



25 idées inspirantes

pour le bien-être
et l'inclusivité à l'école

Sommaire

Repenser l'environnement

Repensons la salle de classe avec l'intégration sensorielle
par Isabelle, ergothérapeute p. 4

Un espace sensoriel au service de l'inclusion et du bien-être
par Dorothée, enseignante en ulis p. 7

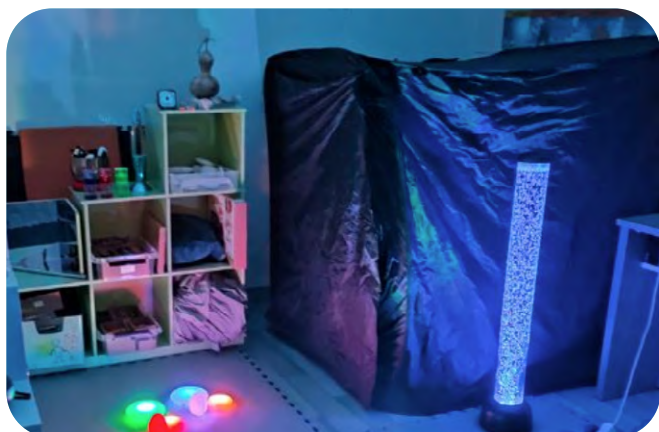
Aménager un coin sensoriel en classe UEMA
par Cloé, psychomotricienne p. 11

Choisir une classe flexible, c'est choisir le bien-être des enfants
par Laura, enseignante p. 14

7 conseils pour réussir votre projet de classe flexible
par Audrey, enseignante p. 17

Pensons autrement le rôle de l'enseignant
par Nina et Anaïs, enseignantes p. 21

Une journée dans une classe flexible
par Stéphanie, enseignante p. 25



Objectif bien-être

3 ateliers pour « travailler » les émotions en classe
par Elsa et Nathalie, enseignantes et ludopédagogues p. 28

La psychopédagogie positive et l'école
par Sylvie, praticienne en psychopédagogie positive p. 32

Dispositif d'autorégulation : qu'est ce que c'est ?
par Anne-Sophie, neuropsychologue p. 34

Les enfants nous parlent de l'autorégulation en classe
par Stéphanie, enseignante p. 38

Pédagogie : les massages à l'école
par l'association MISA p. 41

L'influence du genre dans la régulation des émotions
par Natacha, psychologue p. 44



Différencier, innover...

Epsilon à l'école : pour une meilleure inclusion scolaire
par Lydie, enseignante spécialisée
psychologue p. 48

L'orthopédagogie en classe
par Virginie et Christelle,
enseignantes-orthopédagogues p. 52

La coopération dans la classe flexible et inclusive
par Adeline, enseignante p. 56

Utiliser un Time Timer en classe
par Kyra, enseignante p. 59

Écoute musicale et musicogrammes
par Adeline, enseignante p. 61

Changer les perceptions, comprendre les besoins

Interrogeons-nous sur la normalité ! p. 63

Qu'est-ce que la neurodiversité ?
par Lorène, Lali et l'association
Collectif Atypique p. 65

Renforcement positif et TDAH
par Charline, praticienne en TCC p. 70

5 conseils pour accompagner un enfant TDAH
par Anne, médecin pédopsychiatre
et Laura, psychologue clinicienne p. 73

Accompagner les élèves à haut potentiel
par Marina, enseignante p. 76

Les enfants DYS et la confiance en soi
par Stephanie et Dorine,
orthopédagogues p. 83

L'écriture chez les enfants porteurs de TSA
par Amélie, ergothérapeute p. 86

Notre histoire
par Hop'Toys p. 91





Repensons la salle de classe avec l'intégration sensorielle

par Isabelle, ergothérapeute

Isabelle Babington, ergothérapeute et auteure de l'ouvrage «L'enfant extraordinaire», nous donne des pistes concrètes afin de repenser les espaces à l'école, en tenant compte des particularités neurosensorielles des élèves.

Dans l'école idéale...

Un enfant hypersensible aurait accès à un casque antibruit en sachant qu'il a le droit de l'utiliser dans certaines situations bruyantes, notamment à la cantine (certains enfants ne vont pas à la cantine à cause du bruit). En classe, les écrans de travail, durant certaines tâches, peuvent être très efficaces. En effet, durant une dictée ou un test, un écran qui le protège des distractions qu'il a du mal à ignorer peut aider un enfant à se concentrer. On peut aussi réfléchir à sa place en classe. On peut épurer la feuille en diminuant la quantité d'informations, d'exercices ou d'opérations. Il en va de même pour les

instructions orales : énoncer une seule chose à la fois peut aider un enfant distrait.

Les profs d'EPS devraient être sensibilisés au fait que certains enfants ont des handicaps invisibles. Si l'enfant ne présente pas de handicap moteur visible, on pourrait penser qu'il peut monter à l'échelle ou sauter dans la piscine... Sauf que chez certains, l'interprétation de la situation par leur système nerveux ne leur apporte pas les bonnes informations sur la relation entre leur corps et cet espace inhabituel ou effrayant. Si l'enfant semble figé par la peur, il est préférable de l'accompagner, sans le forcer ni le culpabiliser.

Il y aurait des lieux pour des pauses en solo. Les enfants en surcharge sensorielle auraient la possibilité de faire une pause dans un petit coin calme et éloigné des autres (dans une petite tente, sous un bureau, un placard, etc.). Dans une école idéale, il y aurait une petite salle de cantine séparée pour 4 ou 5 enfants hypersensibles au bruit (cela existe de temps en temps aux États-Unis).

Et bien sûr, les enseignants seraient formés pour comprendre comment les troubles de l'intégration sensorielle impactent les comportements et les apprentissages.

Il faudrait pouvoir organiser des pauses motrices, des pauses actives, pour que les enfants bougent.

“ *Les enfants sont trop longtemps assis, trop souvent, et ce n'est pas toujours la meilleure position pour apprendre.* ”

Beaucoup d'enfants ont besoin de bouger pour intégrer une leçon : de manipuler, de déplacer, de se déplacer. On pourrait aussi mettre à



disposition quelques coussins d'air, qui permettent de se procurer des sensations (non-dérangeantes pour les autres) De nombreuses expériences se font à l'étranger (Canada, Allemagne, Suisse, Australie...) pour inciter les enfants à bouger, leur proposer des options de positions, des bureaux debout, des petits vélos statiques...

Dans l'école idéale, il y aurait une cantine bio, sans sucre ajouté, sans alimentation industrielle.

Dans la cour de récréation, il y aurait des toboggans, des balançoires et des bacs à sable. On verrait le retour des cordes à sauter, des marelles, des élastiques, des structures pour grimper.







À lire
Et si on pensait l'aménagement de classe autrement ?



