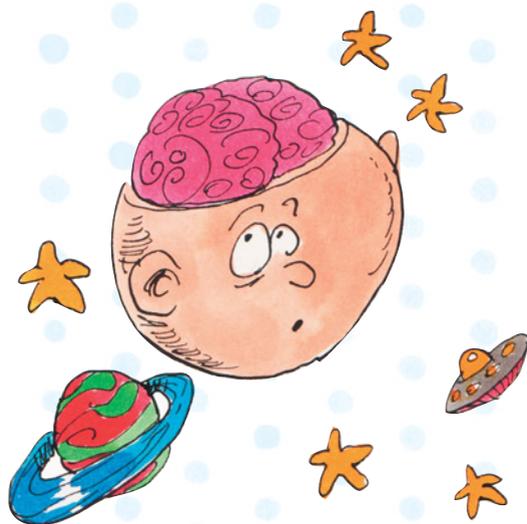


Dis, explique-moi comment faire pour apprendre

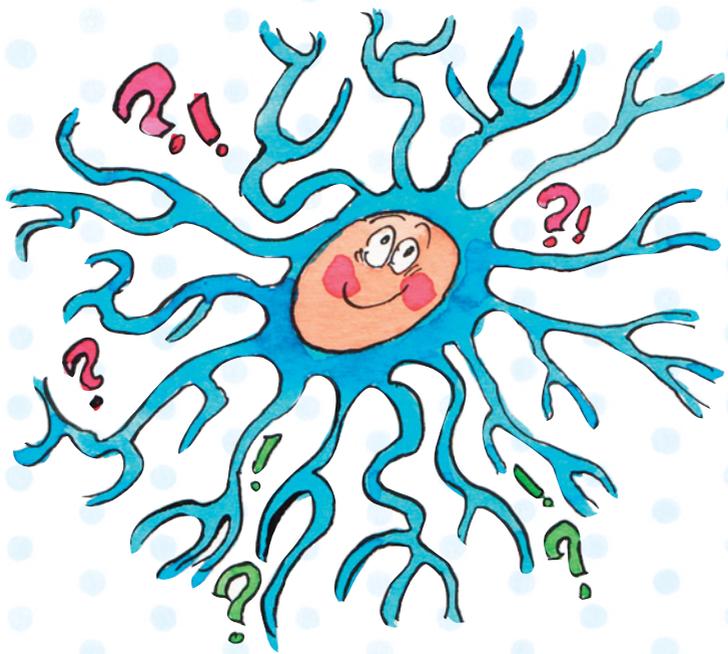
Philo & Sophie

Découvrent le chapeau de la pensée



Catherine Vanham

Illustrations : Julien Detilloux



Introduction

La Gestion Mentale est une approche pédagogique basée sur les recherches d'Antoine de la Garanderie, qui explore, décrit et étudie les processus mentaux dans leur diversité.

Ces recherches ont permis de répertorier les différents fonctionnements cognitifs, de mettre en évidence le rôle fondamental de l'évocation comme outil de pensée et de décrire les processus mentaux à mettre en place pour effectuer les « gestes » mentaux essentiels; à savoir: l'Attention, la Mémorisation, la Compréhension, la Réflexion et l'Imagination.

Les causes essentielles du manque d'attention, liées à la gestion mentale, sont en général liées au fait que :

- le jeune n'a pas de projet
- le jeune est en projet de s'opposer
- le jeune est en projet mais ne sait pas ce qu'il peut faire
- le jeune est attentif à son attention (je dois être attentif, je dois être attentif...)
- le jeune est attentif à l'objet d'inattention (je ne dois surtout pas penser à...)
- le jeune tente de se créer des images mentales quand il devrait se parler ou ressentir (et vice-versa)
- le jeune aurait besoin de bouger et se l'interdit
- le jeune reste dans ses perceptions (remue, chipote...) par peur de l'inconnu (monde mental)
- le jeune évoque mais s'y perd, car la direction du geste mental n'est pas claire (confusion entre les gestes mentaux et les pensées vagabondes).

En permettant de prendre conscience de mécanismes habituellement semi-conscients et en renforçant positivement l'apprentissage, l'introspection cognitive remédie à ces causes de manière efficace. Elle est actuellement recommandée par de nombreux chercheurs en psychologie cognitive. Les enseignants qui y habituent leurs élèves

observent rapidement une évolution positive du plaisir d'apprendre et des résultats scolaires.

Cette prise de conscience permet au jeune de devenir acteur de ses apprentissages, de parvenir à une plus grande autonomie et à un plus grand contrôle de ses savoirs, et d'accéder au plaisir d'apprendre : ingrédients fondamentaux de la motivation scolaire.

« Dis, explique-moi comment faire pour apprendre ! » invite à appréhender de manière ludique les principes d'évocation et de projet. Des activités plus scolaires peuvent être mises en place en alternance. Elles permettront au jeune de faire les liens entre les expériences, vécues lors de la lecture de cette brochure, et les possibilités de transfert dans ses apprentissages.

L'entraînement permettra aux jeunes de mieux comprendre le livret suivant. Celui-ci proposera un guide « méthodologique » pour améliorer l'étude au sens large : mémoriser, comprendre, réfléchir, imaginer, ... en tenant compte des préférences perceptives de chacun. Cette brochure sera basée sur les recherches d'Howard Gardner, les découvertes en psychologie cognitive et en neurosciences, et, encore et toujours, sur celles d'Antoine de la Garanderie.

À bientôt, pour une nouvelle aventure de Philo & Sophie.

Catherine



Philo et Sophie se présentent

- Salut, moi c'est Philo, doux mélange de Gaston Lagaffe et du professeur un peu fou, ami d'un jeune reporter mondialement connu, si tu vois ce que je veux dire*1...

- Salut, moi c'est Sophie. Je suis plutôt du style Marsupilami et Kid Paddle*. Hyper géniale assurément !

- Bref, on est assez « héros » dans notre genre ! Avec même, à nos heures, un petit côté Einstein... Et même, parfois, Frankenstein ! Là, on t'a fait peur à coup sûr* !



1. À chaque astérisque, laissez un petit temps (quelques secondes) pour que l'enfant puisse évoquer, c'est-à-dire pour se redire, réentendre ou visualiser mentalement ce qui vient d'être lu. Vous pouvez, de temps en temps, demander au jeune ce qu'il a préféré faire (imaginer en images, en paroles, avec des sons...). Il est important d'expliquer clairement l'objectif de cette « pause évocative » à l'enfant, afin qu'il ne se sente pas perdu lorsque vous ferez cet arrêt.

