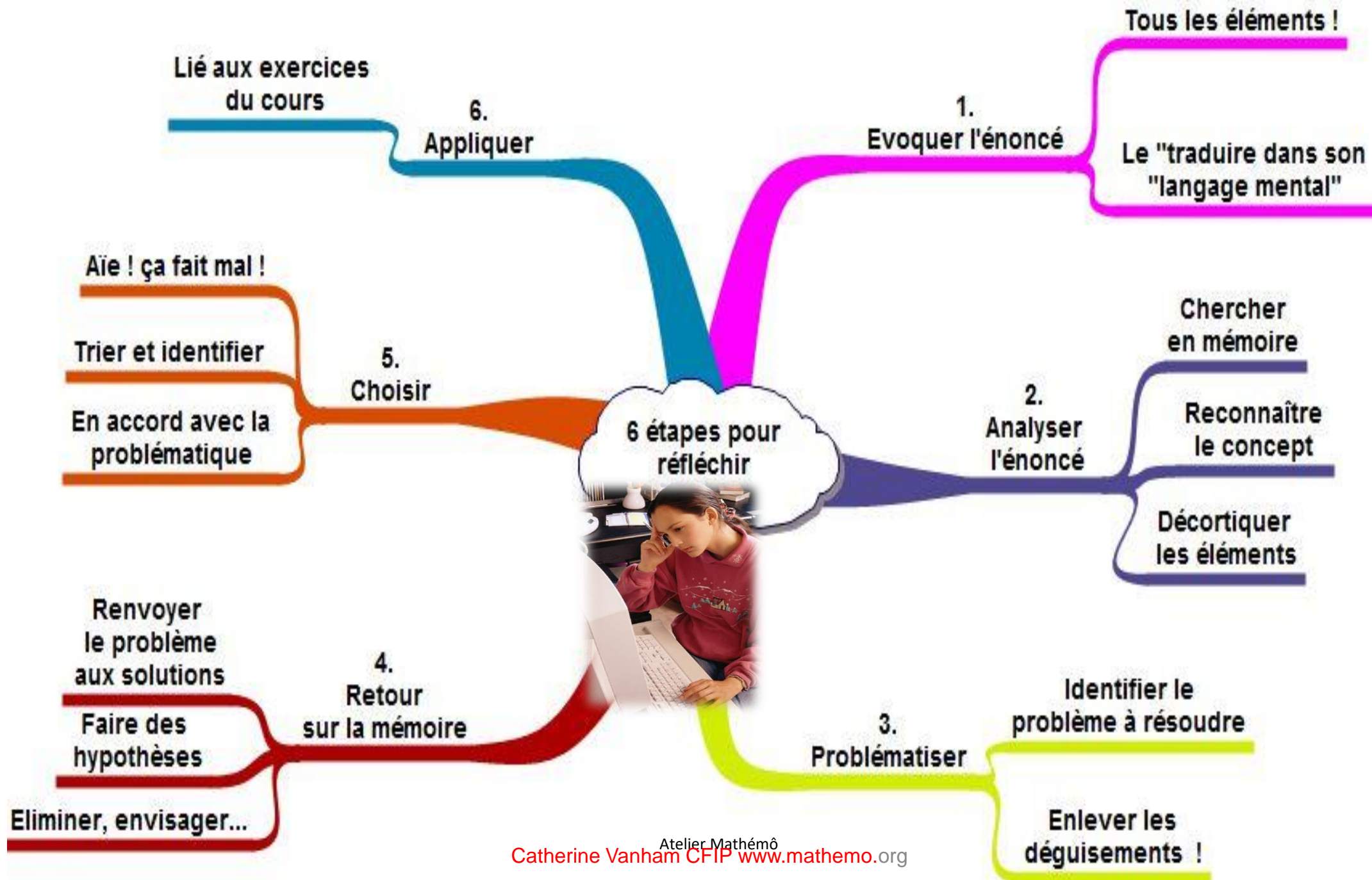




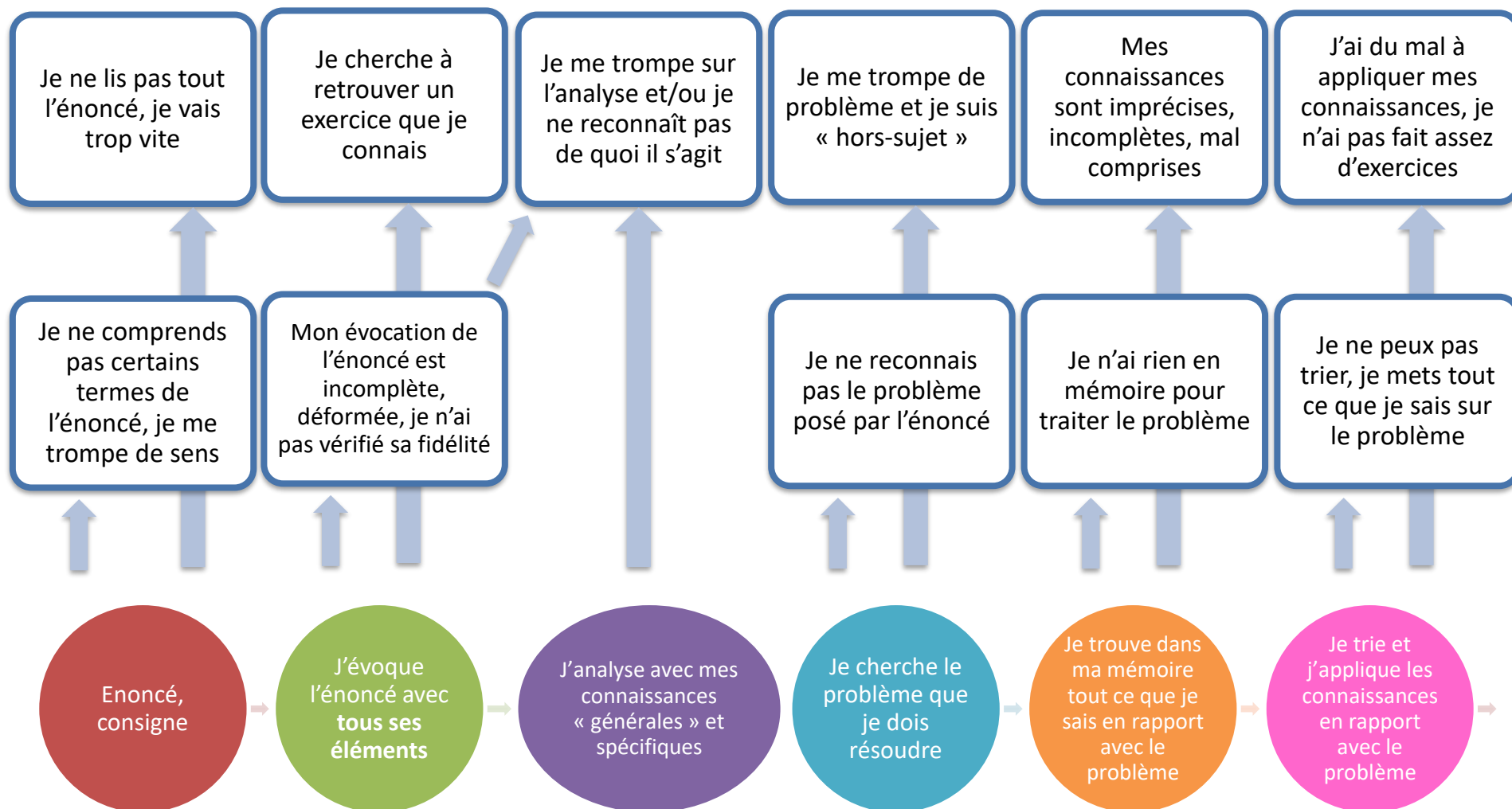
# Le schéma heuristique





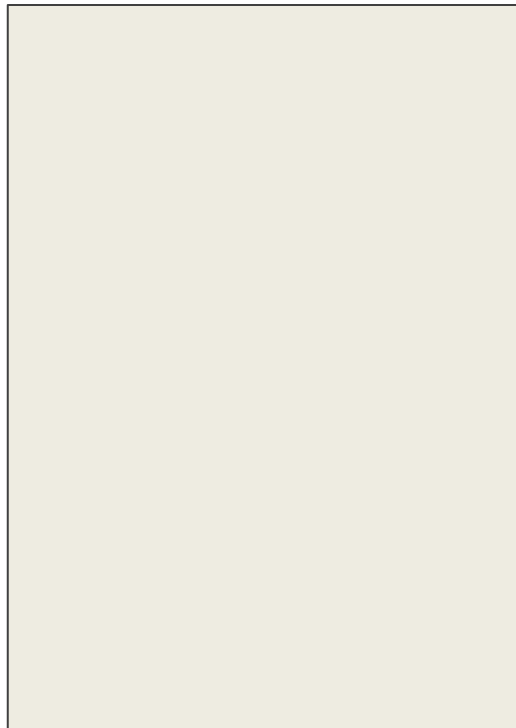


# Les étapes d'une « bonne » réflexion et les erreurs les plus fréquentes

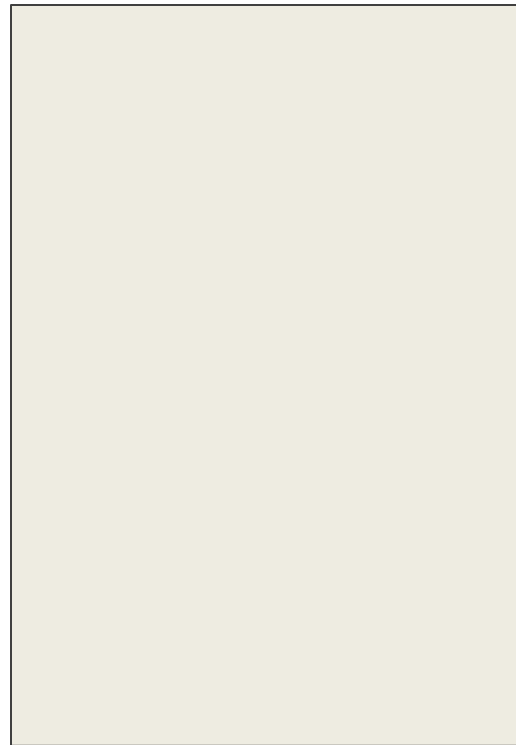


# Pour être efficace

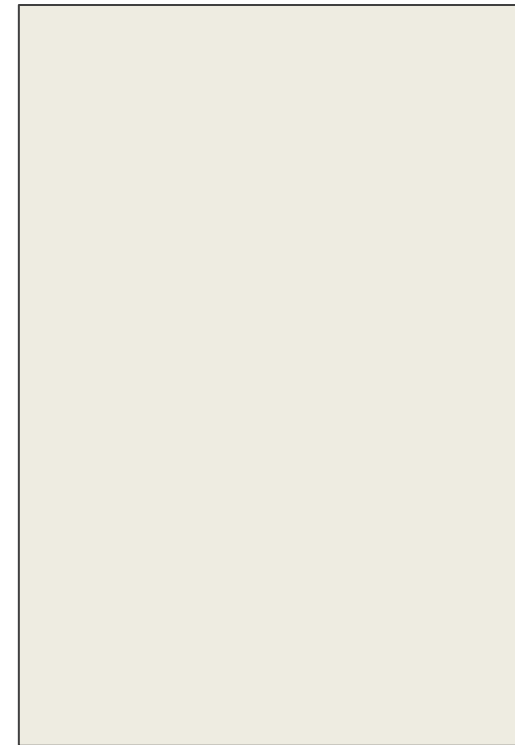
Images



Sons, voix



Ressentis



# Sources et bibliographie:

- Stimuler la mémoire et la motivation, J-P Abgrall
- Le cerveau et l'apprentissage, E.Jensen
- Dis-moi comment apprendre, C.Vanham
- Un cerveau pour apprendre différemment, D.Sousa
- Aider tous les élèves, guide pratique de différenciation, O.Burger
- Cessons de démotiver les élèves, D.Favre
- Motivation et réussite scolaire, A.Lieury
- La motivation en contexte scolaire, R.Viau
- Apprendre par l'autonomie, M.Zimmermann
- Accompagner le travail des adolescents, G.Sonnois
- Les 6 chapeaux de réflexion, E.de Bono
- Ces enfants empêchés de penser, S.Boimare
- Deux cerveaux pour la classe, M-J Chalvin
- Stress, attention, action, B.Trankiem
- La Gestion mentale, Ch.Evano
- Travailler en classe avec les cartes mentales, P.Benz
- Favoriser l'estime de soi à l'école, Meram, Fontaine, Eyraud, Oelsner
- Revue « Cerveau et psycho »
- Formations et expériences personnelles d'ateliers et de pec .