Rêvons à des espaces possibles

Et apprenons à décoder les signaux des enfants. Les aménagements cités ici ne constituent pas une thérapie d'intégration sensorielle, et encore moins des recettes valables pour tous. Ce sont des idées pour améliorer la vie ensemble en permettant aux enfants en difficulté de s'adapter plus aisément. Tout le monde y gagne : les enfants sont moins désorganisés dans leurs réponses, les adultes plus sereins.

“ Grimper, sauter, tripoter des textures, se balancer, nourrit le cerveau des enfants pour les apprentissages ultérieurs et participe à la modulation neuro-sensorielle.

Mâcher – du chewing-gum par exemple – même si cela surprend les adultes encadrants, est une source de sensations régulatrices qui peut permettre à certains de mieux se concentrer. Aller en classe à pied ou à vélo, passer moins de temps devant les écrans aussi...

On ne peut pas supprimer les écrans de nos vies. Mais il faut se souvenir qu'à chaque fois qu'un enfant passe du temps devant, il ne se fournit pas en informations sensori-motrices organisatrices de son cerveau. Il surstimule son système visuel au détriment des autres sens. Il « sous-nourrit » ses muscles, ses articulations, ses oreilles internes, ses récepteurs tactiles et les connexions indispensables entre eux. Or ce sont ces connexions qui doivent lui assurer un flot continu de sensations pour organiser ses apprentissages ET son comportement.



Isabelle Babington

est ergothérapeute.

Elle a exercé en France et aux États-Unis où elle s'est formée à l'intégration sensorielle.

Elle a été la première à enseigner cette approche en France. Isabelle est cofondatrice de la Meex (Maison des enfants extraordinaires) où elle consulte, coordonne des programmes et forme des professionnels. Elle est aussi l'auteure de l'ouvrage *L'enfant extraordinaire, comprendre et accompagner les troubles des apprentissages et du comportement chez l'enfant*.



Un espace sensoriel au service de l'inclusion et du bien-être

par Dorothee, enseignante en ULIS

Qu'ils soient en situation de handicap ou non, les enfants ressentent et absorbent le stress des adultes. Aussi, ils absorbent les informations négatives à la télévision, sans pour autant réussir à verbaliser, comprendre et expliquer. En tant qu'enseignants, nous sommes de plus en plus souvent confrontés à l'anxiété chez les enfants.

Pourquoi mettre en place un espace sensoriel à l'école ?

La gestion difficile des émotions, la pression face à la scolarité, la peur de l'échec... Autant de facteurs mettant à mal le bien-être des élèves à l'école. Il apparaît cependant indéniable qu'un enfant apaisé est un élève prêt à apprendre. Face à ce constat, réaliser un espace sensoriel au sein de mon dispositif ULIS est apparu comme une aide possible.

Cet espace a différentes fonctions :

- Permettre à l'enfant de se recentrer et de canaliser ses émotions.
- Découvrir et stimuler les différents sens.
- Proposer un lieu propice au bien-être et à la relaxation.
- C'est aussi un espace essentiel pour permettre une inclusion scolaire réussie.

“ *Un projet qui a du sens est un projet réalisé pour, mais aussi et avant tout, par les élèves.* ”

Les élèves du dispositif ULIS au centre du projet

Nous avons commencé à vendre des paniers de fruits et légumes pour récolter de l'argent. Ce n'est malheureusement pas suffisant pour financer entièrement cet espace. C'est pourquoi nous avons mis en place une « trousse à projets » nous permettant de récolter des dons de la part des entreprises de notre commune.

Le choix des outils a été fait lors de conseils des élèves. Chaque enfant expliquait quel objet il souhaitait avoir dans l'espace sensoriel. Autant d'occasions nous permettant de travailler les mathématiques (par le calcul du budget, les ventes...) et le français (communiquer à l'oral comme à l'écrit sur notre projet).



Les bienfaits du coin sensoriel

La stimulation des sens

Beaucoup de découvertes sensorielles se font dans la toute petite enfance. Cependant, certains élèves n'ont pas réalisé entièrement ces découvertes ou ont encore besoin d'y avoir recours. Notre coin sensoriel représente donc un lieu sécurisant. L'enfant est libre d'explorer et de stimuler ses sens selon ses besoins et son développement.

Cet espace apporte différentes stimulations :

- **Visuelle** : par les images ou les couleurs. Différents objets lumineux sont à disposition (galets lumineux, colonne lumineuse...) mais aussi des miroirs, kaléidoscopes et autres outils permettant de s'observer et d'observer le monde qui nous entoure.



À télécharger
Cartes Pause sensori-
motrice



noire. Cette tente représente l'espace refuge où l'élève, dépassé par ses émotions, peut s'isoler et se recentrer. À l'intérieur, il peut utiliser différents outils lui permettant de se recentrer : objets lumineux, musique apaisante, ...

L'enfant utilise alors les objets qui le rassurent pour s'autoréguler. Cet espace refuge peut être utilisé de différentes façons :

- **Auditive** : bruits de la nature, écoute d'instruments, musique apaisante...
 - **Olfactive** : se centrer sur les odeurs peut permettre à un enfant de se recentrer plus facilement. L'utilisation d'huiles essentielles n'étant pas possible, j'utilise principalement le loto des odeurs ainsi que les boîtes olfactives à remplir soi-même.
 - **Tactile** : toucher, caresser... Différentes textures sont proposées afin de répondre au besoin de toucher très présent chez certains enfants.
 - **Vestibulaire** : simuler le sens vestibulaire est important pour les enfants présentant des troubles de l'équilibre ou des difficultés de posture. Afin de les aider dans cette gestion de l'équilibre, la planche Wobbel a intégré notre espace.
- Les différents objets sont, au préalable, découverts avec l'enseignant. Les élèves peuvent ensuite les utiliser librement dans cet espace.
- **Seul** : quand l'enfant ressent le besoin de se recentrer, de s'apaiser. S'il n'arrive pas à identifier ses émotions et ses besoins, l'adulte peut l'aider en lui proposant un temps dans l'espace refuge quand ce dernier perçoit les premiers signes indiquant un mal-être chez l'enfant.
 - **Avec un adulte** : le coin sensoriel peut être un lieu de dialogue entre adulte et enfant pour verbaliser les émotions, se confier...
 - **En petit groupe** : cet espace est propice aux échanges. Dans le dispositif, des élèves à profils très différents se côtoient quotidiennement. Parfois, n'utilisant pas le même canal de communication, certaines tensions apparaissent entre eux. Se retrouver dans un espace propice au calme et au bien-être favorise les échanges et la mise en place d'une relation.

La gestion des émotions

Si le coin sensoriel permet de travailler les différents sens, il est aussi un atout pour la gestion des émotions. Dépassés par leurs émotions, les élèves du dispositif peuvent avoir besoin d'un espace pour se recentrer. C'est pourquoi, le coin sensoriel a une tente pop-up

Un espace de relaxation

Le dispositif ULIS accueille l'après-midi les élèves en petits groupes (l'inclusion étant très importante l'après-midi). C'est l'occasion pour nous de faire des séances de relaxation dans le coin sensoriel. Le début d'après-midi, après un temps du midi dehors, s'y prête bien. En effet, le temps du midi peut être source d'agitation ou d'angoisse.