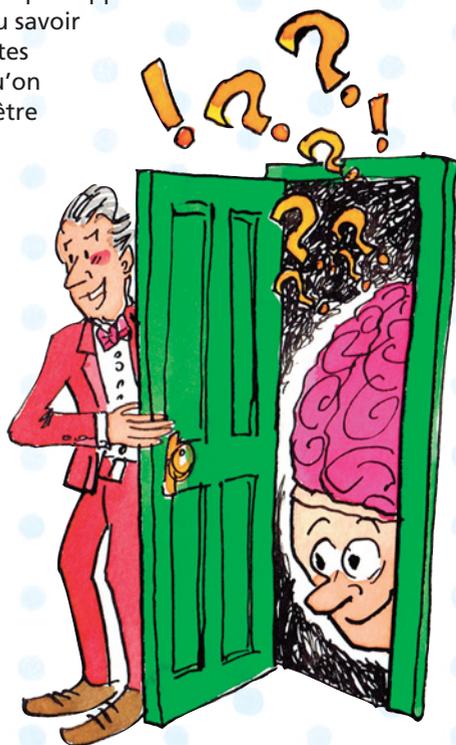
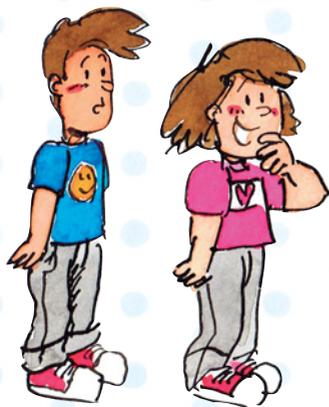
- Ce livre a été écrit à notre demande, parce qu'on en avait assez d'entendre toute la journée: « Sois attentif! » « Ce n'est quand même pas difficile! » « Il te suffit de faire un peu attention et d'ouvrir grand tes yeux et tes oreilles*! »

- C'est bien joli tout ça mais, quand on essaie, on a l'air de clowns* et on ne capte rien comme il faut*. En prime, ça commence à nous poser des problèmes à l'école et plus seulement à la maison*.

- Alors nous sommes allés voir un sage, Monsieur Antoine, un philosophe qui a passé des années à rencontrer des gens (des petits, des moyens, des grands, des artistes, des intellos, des super héros, ...)* et à discuter avec eux pour comprendre comment ils faisaient **DANS LEUR TÊTE** pour apprendre*.

Ce qu'il a observé, c'est qu'il fallait avant tout être attentif et que cette attention est un geste « mental » qui s'apprend*.

Puis, de fil en aiguille, on a voulu savoir quelles étaient les nouvelles portes qu'on pouvait ouvrir, une fois qu'on arrivait à être attentif. Eh bien, être attentif permet de faire plein d'autres choses dans sa tête comme mémoriser, imaginer, comprendre et réfléchir*. Tout un programme!



- Mais on a été plus loin* ! Ben oui, car si en plus de faire tout ça dans notre tête, on nous demande aussi de rester bien calmement assis à table pendant des heures ou bien droit sur sa chaise comme un « i », c'est mission **IM-POS-SI-BLE*** !

- Alors on a rencontré Howard, un américain, professeur de psychologie, qui trouve que ce n'est pas juste de penser que notre intelligence se résume à être bonne mathématicienne et/ou bonne littéraire*... bonne à l'école, quoi ! (Mais oui, Philo ! Ça vaut pour les garçons aussi, évidemment ! Bon mathématicien et/ou bon littéraire*... bon à l'école, quoi !)

Il dit que notre intelligence est bien plus riche que ça et que si on la met en cage, pour certains d'entre nous c'est comme mettre un petit pois dans une cocotte pression : il finit par exploser* ! Mais cette rencontre-là, on t'en parlera dans une prochaine aventure.

- Donc, suite à ces rencontres extraordinaires, nous nous sommes dit que nous ne pouvions pas garder ces trouvailles pour nous seuls*, et nous avons décidé d'en faire une histoire*, dont, petit veinard, tu tiens la première partie entre tes mains ! Tu vas donc faire une rencontre très spéciale... avec toi-même*.

Cela s'appelle l'**INTROSPECTION***².

Réfléchis avec l'adulte qui t'accompagne et vois ce que ça peut bien vouloir dire, à partir des racines du mot, son étymologie.

Bref, on va « s'introspecter » en train d'apprendre, pour découvrir et disséquer nos petits gestes mentaux, les observer à la loupe.

Prêt pour l'aventure ?



2. De nombreux jeunes sont très intéressés par cette rencontre avec eux-mêmes, mais cela doit toujours rester un choix. Pour certains jeunes présentant un TDA/H, s'introspecter est difficile. Cela demande de s'arrêter sur sa pensée, de prendre le temps, parfois de faire face à ses difficultés. Il ne faut donc pas les brusquer et les préparer à ce que l'expérience ne « marche » peut-être pas à la première tentative.

- Bon, ben... allons-y! Et que ça saute! Je veux de l'ambiance! Je suis dans les starting-blocks et super motivée par l'aventure de ce récit! J'en ai les jambes qui tricotent et la pensée qui cocotte*! Et toi Philo, qu'en dis-tu? Phiiiiiiillooooooooooooo... ouh ouh!

- Je repensais à notre aventure. Avant, je me perdais si souvent dans ma tête que mon professeur devait chaque fois me faire sursauter pour revenir à mon cahier.

Depuis notre aventure, je sais ce que je peux faire pour y revenir seul. Je m'y perds moins, mais attention, je suis resté moi-même! Simplement, je m'évade maintenant seulement lorsque le moment est propice. Bref, je gère vachement mieux mes balades mentales!



Philo & Sophie découvrent un drôle de chapeau!³

- Lorsque nous sommes arrivés à Paris, chez Monsieur Antoine, on savait qu'il entendait mal et on s'est donc mis en condition pour parler distinctement*, par respect pour son grand âge. Ça nous a permis de nous rendre compte qu'en s'obligeant à parler plus calmement, notre pensée freinait* et que les mots venaient plus facilement dans la bouche*. On s'est dit que penser à parler lentement, en articulant bien, comme si on voulait se faire comprendre d'une personne malentendante*, c'était un bon truc à te donner pour freiner la « voiture de cours » dans ta tête.

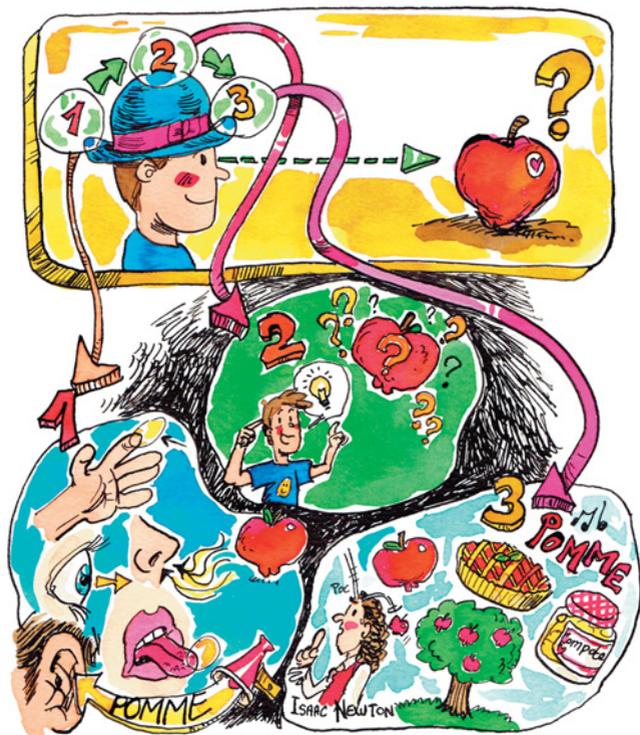
- Quand on a pénétré dans son salon, un drôle de chapeau trônait sur le buffet*. Il avait de larges bords et une forme particulièrement profonde, si profonde qu'on n'en voyait pas le fond*.