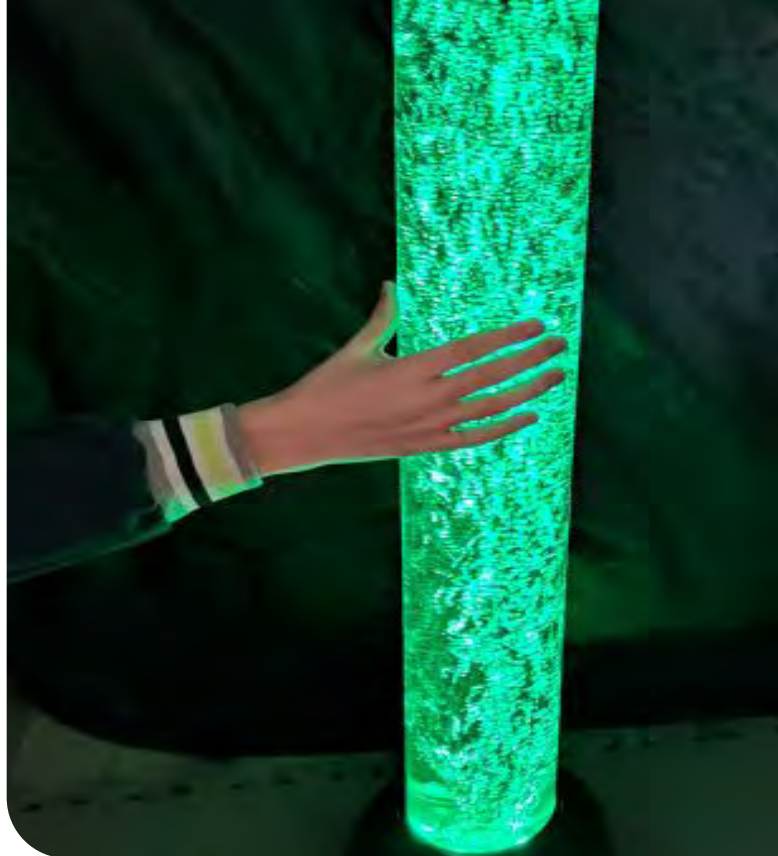
Un grand espace, un temps long, la présence de beaucoup d'enfants... En rentrant à 13h30, les élèves présents dans le dispositif sont très réceptifs à la relaxation ou au yoga. On en profite pour travailler la respiration, le lâcher-prise... Ils peuvent alors retourner aux apprentissages plus facilement.

Un coin sensoriel au service de l'inclusion

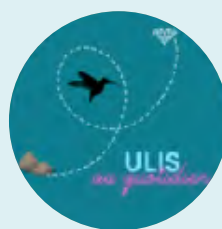
Le coin sensoriel est une aide considérable pour l'inclusion scolaire. Les élèves du dispositif ULIS ont un emploi du temps très chargé. Les changements de lieux dans la journée sont fréquents : classe, ULIS, services de soin... Les temps de transition peuvent être compliqués.

Le dispositif doit représenter pour eux un point repère et l'enfant peut avoir accès au coin sensoriel quand il a besoin d'une « bulle de respiration » dans cette journée riche en apprentissages. De plus, travailler les sens nous permet de bien connaître nos élèves et les canaux possibles permettant l'apaisement.

L'enfant s'apaise-t-il plus facilement grâce au toucher ? On peut alors lui proposer différents outils tels que les fidgets. A-t-il besoin de mouvement ? Les assises spécifiques peuvent lui permettre de rester concentré tout en prenant en compte son besoin. C'est pourquoi, en plus de l'espace sensoriel, une valise est prévue contenant différents outils à prêter aux classes pour permettre aux enseignants d'offrir aux élèves l'objet propice à leur détente (fidgets, sabliers, tabouret oscillant, galettes...).





Enfin, cet espace peut aussi être un lien supplémentaire entre eux et les élèves de leur classe. En effet, lors des temps de co-intervention, l'utilisation de ce coin sensoriel peut être proposée en petit groupe à leur classe. Un moyen supplémentaire pour créer du lien avec les camarades de leur classe pour les élèves d'ULIS mais aussi d'apporter les bénéfices de cet espace à tous les élèves de l'école.



Professeure des écoles depuis 17 ans, **Dorothee Brochard** est une personne passionnée par l'enseignement spécialisé.

Elle a passé 16 de ses 17 années d'exercice en CLIS puis ULIS. Depuis deux ans, elle a créé un blog pour aider les enseignants spécialisés débutants (ou non) et partager ses outils.

 ulisauquotidien.eklablog.com

 [@ulisauquotidien](https://www.instagram.com/ulisauquotidien)



Aménager un coin sensoriel en classe UEMA par Cloé, psychomotricienne

Cloé Maillet est psychomotricienne en classe UEMA (Unité d'Enseignement en Maternelle). Elle explique comment ils ont aménagé une classe afin de répondre aux besoins spécifiques d'élèves avec autisme.

Il y a quelques semaines, nous avons décidé d'adapter la disposition de la classe de l'Unité d'Enseignement Maternelle afin que cette dernière corresponde au mieux aux besoins des enfants qui y sont accueillis. Les enfants avec TSA ont besoin d'espaces définis, clairs et représentatifs de ce qu'on y fait. De ce fait, nous avons déjà un coin regroupement, un espace travail neutre, un espace art visuel, une table centrale pour les activités de groupe, un espace travail moins neutre pour préparer petit à petit l'inclusion, une petite bibliothèque avec des canapés et un coin jeu avec des jouets sensoriels et des jeux symboliques.

Privilégier les stimulations visuelles et tactiles

Nous nous sommes rendu compte que les enfants accueillis dans cette classe n'investissaient pas les jeux symboliques. C'est une notion très abstraite pour les enfants avec TSA, et peu d'enfants de l'UEMA y ont accès pour le moment. Cependant, nous avons une population plus « sensorielle », qui investit préférentiellement les stimulations visuelles et tactiles. Il nous a donc semblé essentiel d'adapter la salle et ces espaces aux enfants accueillis. C'est ainsi que le coin jeu a été réduit et que nous avons créé un espace sensoriel plus grand, qui permet aux enfants de pouvoir s'autoréguler, de faire office de coin refuge en cas de crise, mais également de stimulation sensorielle durant les temps de jeu.



Créer un coin refuge, un coin sensoriel

L'UEMA est et doit rester une classe. Le coin sensoriel devait rester fonctionnel et conserver un objectif de scolarisation. Nous ne pouvons pas transformer toute la classe pour créer un coin Snoezelen fermé, sombre et pluri-sensoriel. Comme vous le verrez sur les photos, ce coin reste relativement ouvert. Nous avons installé des claustras pour le rendre plus contenant, tout en le laissant accessible, en « libre-service ». Nous ne pouvons pas non plus mettre d'objets trop sonores pour ne pas déranger les enfants de la classe. Il en va de même pour les stimulations olfactives. Nous nous sommes donc concentrés sur des stimulations tactiles, proprioceptives et visuelles.

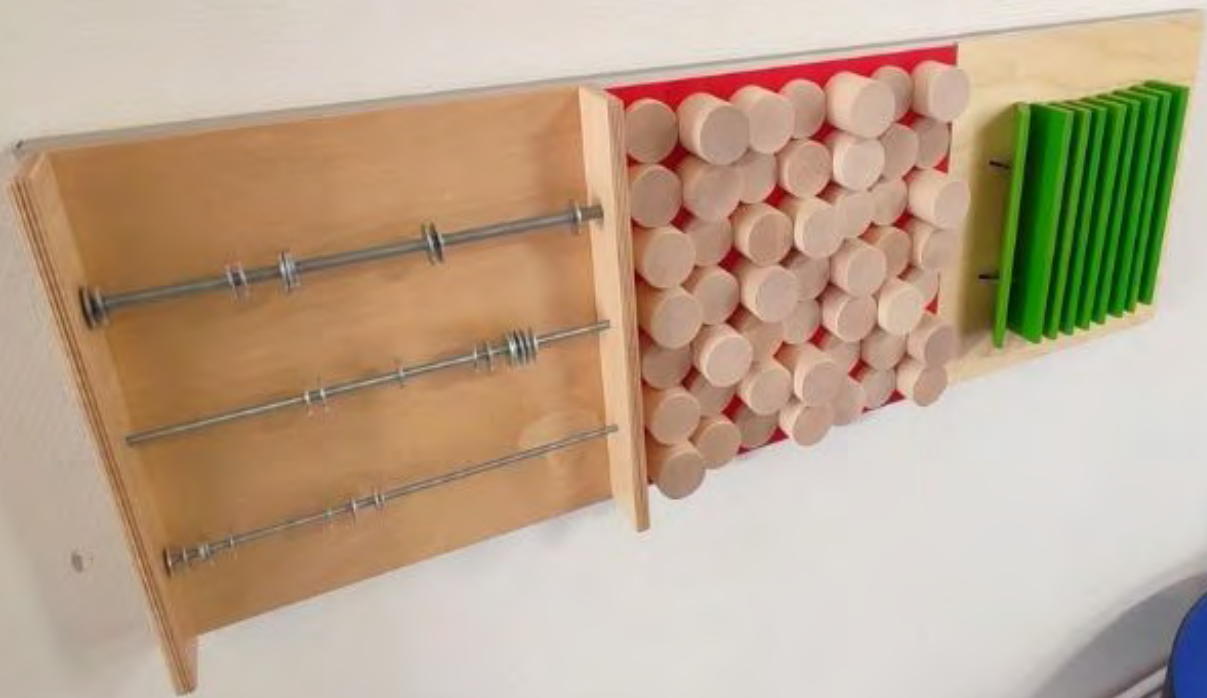
Nous avons dans un premier temps utilisé des objets que nous avons déjà à notre disposition : tapis, balles sensorielles, tablette lumineuse, petits objets tactiles, fibres lumineuses... Puis, nous l'avons agrémenté d'objets qui favorisent des expériences sensorielles visuelles et interactives au mur.

Multiplier les expériences sensorielles

Nous avons donc décidé de mettre au mur différentes planches de stimulations : Dans le cadre sensoriel, nous avons mis un panneau sensoriel clatter pillar, un panneau sensoriel rondins et un panneau sensoriel rondelles métal.

On a également accroché des jeux muraux favorisant la stimulation visuelle, tactile et la détente :

- [Jeu mural mini pluie](#) : Faites-le tourner sur son axe et tentez d'observer les nombreuses billes s'écoulant comme la pluie et oscillant entre les petits picots. Le son produit est très apaisant.
- [Jeu mural tube](#) : Vos sens vont être captivés avec ce jeu mural en forme de tube. Il renferme un grand ressort en métal sur lequel de petites perles se précipitent quand le tube bascule d'un côté à l'autre. Effet relaxant garanti !
- [Jeu mural volant](#) : Ce jeu mural surprend par son originalité. Les fines billes ruissellent entre deux espaces séparés par une petite ouverture comme dans un sablier. Il propose des effets visuels captivants, tournant d'avant en arrière.



Accompagner les enfants dans la découverte sensorielle

Nous avons également mis une boîte qui n'est pas à la disposition des enfants, mais qui permet aux adultes de les accompagner dans la découverte sensorielle. Dans cette boîte, on retrouve des tubes lumineux, des miroirs infinis, des balles sensorielles visuelles, ainsi que des balles de stimulation tactile.

Ces aménagements ont été pensés en fonction des besoins propres des enfants accueillis. Comme il y a autant de formes d'autisme que d'enfants autistes, il y a également autant de coins sensoriels que d'enfants ! Le tout est d'essayer, de proposer et d'adapter en fonction des envies et besoin des enfants, et de faire place à la créativité !



Cloé Maillet est psychomotricienne en UEMA.



@cloe_psychomot



Des expériences sensorielles visuelles et interactives au mur



Choisir une classe flexible, c'est choisir le bien-être des enfants

par Laura, enseignante

Enseignante depuis douze ans, j'ai toujours adapté ma pédagogie aux élèves. Au fur et à mesure, j'ai transformé mes cours, puis la façon de travailler, la disposition de la classe, les assises. J'ai découvert sur Internet que cette façon de faire relevait du concept de «classe flexible».

Pourquoi avoir choisi la classe flexible ?

Pour moi, l'enseignant.e doit s'adapter à l'enfant et non l'inverse. C'est important de se sentir bien en classe, de sentir que le professeur prend en compte le rythme et les besoins de chaque élève, notamment à besoins particuliers. En effet, ces derniers ont tendance à se dévaloriser et parfois à se décourager.

J'ai toujours observé mes élèves, et c'est en les voyant parfois agités sur leur chaise ou ayant du mal à se concentrer que je me suis rendue compte qu'il fallait trouver des moyens pour les aider, pour canaliser leur énergie et améliorer la concentration en classe.

Les aménagements

C'est ainsi que ma classe flexible s'est enrichie au fil des années. Je conçois des jeux pédagogiques, j'utilise du matériel adapté aux besoins de chaque enfant : ballons, tables hautes, vélo-bureau, coin au sol, coussins et galettes de chaise, élastiques aux pieds des chaises, repose-pieds, casques antibruit... Je propose également des fidgets, petits outils qui permettent de canaliser l'attention, de détendre les muscles et de se relaxer. Ils ont toujours beaucoup de succès !



Les élèves peuvent se lever pour choisir du matériel ou changer d'activité. Plusieurs tables sont disposées en îlots : cela permet de favoriser le travail entre pairs.

Le coin lecture est également un endroit où l'on peut se relaxer et lire lorsque le travail est terminé. C'est un espace clé dans une classe, surtout en cours de français au collège.

“ Choisir une classe flexible, c'est choisir le bien-être des enfants et leur fournir un cadre adapté et propice aux apprentissages.