À cet instant, Monsieur Antoine arrive et nous dit:

- Ce chapeau est le chapeau de la pensée*. Il symbolise les trois temps de tout apprentissage*, et comme vous êtes des apprentis... sages*, il est grand temps de le découvrir.



3. Le « chapeau » est un schéma symbolisant les trois temps de tout apprentissage, précédés d'un projet de faire sens.



- Le bord à gauche symbolise la première étape, celle qui nous met en contact avec la réalité des choses à apprendre et à découvrir* : la feuille que je vois*, le tableau de classe avec ses calculs et ses consignes*, les papillons sur les fleurs de l'appui de fenêtre*, le professeur que j'entends (que je vois aussi d'ailleurs !), le compas que je touche*, l'odeur du poulet rôti* et de la mousse au chocolat*. Ces réalités rentrent en contact avec nos sens.

- Moi, dit Philo, en général, cette étape-là m'intéresse*, mais je me sens vite happé, avalé tout cru par mes pensées*. Je commence à imaginer plein de trucs*, des idées qui volent en tous sens dans ma tête, et puis je m'y perds*...



Le professeur me demande sans cesse de revenir à ma feuille, au tableau, à la consigne*. « À nouveau dans la lune, Philo ? » me dit-il toute la journée !

- Moi, dit Sophie, je dérape vite car mon cerveau va à toute allure et je loupe la moitié de la consigne, des calculs du tableau*... Je fonce pour répondre, car j'ai l'impression de perdre mon temps à rester dans cette première étape*. J'aime bouger, turbiner, et si je n'agis pas tout de suite, je meurs !

- Allons, allons, Sophie, tout de suite les grands mots...

- La deuxième partie du chapeau, celle qu'on met sur notre tête, la plus profonde, symbolise la deuxième étape : **l'ÉVOCATION***.

- Dites, Antoine... C'est quoi l'« ÉCO-VATION » ? Ça fait écho dans la tête ? Ça fait mal ?

- Mais non, ça ne fait pas mal* ! On y prend même un plaisir fou, petit à petit*. Le mot **ÉVOCATION**⁴ signifie que l'on sort de la première étape ou qu'on y fait des allers-retours*, pour construire les informations dans notre tête*.

On est donc à un autre niveau.

Lorsqu'on se promène dans le monde, on fait des gestes : courir, sauter, marcher, s'asseoir, sautiller*... Eh bien, lorsqu'on se promène dans notre monde mental, il y a aussi des gestes à faire, sauf qu'ils ne se voient pas* !

Ainsi, la feuille que je regarde*, maman que j'écoute*, la fleur que je sens peuvent non seulement exister en vrai, mais aussi sur ma planète mentale, dans mon cerveau* : les images, les sons, les paroles,



4. Les « images » mentales, ou « évocations », sont de plusieurs natures. On peut :

- voir mentalement (images visuelles fixes, en mouvement...)
- entendre mentalement (sons, bruits, voix...)
- s'entendre mentalement (discours intérieur)
- ressentir mentalement (toucher, odorat...) sans oublier toutes les émotions qui accompagnent ces expérimentations.

La nature de ces images mentales n'est pas toujours en lien avec la nature de la perception ; il est donc faux de croire que, si nous préférons voir en perception, nous sommes « visuels ».

On peut avoir besoin de voir (perception) pour se faire un commentaire dans la tête.

Il y a donc toute une palette de possibilités entre les perceptions et les évocations, qui vont encore évoluer au cours du travail mental.

les mouvements s'impriment dans mes neurones* (vous savez, ces petits filaments que l'on a par milliards dans la tête et qui ne demandent qu'à se connecter entre eux pour être heureux)*. Ils y laissent de petites traces, des chemins, des tas de connexions comme des milliers de petits circuits*.

- Mais alors, M'sieur Antoine, ça existe dans ma tête même si maman n'est pas à côté de moi? Même si la feuille n'est plus sous mes yeux* ?

- Oui, et conserver les traces très longtemps* sera même possible, avec un petit entraînement.





- Un entraînement ?

- Oui, cela s'appelle la **MÉMORISATION***. Je vous expliquerai plus tard. Soyez patients...

- Grrrr, dit Sophie, moi, c'est pas mon truc d'être patiente* ! Mais j'accepte de faire un effort immense, démesuré, exceptionnel, démentiel, intemporel pour y arriver... Hein, Philo ?

- Mmmh ? Ah... oui... Sophie, j'étais en train de me dire que cette étape-là, c'est celle dans laquelle je me perds. J'aime bien car j'y récupère des tas de sons, de paroles, de mouvements, des films que je transforme pour me fabriquer de nouvelles histoires*... Le souci, c'est que cela m'emporte à mille lieues de ce qui est demandé sur ma feuille, et donc, ce plaisir, je le paie souvent par une mauvaise note. C'est pas juste* !

Antoine dit alors :

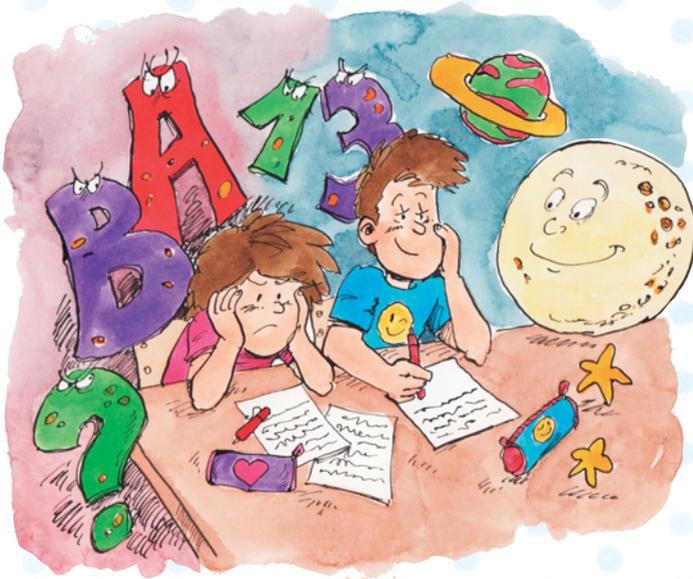
- Tu sais, Philo, tu pourras choisir tes gestes mentaux lorsque tu les connaîtras mieux. Ici, tu viens de nous parler de l'**IMAGINATION***, elle est très utile pour apprendre*, mais elle est comme un cheval sauvage, il faudra la dompter. Quand ce sera fait, tu seras maître de ton imagination et tu pourras l'emmener où tu veux, ou la laisser à l'écurie si tu n'en as pas besoin*.