C'est aussi apprendre à observer davantage les élèves et ne pas hésiter à tester. L'enseignant·e saura quel matériel proposer à ses élèves. Je n'ai pas construit ma classe flexible en un jour ! On teste, on innove, on cherche aussi ses repères en tant qu'adulte, c'est tout à fait normal...et humain ! L'enseignant·e n'a pas forcément

été formé pour permettre une telle flexibilité en classe alors que c'est une pédagogie qui, je pense, met en avant un des principes fondamentaux de l'enseignement : apprendre avec plaisir, apprendre en manipulant, non pas en restant passif face à un cours didactique et magistral.

Les bienfaits de la classe flexible

Les bienfaits d'une classe flexible sont nombreux : l'enfant est davantage concentré, il canalise son énergie grâce aux outils et est donc plus réceptif en classe.

De plus, il se sent mieux, plus à l'aise : il évolue à son rythme et ses besoins sont respectés. Travailler dans une classe flexible est pour eux synonyme de plaisir : l'école n'est plus rigide et s'adapte à eux. Cela leur fait un bien fou !

Ils sont également plus autonomes : ils prennent conscience de leurs besoins lorsqu'ils testent et choisissent leur matériel. Ils peuvent également se déplacer dans la classe et n'ont plus de place fixe.



C'est également un plaisir pour l'enseignant.e malgré la charge de travail et l'organisation : voir s'épanouir ses élèves, c'est tout simplement le bonheur ! La classe flexible, c'est aussi prendre conscience de ses besoins et inculquer le respect des autres autant que le respect de soi.

Les retours positifs des élèves

«C'est trop bien, parce qu'on se sent mieux pour travailler.»

Lesly, 12 ans.

«J'arrive mieux à me concentrer, je suis plus libre, c'est plus cool et du coup je ne me fais pas disputer par les profs car je bouge sur ma chaise.»

Killian, 12 ans.

«J'adore, ça devrait être tout le temps comme ça, c'est ma salle préférée, elle est belle, et le matériel est top !»

Alice, 11 ans.

«Votre classe flexible, elle est géniale Madame, c'est une classe pour tout le monde et ça c'est trop bien.»

Nolhan, 11 ans.

«Je me sens mieux ici, c'est bien de penser aux élèves qui bougent tout le temps comme moi.»

Lilian, 13 ans.

“ *Travailler en classe flexible a changé énormément de choses en classe : les élèves sont plus impliqués, plus réceptifs et aiment venir en classe.* ”



Laura Génin est professeur depuis 12 ans. Elle a exercé son métier de la maternelle à l'enseignement supérieur. Elle enseigne aujourd'hui

en Normandie. Elle est également référente de lutte contre le décrochage scolaire et tutrice de collègues néo-titulaires.

Créative et passionnée par mon métier, elle a toujours eu à cœur de proposer à mes élèves des outils pour les aider et les motiver dans leur parcours scolaire, notamment les élèves à besoins spécifiques comme les enfants avec troubles Dys, TDAH et TSA. Amoureuse de littérature jeunesse, de théâtre et de mythologie, je mets à profit ma passion pour leur insuffler mon amour pour les livres et les emmener avec moi dans ce voyage.



À lire

15 conseils pour créer votre plan de classe flexible



7 conseils pour réussir votre projet de classe flexible

par Audrey, enseignante

Mettre en place une classe flexible ne se résume pas à proposer aux élèves différents types d'assises. Une classe flexible est une classe qui va proposer différentes surfaces de travail et différents types d'assises aux élèves pour leur permettre de bouger et maximiser ainsi leur attention et leur motivation en classe.

Passer à la classe flexible engage, beaucoup plus largement, à repenser sa manière d'enseigner, à chercher à répondre à ces problématiques majeures. C'est une nouvelle pédagogie qui invite à repenser :

- **la place de l'enseignant** : celui-ci n'est plus dans une position souveraine de détenteur unique du savoir. Il devient animateur d'une classe où chaque enfant va contribuer à un savoir, construit en commun.
- **la place et le rôle de l'élève** : autonomie, initiative, respect de soi et des autres... L'élève développe des compétences qui vont le rendre acteur de ses apprentissages.

- **l'espace et le temps** : le groupe-classe ne va plus fonctionner que d'une seule et même voix (comme une classe « en autobus »).

Comment expliquer aux élèves et aux parents le fonctionnement de la classe flexible ?

Il est important de présenter aux élèves le projet de façon simple et explicite. Pensez à expliquer le fonctionnement, mais surtout les objectifs visés : être acteur de ses apprentissages, travailler



à son rythme, s'installer comme on le souhaite selon ses besoins, être autonome, établir une relation de confiance. Une fois convaincus, les enfants seront vos meilleurs ambassadeurs auprès de leurs parents ! Je présente cependant toujours le fonctionnement lors de la réunion de la rentrée, de façon aussi explicite qu'aux élèves.

Comment guider les élèves qui n'arrivent pas à travailler en autonomie ?

Il est possible de leur imposer les activités à faire à la journée, à la semaine ou sur un créneau... On peut également leur proposer moins de choix qu'aux autres élèves, ils peuvent ainsi quand même choisir, mais sans avoir justement « l'embarras du choix » qui déstabilise parfois certains élèves. J'ai longtemps cru que c'était un échec de ne pas laisser chaque élève gérer sa feuille de route (appelée aussi plan de travail), mais c'est une autre forme de différenciation que de le guider de manière formelle.

Il est également envisageable de former des binômes hétérogènes au sein desquels un élève pourra solliciter et motiver son camarade. Toutefois, cela ne doit pas peser sur l'élève moteur du binôme sous peine de provoquer chez lui l'effet inverse, à savoir la démobilitation. Une alternative possible que j'utilise dans ma classe, c'est le tutorat ponctuel. Des élèves sont identifiés comme étant plus à l'aise et peuvent être sollicités par leurs pairs qui rencontrent des difficultés. L'avantage est que ce n'est pas forcément toujours le même tuteur qui est sollicité.

Comment instaurer des règles ?

Je me répète encore, mais les règles doivent être établies AVEC et POUR les élèves. C'est ainsi qu'elles feront sens pour eux.

En ce qui concerne le « flexible seating », c'est-à-dire le principe de pouvoir changer d'assises fréquemment, j'instaurer des règles d'or, empruntées aux collègues canadiens à l'origine de cette pratique, à savoir :



- choisir une assise qui me convient,
- donner le meilleur de moi-même,
- changer de place si ça ne va pas,
- prendre soin du matériel,
- ne pas déranger les camarades qui travaillent en autonomie et avec l'enseignant,
- l'enseignant peut me déplacer en cas de besoin.

La seule assise que je régule est le ballon, car y rester pour une durée prolongée n'est pas recommandé. Point de vigilance également quand il s'agit d'activités de graphisme, où il faudra veiller à ce que l'élève ait une posture adaptée.

Quand et comment introduire les plans de travail ?

C'est très variable selon les élèves, leur âge, leur habitude ou pas de ce type de fonctionnement... Généralement, j'introduis les feuilles de route à gérer tout seul à partir de la 3e semaine de septembre. Au début, il faut beaucoup les accompagner. Il est également possible de mettre tous les élèves sur le même plan de travail pour qu'ils le prennent en main.

Comment valider l'acquisition des compétences ?

C'est très variable encore une fois, cela peut être par une observation directe de l'enseignant, par les pairs, tout seul avec du matériel autocorrectif. Parfois, certaines activités sont validées par une petite fiche de validation, souvent au format A5 qui permet brièvement de voir si l'élève a bien compris la notion et peut la transposer tout seul dans un exercice. La validation peut aussi être différée du moment où l'élève réalise l'activité : photo, enregistrement audio, fiche écrite... Dans ce cas, cependant, l'enseignant se montrera vigilant quant à un retour dans un délai bref, surtout avec les plus jeunes.

Globalement, les évaluations traditionnelles passées par tous les élèves en même temps tendent à disparaître puisque les élèves n'en sont pas tous rendus au même point. Elles peuvent toutefois être utiles non pas en évaluations sommatives, mais en évaluations diagnostiques afin de constituer des groupes de besoins et voir où en est chaque élève.

Comment éviter les bavardages et les enfants qui papillonnent ?

Il faut distinguer le bruit de travail et le bavardage tout d'abord.

Il faut également savoir lâcher prise et accepter de ne pas tout voir et tout contrôler. Certains élèves vont passer par cette phase, peut-être parce qu'ils ne sont pas à l'aise, pas encore assurés dans le fonctionnement ou parce qu'ils n'ont pas intégré que liberté de choix de travail ne signifie pas temps de récréation. Il faut les laisser, au moins dans un premier temps, expérimenter cette phase. Généralement, les enfants agissent par mimétisme et l'enthousiasme des élèves qui travaillent seuls se transmet aux autres.

De la même façon, les ateliers autocorrectifs peuvent poser question dans la mesure où l'élève qui le décide peut tricher partout. Mais est-ce bien de la triche dans la mesure où il s'agit d'un entraînement ? Il s'agit d'une stratégie d'apprentissage, l'élève, en regardant la réponse, se rassure et il n'est pas exclu qu'il la retienne !

Toutefois malgré la remise en question de la posture de l'enseignant qui n'est plus le seul détenteur des savoirs et une manière différente d'enseigner, il n'en reste pas moins le garant des conditions d'apprentissage propices à toute la classe et peut donc de fait, guider, cadrer et accompagner davantage les élèves qui en ont manifestement besoin.

En termes d'outils, quels sont les indispensables pour démarrer ?

Je dirais qu'il faut surtout être au clair dans la manière dont on souhaite fonctionner, que ce soit en centres, en ateliers de manipulation, en plan de travail, en ceintures de compétences... Il faut également réfléchir à un outil de suivi des élèves.

Ensuite, pour aider les élèves à gérer leur temps, les timers, sabliers, etc. sont bien utiles. Pour leur permettre de se déplacer plus librement sans avoir de souci de gestion du matériel, il faut soit adopter du matériel commun à la classe, soit les élèves se déplacent avec leur matériel. Un meuble à casiers ou des caisses de rangement permettent de regrouper les cahiers et permettent ainsi aux groupes de retrouver vite ce dont ils ont besoin. Enfin, après avoir libéré de l'espace, l'aménagement de la classe peut être envisagé avec des assises flexibles, des supports variés...



Audrey Seigneurin,
enseignante dans
l'académie de Versailles.
Depuis plusieurs années,
Audrey a aménagé sa
classe en classe flexible.

Elle évalue avec les ceintures de compétences et utilise le numérique dans son enseignement.

LA FRANCE



Pensons autrement le rôle de l'enseignant

par Nina et Anaïs, enseignantes

Nina et Anaïs sont enseignantes, respectivement en Très Petite Section et en CM1. Depuis peu, elles ont transformé leur classe en classe flexible ! Pourquoi ? Parce que, pour elles, la classe flexible c'est l'école de demain, l'école inclusive !

Une classe flexible est une classe qui va proposer différentes surfaces de travail et différents types d'assises aux élèves pour leur permettre de bouger et maximiser ainsi leur attention et leur motivation en classe. Mais c'est aussi une classe dans laquelle l'enseignant va profondément modifier non seulement son fonctionnement, mais aussi sa posture. Quel est son rôle dans une classe flexible ? Qu'est-ce que le fait de travailler en classe flexible va changer dans sa relation avec les élèves ? Et dans la manière d'être des élèves eux-mêmes ? Nina et Anaïs nous l'expliquent ici.

Penser autrement le rôle de l'enseignant, de l'élève dans la classe

Nos études, nos expériences en tant qu'alternante et stagiaire nous ont inculqué une image de maître dirigeant la

classe et les élèves. Ce n'est finalement que depuis peu de temps que nous pensons autrement la classe, la place des élèves, les relations entre élèves, l'autonomie... Et il est parfois compliqué d'accepter de lâcher prise pour adopter une nouvelle posture enseignante : celle du guide.

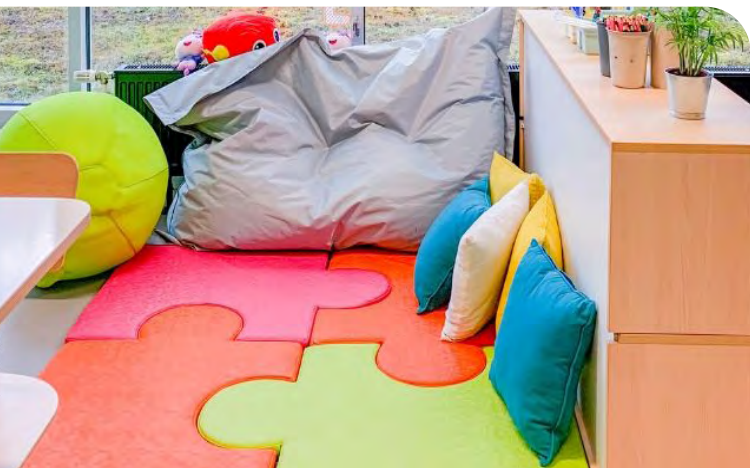
“ La posture de guide nécessite de se dégager du groupe classe pour observer, accompagner individuellement les élèves et respecter leur rythme.

Elle demande donc un aménagement de la classe, ainsi que des outils permettant aux élèves de ne plus être en quête du maître référant, mais d'être acteurs de leurs apprentissages. Une fois les aménagements en place et l'enseignant armé des bons outils, alors celui-ci peut changer de posture.

Les outils et aménagements

Pour permettre aux élèves de prendre possession de la classe dans un cadre sécurisé et sécurisant, il est important d'adopter un aménagement le plus fixe (oui, oui, mais ça permet d'être flexible ensuite) et clair possible. Ainsi, chaque élève aura ses repères pour naviguer et travailler au sein de la classe de manière autonome. Dans nos classes, cela se traduit par des espaces de travail dédiés au sol comme au mur.