- Nous allons faire une petite expérience*. Prêts pour l'introspection ?

Antoine prend un objet et le pose délicatement sur la table devant nous. Il nous dit :

- Voici un objet. Vous allez le regarder*, le toucher*, le secouer* (sans le casser) pour pouvoir ensuite le revoir, le décrire, le ressentir dans votre tête. Entendu ? Pouvez-vous me répéter la consigne ?

Fais de même avec un objet que te donne l'adulte qui t'accompagne et observe-toi en train de penser.



- Nous allons regarder et sentir, pour faire des traces, des chemins dans nos neurones* ?

- Oui, c'est cela.

- Chouette voyage, non ?

- Moi, dit Sophie, je savais tout de suite*. Enfin... je croyais savoir* car, quand j'ai fermé les yeux pour voir dans ma tête*, je n'avais plus les détails, plus la couleur, juste une forme. Bref, je crois que j'ai été trop rapido. « Speedy Gonzales », comme dit maman !

- Moi, dit Philo, je savais pas trop bien quoi regarder*... si je devais retenir les détails ou pas, puis je me suis dit que je devrais peut-être le décrire*. Alors je l'ai regardé pour me le décrire entièrement, les petits détails, la couleur, la forme, son utilité, comment ça s'utilise et tout et



tout*... Puis, quand j'ai détourné les yeux (j'aime pas les fermer), le fait de me redire tout* m'a aidé à fabriquer une sorte d'image*... pas comme une vraie photo, mais un truc qui flottait dans l'espace de mon cerveau.

- Il est pas bien dans sa tête celui-là ? lance Sophie. Hein, M'sieur Antoine ! ? Des trucs qui flottent dans l'espace de son cerveau... ! N'importe quoi !

- Sophie, Philo a tout à fait raison. Dans notre tête, il y a une sorte de grande horloge qui déroule du temps* et une espèce de grand tableau qui amène un espace, défini ou infini*. Nous pouvons même ressentir une idée de mouvement*. Nous sommes très bien outillés!

- Waouh, dit Philo, songeur. Je voyage dans l'Espace-Temps*...

- Ah... Moi, le mouvement, je connais! Je suis une experte en mouvements! ajoute Sophie*. Dans ma tête, les images filent à toute vitesse, arrivent, se cognent*, s'en vont en chercher d'autres*, qui se cognent encore*, rebondissent, vont à droite, à gauche... Moi, je suis au milieu d'elles et je bouge, je flotte, je danse et*... je ne sais plus où donner de la tête. C'est le cas de le dire! Mais j'entends pas ma voix comme Philo. Dites, je suis normale M'sieur Antoine?





- Mais oui, bien sûr ! Simplement, tu es sans doute meilleure photographe que journaliste*.

- Dans notre tête, on a des préférences*. Il est important de se baser d'abord sur ce que l'on maîtrise déjà parfaitement, pour s'essayer ensuite à des choses que l'on fait moins souvent*. Cela te permettra d'apprendre de manière plus complète, de t'adapter à tous tes professeurs*, à tes amis et à la vie qui t'entoure.

- Voulez-vous une deuxième expérience ? dit le philosophe.

- Oh oui !

- Alors écoutez-moi, cette fois ! Je ne vous montre rien, mais je vais vous faire des propositions*, ensuite vous me direz si cela a été possible pour vous*, facile ou pas*. Avec de l'entraînement (encore !), vous pourrez arriver à tout faire, à votre manière bien sûr !

- Chacun a sa propre manière d'évoquer : normal ! On a nos neurones perso*, qui font des petits chemins perso*, des petites rencontres perso* ! Nous, on a compris ça en tous cas !

- Prenez un chien dans votre tête...



- Oh, je le vois ! dit Sophie, il est noir, grand, c'est mon terre-neuve ! Pouah, il sent mauvais !

 - Moi je ne vois rien d'aussi net*, mais je me le raconte*, et j'imagine un peu, ou plutôt je ressens. C'est comme une idée de chien, mais pas vraiment comme une photo*. C'est celui de la voisine. D'ailleurs, je ne vois jamais DANS ma tête, car DANS ma tête, je vois juste mes paupières avec des points noirs sur du rouge ! Quand je me fais des sortes d'images qui se fabriquent et puis s'effacent, elles flottent à droite, à côté de moi, dans le ciel...

- C'est ta manière personnelle de voir, Philo*, c'est très bien comme ça*. Alors, maintenant que vous avez votre chien dans la tête, on va s'amuser un peu. Le transformer, comme seul notre cerveau peut le faire*.

- Voyage dans l'Espace-Temps... dit Philo, rêveur*.

- Waouh, quelle ambiance ! lance Sophie, C'est encore mieux qu'au cinéma !

Toi aussi, essaie chaque proposition, et discutes-en avec la personne qui t'accompagne. Ferme les yeux ou mets-toi à ton aise pour voyager. Tu peux faire venir les choses dans ta tête comme cela, quand tu lis une phrase pour la comprendre*, une consigne*, un livre*, etc. ⁵*

- C'est parti mon kiki !

- Chuut Sophie ! Il faut une certaine sérénité pour y arriver*. Couche-toi sur ce divan et relâche tes muscles*, détends ton visage*, laisse-toi aller*...

- Voyez le chien et faites un gros plan sur son museau*.

- Maintenant, mettez-lui un collier rouge*. Oh, et puis non... un vert*. Transformez-le en minuscule chien*... maintenant en énorme chien* !

5. Lors des pauses évocatives, n'hésitez pas à poser des questions à l'enfant, sur ce qu'il imagine (évoque) du texte, sur ses essais personnels, sur les similitudes et différences entre les propositions de Philo & Sophie et ses propres habitudes mentales. Peut-être même que, lors de ces pauses, l'enfant sera tenté d'en parler spontanément.

Pendant l'évocation, le regard fuit (dans le vague, ou vers le haut, sur le côté...) et le corps s'apaise. Si vous constatez cela, vous êtes sur la bonne voie !



Sale*... propre*! Gentil*... hargneux*! Mettez-le dans un décor, à la plage*... dans la montagne*! Faites-le courir*, sauter! Faites aller votre caméra de sa tête à sa queue, lentement*... Imaginez que vous êtes au-dessus de lui avec votre caméra puis que vous tournez tout autour, comme au cinéma*.