- **Chez les CM1** : un U composé de tables permet l'atelier dirigé en petit groupe avec l'enseignant. Le reste de la classe est destiné au travail en autonomie. Des assises dynamiques sont à disposition des élèves : ballons, galettes d'équilibre, tabourets oscillants...



- **Chez les TPS** : un îlot à tiroirs permet le travail en petit groupe avec l'enseignant. Le reste de la classe est organisé par espace délimité : espace poupées, espace cuisine, espace motricité, espace peinture... Tous les jeux de construction sont présentés dans des tiroirs que chaque élève peut sortir pour utilisation avant de les remettre en place.

Créer des repères visuels

Ces espaces sont également identifiés par des images et du texte pour permettre aux élèves d'avoir un repère visuel.

- **Chez les CM1**, les espaces au mur sont délimités par des titres : français, maths, géographie, histoire... Ils sont des espaces de rappel pour les apprentissages. Les boîtes contenant du matériel à disposition pour les élèves sont toutes étiquetées avec image et texte. Les meubles également. Ainsi, l'îlot est étiqueté pour une utilisation autonome des moyens numériques (tablettes, casques...).
- **Chez les TPS**, les espaces sont délimités par le lino posé au sol et par des affichages avec images et textes. Les boîtes contenant du matériel à disposition pour les élèves sont toutes étiquetées avec image et texte.



Évaluer autrement les élèves

L'enseignant·e, pour observer, accompagner ses élèves, a besoin d'outils qui lui permettent de planifier, évaluer et remédier aux difficultés observées. En CM1, nous ne pratiquons plus d'évaluations sommatives, mais nous suivons le modèle de l'évaluation par observations et productions d'élèves comme en TPS. Nous avons donc, en TPS comme en CM1, des tableaux d'observables composés de toutes les compétences à acquérir préremplis. Pour planifier nos séances d'apprentissage, notre cahier-journal est notre meilleur allié. Il nous permet de nous dégager d'une charge mentale pour ensuite nous concentrer sur les productions orales et/ou écrites des élèves.

Les 3 outils essentiels de Nina et Anaïs

Les Time Timer

Dans leur classe flexible respective, Nina et Anaïs utilisent un Time Timer. Pour elles, le Time Timer est un atout précieux qui permet de transformer les périodes de transition stressantes, de réduire la résistance aux routines et de faciliter la gestion de classe. Il va permettre de définir des segments chronométrés pour chaque activité ou chaque groupe d'élèves en libérant l'enseignant·e de cette gestion pour mieux accompagner les élèves dans les apprentissages.

Il va également permettre de mieux gérer les durées allouées aux transitions au cours desquelles l'énerverment peut vite gagner toute la classe et faire s'éterniser ces moments charnières. Pour ne pas risquer le débordement et bien cadrer ceux-ci, on positionne le Time Timer sur 5 minutes. Les élèves peuvent alors « se décharger » puis se reconcentrer progressivement au fil de la diminution du disque de couleur, avant d'entrer pleinement dans le prochain apprentissage.

Voir clairement le temps qu'il leur reste pour effectuer une tâche apporte aux enfants un plus grand sentiment de sécurité. Le Time Timer permet par ailleurs aux élèves de devenir plus autonomes en apprenant à gérer le temps, à apporter une accélération si nécessaire pour finir un exercice, à choisir de passer à un autre exercice, etc.





Le casque antibruit

Les élèves qui ont une hypersensibilité auditive ou qui ont besoin d'être dans le calme pour se concentrer peuvent mettre le casque antibruit. Léger, résistant et réglable, cet outil permet une réduction sonore de 25 dB, bénéfique pour les personnes hypersensibles aux bruits. On peut le replier facilement et le tenir dans le creux de la main : c'est pratique pour le rangement et le transport !

Le toobaloo

Le toobaloo, c'est un combiné de téléphone qui permet aux enfants d'entendre leur voix très distinctement, sans bruits parasites. Habituellement utilisé par les orthophonistes pour travailler sur l'articulation, la diction, il est également de plus en plus utilisé par les enseignants en classe flexible ! Il permet en effet aux enfants qui ont le besoin de lire à voix haute, qui ont du mal à passer le cap de la « lecture dans la tête » pour comprendre ce qu'ils lisent, de le faire

sans déranger leurs camarades de classe. Il aide également les enfants à se concentrer uniquement sur leur voix et sur les sons qu'ils prononcent. Ils prennent ainsi confiance en eux en lecture et dans leur compréhension du sens des phrases. Ils se focalisent sur ce qu'ils lisent, se motivent à lire et à relire des textes.



Nina et Anaïs

sont enseignantes en Très Petite Section pour l'une, en CM1 pour l'autre. Elles ont aménagé leur classe en classe flexible. Elles sont

très actives sur les réseaux sociaux sur lesquels elles partagent leur quotidien d'enseignantes et leurs activités éducatives.



@maitresses_en_baskets



Découvrir la sélection
Time Timer



Une journée dans une classe flexible

par Stéphanie, enseignante

Il y a 3 ans, Stéphanie, institutrice en primaire depuis 10 ans, a transformé sa classe : exit les bureaux en rangs d'oignons placés en lignes face au tableau et les élèves assis sur leur chaise toute la journée sans pouvoir bouger ! Alors, comment s'organise concrètement sa classe au cours de la journée ? Comment gérer les transitions entre les différents groupes ? Stéphanie vous donne ici ses conseils d'experte !

Organisation de la matinée

Les rituels collectifs

Lors de leur arrivée à l'école, dans le couloir qui jouxte notre classe, les enfants enlèvent leurs chaussures et les remplacent par des chaussons. Ils se munissent de leur trousse, de leur chemise à élastique, laissent leur cartable dans le couloir, choisissent la façon de nous saluer et entrent en classe, au coin rassemblement. La journée commence par des rituels collectifs : la date avec l'utilisation de plusieurs calendriers, les présences avec les jetons, le « chaque jour compte », le planning de la journée, le ramassage des devoirs...

De « l'enseignement explicite » à l'enseignement en centres d'autonomie

Une fois les rituels terminés, on se met au travail. J'aime alterner durant la journée des phases de travail plus traditionnelles, frontales, enseignement que j'appellerai « explicite » et des phases où les enfants sont en autonomie (centres d'autonomie, 5 au quotidien, ateliers...). Ayant souvent un groupe de maximum 15 élèves en 1^{ère} année (CP), il ne m'est pas nécessaire de diviser le groupe classe en deux.



Dans sa classe, on trouve désormais un fauteuil, un coin rassemblement, des tables de différentes hauteurs et de différentes formes, des coussins, des chaises, des tabourets oscillants, des ballons...