- Maintenant, écrivez dans votre tête le nom du chien*... Le voyez-vous? Vous pouvez également vous épeler les lettres* ou vous ressentir en train d'écrire*... Mettez quelques lettres en caractères gras... en pointillés*... en rouge clignotant*... Pour toi qui entends aussi dans ta tête, Philo, peux-tu tenter d'entendre une petite voix qui te dit les lettres*? Une voix chantante*, lointaine, comme un écho dans la montagne*? Toute proche dans ton oreille*? Qui monte dans les aigus*... puis qui descend dans les graves*?

- C'est famélique, dit Philo, mieux que la réalité! Je vais essayer de faire ça avec les mots pour mes dictées*!

- Je dirais même plus, dit Sophie, c'est jubilatoire! Mais si je n'avais jamais vu de chien en vrai, je pourrais aussi faire venir tout ça dans ma tête?

- Probablement pas. La première étape de rencontre des choses avec nos sens est très importante*. C'est à ce moment que tu es attentive* et que tu décides, plus ou moins consciemment, de garder des traces mentales de ce que tu perçois*. Tu pourrais bien sûr imaginer un objet que tu n'as jamais rencontré*, mais tu lui donnerais vraisemblablement une forme*, une couleur*, une sonorité*, un mouvement*, un amalgame personnel et créatif d'un ensemble de choses que tu as en stock, dans ta grande bibliothèque mentale qu'on appelle la mémoire*.

- Je crois que je dérape souvent sur cette étape Monsieur Antoine*. Trop « rouf rouf, vite fait, mal fait » comme dit mon papa. C'est vrai que je me rends compte que, pour pouvoir voyager dans l'Espace-Temps, on a intérêt à avoir du stock dans la tête*; mais ce stock, je ne prends jamais le temps de le faire*.

- Oui Sophie, c'est un piège, car ce temps que tu crois gagner en allant vite, en étant un peu impulsive, tu le perds ensuite en cherchant dans ta bibliothèque des traces que tu n'as pas bien imprimées* et dont tu as besoin pour répondre à une question, comprendre un texte, résoudre un problème: en un mot, pour **RÉ-FLÉ-CHIR***.

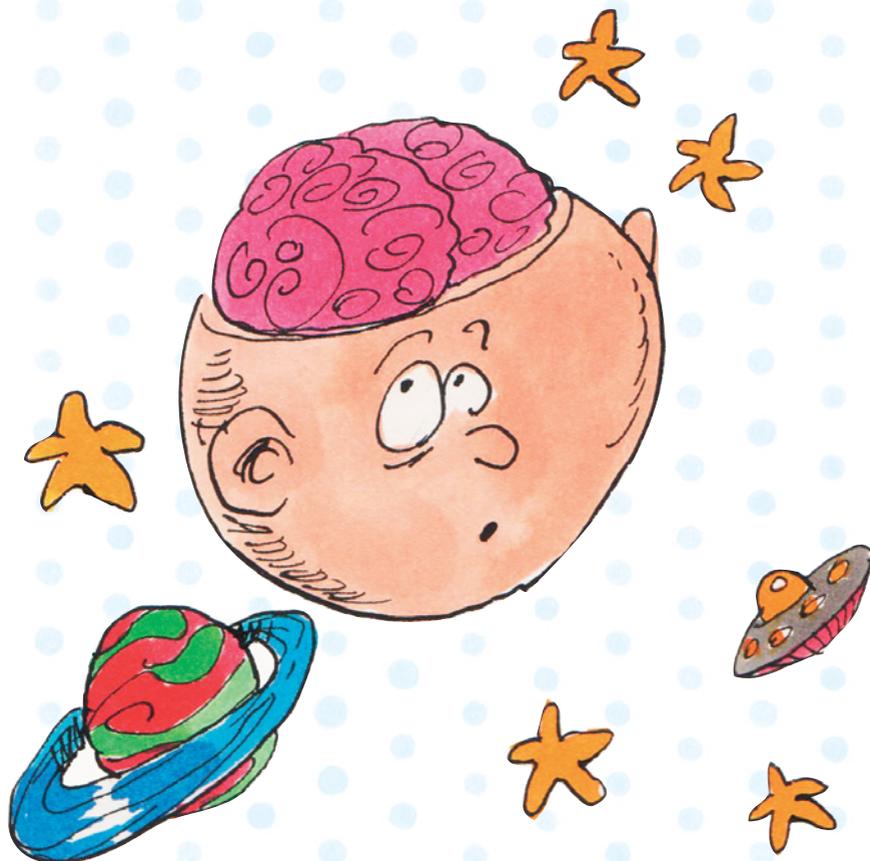
- Hé, Philo, tu dors? On t'entend plus.

- Non. Je réfléchissais aux solutions pour dompter mon impétueux cheval d'imagination*, tout en le gardant aussi joyeux, car de tous les gestes mentaux (ceux que l'on fait dans sa tête pour penser), c'est celui que je préfère!



- Eh bien, Philo, tu as les premières idées en main... ou en tête, si je puis dire* ! En effet, le fait même d'y réfléchir te permet d'être conscient*, donc de te connaître*. Et en cherchant à se connaître, on se trouve !

- Et la troisième étape, Monsieur Antoine, le troisième morceau du chapeau, on y arrive quand ? demande Sophie.





- La troisième partie de notre chapeau de la pensée, le bord droit, est un moment important*, où toutes les traces que l'on a fabriquées et reprises en tête vont servir à quelque chose*. C'est le moment où on va les utiliser, les redonner, les récupérer pour éventuellement les retransformer.

À l'école, c'est un moment important car c'est souvent le seul morceau du chapeau de la pensée que vos professeurs peuvent observer*. Par exemple dans les réponses que vous donnez à l'oral, à l'écrit, dans la dictée...

- Ah oui ! C'est le moment où on écrit ?

- Oui, ou bien où on répond, dessine, trace, explique... Bref, on restitue l'information qui nous a été donnée au premier temps du chapeau.

- Okééééééééééé..... Mais alors, la deuxième étape ne sert à rien ! dit Sophie. J'ai donc raison de la zapper puisqu'on voit*, puis on écrit* et hop, c'est bon !

- Oh que non ! Malheureuse* ! Car la deuxième partie du chapeau, celle que l'on a expérimentée et qui ne peut se voir que par l'introspection*, est une usine à fabriquer des traces*. Ce sont ces traces que tu récupères quand tu écris ta dictée*, quand tu donnes ta réponse* ou quand tu fais ce qui a été demandé*, pas nécessairement ce que tu as vu ou entendu, touché... La grande qualité de ces traces est donc IN-DIS-PEN-SA-BLE, O-BLI-GA-TOI-RE... VI-TA-LE, que diable* !

- Oups... dit Sophie. D'accord Monsieur Antoine, ne vous emportez pas ! J'ai à nouveau parlé trop vite*. Je vais tenter de tourner sept fois ma langue dans ma bouche, comme le dit ma maman.

- À votre avis, les enfants, reprend Monsieur Antoine, quelles sont les choses qu'il faut absolument préparer dans sa tête pour cette dernière étape* ? Quelles sont les attentes les plus fréquentes à l'école* ?





- Ben, heu... Il faut écrire*. Il faut lire*. Il faut dire*.

- Il faut lever son doigt, se taire, attendre, rester assis, pas bouger...

- Vrai, les enfants, tout cela est vrai, mais pour écrire, lire, dire, il faut préparer... DES MOTS! Mais oui, des mots*! À l'école, il faut avoir un stock de mots énorme! Sinon, on vous attend au tournant!

- Ah, je comprends enfin pourquoi j'ai toujours l'impression de connaître, de savoir, mais je ne sais ni quoi dire, ni quoi écrire*.

Quand je dis à mes copines « Vous voyez ce que je veux dire quand même! », elles me répondent toujours en chœur: « Non, on ne voit rien du tout »!

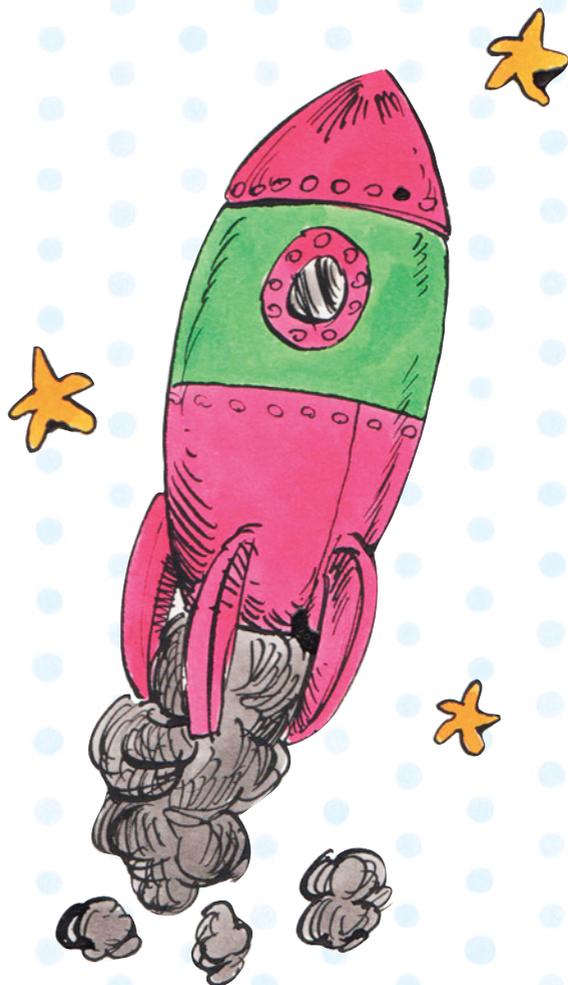
- Mais oui Sophie, tes images sont très bien, très riches, très complètes. Elles apportent sens et vie dans ta tête. Mais tu dois penser maintenant à les traduire en mots*, en préparant tes leçons*, pour les prévoir avant la troisième étape*. Sinon, tu risques de te retrouver dans l'impasse au moment où tu dois restituer tes connaissances*.

- Oui, et moi, dit Philo, il arrive souvent que je n'ai pas prévu les mots non plus*. Je n'ai alors que des sortes de mouvements*. C'est pas mal, car ils me permettent de comprendre, mais, la dernière fois, quand le professeur m'a demandé de lui expliquer le terme « implicite* » qu'on avait vu en classe... eh bien, c'est en faisant le mouvement de mon bras vers le dessous de la table que j'ai retrouvé les mots qui traduisaient ma pensée (implicite signifie pour moi « ce qu'il y a en dessous, qui est caché »). Si je prépare tout cela à la maison*, je serai plus à l'aise dans mes interros, car je n'ose pas toujours faire des mouvements qui m'aident et, bien souvent, je n'y pense pas non plus.

- Oui... Vous avez parfaitement compris les enfants, vous devenez maîtres de l'Espace-Temps!

- Et du mouvement!

- Yeah, on entre dans la quatrième dimension !
- Oui... on pense à aller découvrir la Lune... Mars..., avec des fusées extraordinaires, alors qu'il y a encore tant à découvrir dans notre planète mentale, dit Monsieur Antoine, songeur...
- Oui, avec la fusée à « introspection » !





Philo & Sophie découvrent le projet⁶

Après quelques jours à expérimenter les trois moments du « chapeau de la pensée », Philo & Sophie se sont rendu compte que tout se passait bien quand ils étaient motivés et qu'ils savaient ce qu'ils allaient faire avec ce qu'on leur donnait à percevoir* (c'est-à-dire à voir, toucher, entendre, sentir...). Mais, malheur de malheur, ça ne marchait pas lors de certaines demandes à l'école, ou quand ils n'avaient pas envie*.

Mince ! Le truc de M'sieur Antoine pour voyager dans l'Espace-Temps n'est donc pas suffisant pour apprendre à l'école ?

Voilà nos deux amis qui retournent à Paris et retrouvent notre sage Antoine. Il les invite à s'installer au jardin, pour réfléchir à tout cela au grand air.

- Ce qui vous manque dans certains cas, les enfants, c'est le projet. Pas de vie mentale sans projet* !

- Mama Mia, dit Sophie, « Pas de vie mentale », ça veut dire qu'on est complètement mort ?

- Non ! lui répond Antoine. Bien sûr que non, mais nos neurones ne peuvent se mobiliser que si l'on a le projet, l'intention de faire quelque chose avec eux*.



6. Le projet est une « structure », une stratégie évocative déterminée par l'objectif clairement identifié. L'enfant sera fortement aidé dans sa mise en œuvre par le mot « POUR » ajouté à vos consignes. Voyez la différence entre « Regarde bien le mot » et « Regarde bien le mot pour en revoir les lettres, le parler dans la tête, te ressentir en train de l'écrire, afin de le noter sans erreur quand il sera caché. » Le grand « drame » de l'enfant en difficulté scolaire tourne souvent autour du projet.



- Si je me place au volant de ma voiture sans savoir où je veux aller, je ne pourrai pas diriger ma voiture correctement et vais errer dans la ville*, en perdant un temps précieux, surtout si des amis m'attendent au cinéma*!

Prenons un exemple, les enfants, vous allez comprendre rapidement ce que je veux dire.

- On va dans la fusée à introspection ?
Yeah!

Antoine s'empare de sa bouteille d'eau et la pose devant nos yeux en disant :

- Voilà, Philo & Sophie, regardez bien cette bouteille*.

Fais de même avec l'adulte qui t'accompagne.

Philo et Sophie sont perdus. Ils regardent la bouteille fixement, comme s'ils voulaient la faire bouger par leur simple volonté*.

- C'est comme avec certaines choses de l'école. On sait pas trop ce qu'on doit faire. Ça veut dire quoi « bien regarder » ?

- Bon, je mets fin à votre supplice. Ce n'était pas facile car je ne vous ai pas donné d'objectif, ni proposé ce que vous pouviez faire dans votre tête*, ce qui a mis des bâtons dans les roues de votre projet. Vous vous sentiez certainement désemparés, non* ?

- Oui, complètement. C'est un peu ce que je vis tous les jours à l'école et à la maison.

Je me perds à regarder les choses ou à faire résonner les paroles de maman dans ma tête, sans arriver à aller plus loin, car je ne sais pas ce qu'on veut de moi*. C'est crevant et stressant et finalement, je suis tout désemparé.

- Bon, ben moi, comme d'hab', quand je ne sais pas ce que je dois faire*, je zappe ou alors je fonce. Je dis ce qui me passe par la tête ou je fais ce qui vient comme première idée (j'en ai des milliards de tonnes) et je me fais... ATTRAPER car c'est pas ce qu'on attendait de moi, bien sûr*.

- Allons, allons, les enfants! Je sens bien que cela vous perturbe de ne pas savoir vers où aller dans votre tête. Une Formule 1 sans circuit, ça ne va pas loin, c'est bien connu!



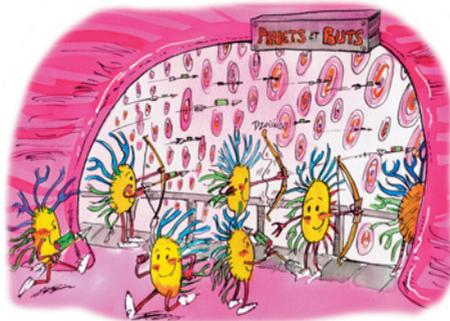
- « Projet » vient du latin, pro-iacere, qui signifie « en avant-jeter ». Cela permet en effet de propulser nos idées, notre pensée dans une direction bien déterminée, vers un but bien précis*. Imaginez un archer* qui vise sa cible. Il sait très bien quelle cible* il souhaite atteindre. Il tend la corde de son arc, y coince sa flèche et vise avec précision*, pour qu'elle file vers la cible* et décrive une trajectoire sûre et rapide. Droit au but!

- Le projet est ce qui nous permet à tous d'être attentifs pour mémoriser, comprendre, réfléchir... et imaginer !

« Attention », vient du latin attentio (concentration de l'esprit vers quelque chose), qui vient lui-même de ad-tendere; tendre vers. Comme l'archer visant sa cible (l'objectif de la consigne)*, on prépare nos images, nos mots, nos mouvements dans la tête* pour prendre uniquement ce qui nous intéresse*. Ensuite, avec ces mots, ces images, ces mouvements, on propulse notre pensée* vers ce qui est attendu... Et paf! Droit au but* ! C'est cela « être en projet ».
Nouvel essai, d'accord ?

- Observez cette bouteille **POUR** la redessiner de mémoire, dans 3 minutes, lorsqu'elle sera cachée* ...

- Alors, c'était comment cette fois ?



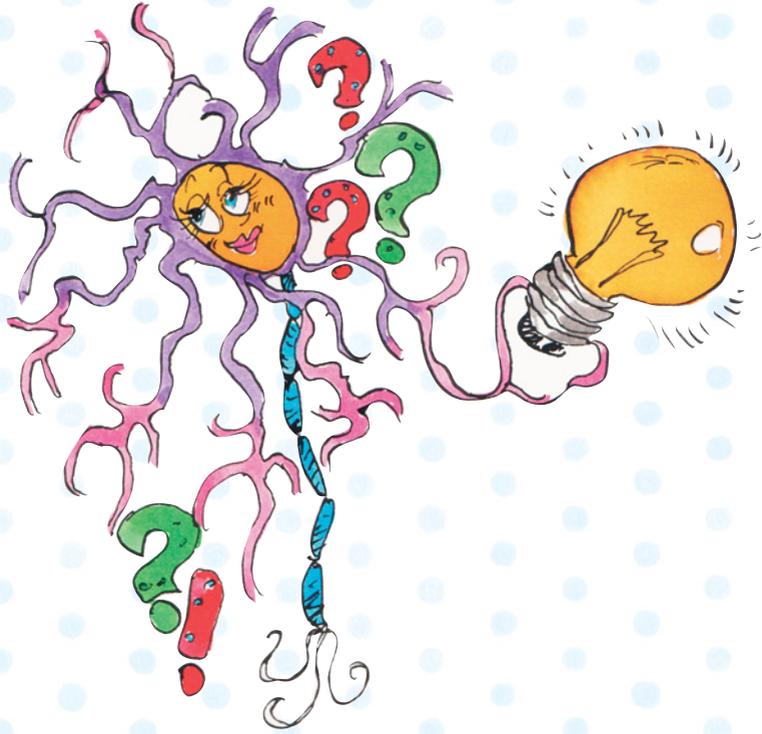
- Comme Robin des Bois ! J'ai pris ma flèche... euh, mes yeux, je les ai préparés à regarder les couleurs et la forme de la bouteille. Puis j'ai fermé mes yeux et je me suis redits les couleurs en ressentant ma main qui dessinait la forme*. Ensuite, j'ai regardé à nouveau pour vérifier, et je me suis dit les mots qui étaient écrits dessus*. Après, je me suis demandé s'il fallait la dessiner de haut ou de face. Comme vous ne l'aviez pas dit, je me suis dit que j'allais la dessiner comme je l'avais vue*.

- C'est vrai que, quand je sais quels détails mes yeux vont observer pour redessiner, alors ça devient facile, car ma tête sait ce qu'elle doit dire à mes yeux de faire*. C'est difficile à expliquer, mais c'est vraiment comme la flèche de Robin des Bois quand il tire sur le Shérif de Nottingham*! Il sait ce qu'il veut et sait ce que ça va donner! Hi, hi, hi!



- Moi, dit Sophie, j'ai regardé et j'ai d'abord transformé la bouteille en princesse*, car c'est un peu une forme de dame*, puis la princesse prenait les couleurs de la bouteille sur sa robe* et les mots de la bouteille s'imprimaient aussi sur la robe. Mais j'ai tout effacé car je me suis dit que je ne pouvais pas faire ça.





- Et pourquoi pas, Sophie ? demande Antoine. Si tu sais que ta pensée a besoin de transformer pour être plus attentive, il n'y a aucun problème*. Tant que ta bouteille-princesse redevient la bouteille lorsque tu la dessines sur ta feuille*.

- Alors j'ai le droit ?

- Dans notre tête, on a toute liberté*, du moment qu'on prend conscience que nos transformations devront repasser dans l'autre sens pour être restituées comme attendu*. Tu te souviens, la troisième partie du chapeau de la pensée ?

- Oui, mais si je dessine une princesse ? À l'école, je transforme et je mets sur ma feuille les trucs rigolos que j'ai vus dans ma tête*.

- Conserve précieusement ton appareil photo « transformeur », mais ton professeur ne peut pas accepter que tu dessines une princesse quand tu as observé une bouteille... Mets-toi à sa place*!

- Oui, c'est vrai ! Je me mets à sa place. Ouh là là, des élèves comme Philo et moi lui donnent du boulot !

- Oui, mais ce n'est pas pour cela qu'il ne vous apprécie pas* !

Trouver des moyens pour vous aider est son petit défi de tous les jours !

Si en plus vous l'aidez en lui proposant quelques trucs qui marchent*, vous allez former une équipe d'enfer pour améliorer les choses et rendre l'apprentissage scolaire plus agréable, pour lui comme pour vous et les autres enfants de la classe* !



Bon, poursuivons nos expérimentations ! Vous avez toujours la bouteille dans votre tête ? Et sous les yeux ? Si je vous demande maintenant d'en estimer la masse* ? Sentez-vous que votre projet se modifie et va en direction de ce nouvel objectif* ?

- C'est génial M'sieur Antoine, j'ai ressenti le poids de la bouteille remplie*, car je le connais bien ! Puis je me suis raconté que, avec la moitié du liquide en moins, cela devrait faire 500 grammes car j'ai retrouvé dans ma tête ce qu'on avait appris sur le litre d'eau et son poids*. J'ai alors vérifié qu'il était bien indiqué « 1 Litre » sur la bouteille*.

- Bravo Philo, ce que tu viens de faire là est un acte de Réflexion, c'est-à-dire, à partir d'une question que tu te poses, chercher en mémoire des informations nécessaires et en lien, les trier, les vérifier, et les confirmer !

- Oh, je suis super heureux ! Je croyais que je ne savais qu'imaginer car tout le monde me dit toujours que j'ai trop d'imagination !

- En domptant ton « petit cheval », ton imagination est devenue un outil merveilleux, qui t'aidera dans tous tes autres gestes mentaux !



Ces rencontres avec Monsieur Antoine ont rendu Philo & Sophie très enthousiastes.

Pour les aider à mettre tout cela en pratique, lors des devoirs ou dès qu'on leur demande d'être attentifs, Philo a fabriqué un petit tableau récapitulatif.

Il pourra aussi te servir !

Le chapeau de la pensée

- Me **préparer** à faire des gestes dans ma tête en étant paisible et calme.
- **Décider** de faire exister dans ma tête ce que j'ai sous les yeux, dans les mains, entendu...
- Avoir un **objectif clair** pour me mettre en **projet** et utiliser les mots, les images, les mouvements... les plus efficaces.
- Prendre le temps de faire des **allers-retours** entre ce qui est donné et ce que j'ai dans ma tête, pour vérifier.
- Ne pas avoir peur de **transformer** si besoin, à condition de bien le savoir et de restituer ce qui est demandé.
- Ne pas avoir peur d'utiliser mon **imagination** mais en la « domptant ».
- Prendre le temps de faire un bon **stock** dans ma mémoire, en freinant mon impulsivité.
- **Préparer** des mots pour expliquer ou retranscrire les images, sons, etc. dans ma tête, car l'école en est gourmande.
- **M'entraîner** à voir, me dire, ressentir : des images, des mots, des idées, des objets...

**Philo & Sophie te retrouveront bientôt avec plaisir
dans un nouvel épisode.
Il te permettra de découvrir toutes tes intelligences
et te donnera trucs et astuces pour mieux mémoriser!**



Pour continuer la lecture...

- *Graphismes et mandalas d'apprentissage*, Armelle Géninet, Retz, 2006
- *Jeux pour apprendre: D'après la pédagogie d'Antoine de la Garanderie*, Bénédite Denizot, Eyrolles, 2013
- *Génération dyslecteurs*, Vincent Goetry et coll. dont Catherine Vanham, Érasme, 2014
- *J'apprends à penser, je réussis mieux*, Racicot José, Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, Montréal, 2008
- *Tous les enfants peuvent réussir*, Antoine de La Garanderie et Geneviève Cattan, Bayard Éditions, 1988, Réédité chez Marabout
- *Réussir ça s'apprend, Un guide pour les parents*, Antoine de La Garanderie et Daniel Arquie, Bayard Éditions, 1994
- *On peut tous toujours réussir*, Antoine de la Garanderie et Elisabeth Tingry, Bayard Éditions, 1991
- *1 tête bien faite = 10 têtes bien pleines*, Fr. Brissard, Le Rocher, 1991
- *Libérer l'imagination. Pour une Gestion Mentale de l'initiative*, Marie-Pierre Gallien, Bayard Éditions, 1993
- *La Gestion Mentale en Mathématiques, Application de la sixième à la seconde (il s'agit du système français)*, Armelle Geninet, Retz, 1993
- *Éduquer au sens de l'écrit*, Jean-Pierre Gate, Nathan Pédagogie, 1998
- *Les grands projets de nos petits*, Antoine de la Garanderie, Bayard Éditions, 2000
- *Accompagner le travail des adolescents avec la pédagogie des gestes mentaux*, Guy Sonnois, Chronique Sociale, Lyon, 2009.

Catherine Vanham, logopède, spécialisée en rééducation des troubles logico-mathématiques de la pensée, fondatrice et coordinatrice du centre de rééducations cognitives indépendant Mathémô www.mathemo.org, chargée de missions pour la Fondation Dyslexie et l'Association TDA/H Belgique, maître de formation pratique à la Haute école Leonard de Vinci (I.L.M.H) s'est toujours intéressée de près au fonctionnement de l'enfant qui apprend, à sa gestion mentale, à ses maux et ses mots.
Elle est formatrice pour les professionnels de l'enfance depuis 15 ans et anime des stages et ateliers en région bruxelloise.

Julien Detilloux est né à Liège en 1983. Depuis tout petit, il a toujours voulu faire de la BD. Sorti de St Luc Liège en 2005 en option bande dessinée, il s'inscrit en 2006 sur le site BDAmateur.com qui lui permet de mettre en place diverses collaborations pour différents projets de fanzines. Il réalise également des illustrations pour enfants et des dessins de presse pour divers concours. Il vit actuellement à Bruxelles et travaille sur différents projets notamment via son blog <http://juliendbdamoi.canalblog.com>.





Cette brochure, rédigée par Catherine Vanham et illustrée par Julien Detilloux,
est éditée par l'asbl TDA/H Belgique.

La réalisation de cette brochure a été possible grâce à l'aide de l'ensemble de l'équipe
et des bénévoles de l'ASBL TDA/H Belgique, et plus particulièrement
de Catherine M., Pascale D. et Sabine E.

© TDA/H Belgique 2014

TDA/H Belgique asbl
• info@tdah.be • www.tdah.be

Si vous désirez soutenir les actions de l'asbl TDA/H Belgique rejoignez-nous
en adhérant :

<http://www.tdah.be/tdah/asbl-tdah-belgique/devenir-membre>

Ajouter logo et phrases sponsors

Troisième de couverture

Mettre images de nos autres brochure. Ajouter couverture provisoire de TDA/H et habiletés sociales.

Brochures disponibles sur demande:
<http://www.tdah.be/tdah/documentation/brochures>