Je pense qu'il est nécessaire de varier le planning de la journée en alternant les disciplines, les notions travaillées et les méthodes utilisées. Il m'arrive aussi de varier mes dispositifs durant une même leçon. Par exemple, lors d'une leçon de lecture de 50 minutes, on va travailler 10 minutes en collectif, 20 minutes en individuel et 20 minutes en ateliers, seul ou par groupe. Les ateliers que je propose à mes élèves portent toujours sur un même sujet et les enfants tournent dans les ateliers.

J'utilise le Time Timer pour gérer le temps, la partie rouge permet aux enfants de se repérer visuellement. Ils possèdent aussi une fiche de suivi, car les ateliers sur un même sujet sont présentés plusieurs jours de suite aux enfants.

Après le repas, on se recentre

Après la pause déjeuner, j'aime prendre un temps avec mes élèves pour permettre à tout le monde de se ressourcer et se recentrer. On fait alors 10 minutes de relaxation, de sophrologie pour aborder l'après-midi sereinement.

À partir de janvier, je mets en place les centres d'autonomie. Les centres sont répartis en deux disciplines phares : les mathématiques et le français, chacune subdivisée en 4 domaines relatifs au référentiel belge (savoir-parler, savoir-lire, savoir-écrire et savoir-écouter pour la langue française ; grandeurs, nombres et opérations, liens logiques et espace pour les mathématiques). Afin de participer aux centres d'autonomie, les élèves s'inscrivent sur des tableaux. À l'aide d'un scratch avec leur nom, l'élève a juste à déplacer son étiquette d'un tableau à un autre au cours de la journée.





On y travaille une période par jour, en général l'après-midi. Les exercices portent sur des notions déjà vues, nous sommes donc dans de la révision et de l'approfondissement. Les enfants peuvent s'inscrire sur le tableau d'inscription mis à leur disposition. Ils vont chercher le bac correspondant à leur numéro du tableau d'inscription : 1 bac = 1 élève = 1 numéro = 1 centre d'autonomie. Une fois le centre effectué et validé par l'enseignant, les enfants colorient sur leur carnet de suivi la case de celui-ci et s'inscrivent ensuite à un autre centre, dans l'autre discipline de préférence.

Quand nous le pouvons, nous sortons de la classe pour aller faire école à l'extérieur. La journée se termine généralement par une lecture d'album et des chants.



Stéphanie Leruse

habite en Belgique, à quelques kilomètres de la frontière française et luxembourgeoise.

Elle est institutrice en

primaire depuis 10 ans. Stéphanie donne des conférences sur la classe flexible et a aussi animé une formation d'été sur la classe flexible pour le SEGEC et collaboré à la rédaction d'un livre sur le sujet. Stéphanie reçoit plusieurs fois par an des enseignants de Belgique, ainsi que des étudiants curieux dans sa classe, qui viennent passer une ou plusieurs journées en observation. Une citation qui la résume : « Ouvrir ma porte m'apporte ».



@la_classe_flexible_de_madame_S





3 ateliers pour « travailler » les émotions en classe

par Elsa et Nathalie, enseignantes et ludopédagogues

Les compétences émotionnelles sont des apprentissages incontournables à travailler à l'école. Comment les travailler en classe de façon ludique ? Comment enseigner à vos élèves des stratégies pour identifier et communiquer sur leurs émotions ? Elsa et Nathalie propose 3 idées d'ateliers pour « travailler » les émotions en classe, ainsi que des ressources à télécharger gratuitement.

Le jeu Feelings

Le jeu Feelings permet de travailler autour des émotions et c'est le point de départ des 3 ateliers proposés par Elsa et Nathalie.

C'est à ces situations – et à bien d'autres – que Feelings va proposer aux joueurs de réagir. Dans ce jeu coopératif, les joueurs sont amenés à exprimer leurs émotions face à des situations, puis à tenter de deviner ce qu'ont ressenti les autres joueurs. Avec la piste des émotions, les joueurs sont donc amenés à développer leur empathie.

Feelings V2 : Une nouvelle version du jeu Feelings vient de sortir. Cette version, qui se veut plus adaptée à un large public, comporte quelques nouveautés : les personnages ont été remplacés par des animaux drôles et attendrissants afin que les enfants puissent s'identifier plus facilement. De nouvelles cartes situations ont été introduites. Elles ont été pensées pour les professionnels de l'éducation, mais jouables avec des ami·e·s ou en famille.



“ *Que ressentirais-tu si ton papa faisait pipi dans le jardin ? Si on te proposait d'intégrer un groupe de musique ? Ou si des animaux échappés du zoo se promenaient librement dans ta ville ?*

1^{er} atelier : Des émo-quoi ?

Cet atelier permet de travailler le vocabulaire des émotions.

Dans un premier temps, l'enseignant·e va demander aux élèves de définir « qu'est-ce qu'une émotion ? ».

Les élèves vont d'abord y réfléchir individuellement. Puis en petits groupes, ils vont partager leurs définitions et se mettre d'accord sur une définition commune. Ensemble, ils vont chercher la définition dans le dictionnaire et comparer avec leur définition du mot émotion afin de créer la définition la plus complète possible. Enfin, en groupe-classe, les petits groupes vont partager leurs définitions et créer un référentiel de vocabulaire.

L'enseignante va alors proposer de commencer à jouer au jeu Feelings. Mais les élèves vont vite s'apercevoir qu'ils ont des difficultés avec le vocabulaire des émotions (ex. : compassion, résignation, etc.) et qu'ils ne connaissent pas assez certaines émotions.

L'enseignante va alors leur proposer de reformer des petits groupes de 3-4 élèves et va distribuer à chaque élève une carte émotion. Ils vont alors tenter de définir en petit groupe chaque émotion reçue. Une fois leurs définitions faites, ils iront à nouveau chercher un dictionnaire afin de compléter leurs définitions pour ensuite les partager en groupe classe. En groupe-classe, les élèves vont créer un référentiel de toutes les émotions qu'ils pourront aller consulter dès qu'ils le souhaitent.



Pour qui ?

Cet atelier est adapté aux enfants de 8 à 12 ans, car ils sont plus autonomes dans l'écriture et le travail collaboratif. Néanmoins, il peut aussi être adapté à des enfants de 6-8 ans en prenant moins d'émotions : la joie, la tristesse, la peur, la colère, la surprise et la gêne. Pour les plus petits, Elsa et Nathalie conseillent de travailler à l'oral et avec moins d'émotions : la joie, la colère, la tristesse et la peur. Elles soulignent également l'importance de mettre des mots sur les sensations au niveau du corps et du visage. « Comment je me sens lorsque je suis en colère ? J'ai mon visage qui se crispe, mes muscles qui se tendent et j'ai envie de tout casser. »

Pour les enfants avec un trouble autistique, on peut adapter cet atelier en utilisant seulement deux émotions : une agréable comme la joie et une moins agréable comme la colère par exemple. Le but sera d'amener l'enfant avec un TSA à comprendre ces émotions et à les détecter chez les autres et lui-même. Pour cela, Nathalie et Elsa conseillent de partir d'imagiers avec des personnes ou des enfants exprimant des émotions et de proposer à l'enfant de les identifier et les trier. Également, on va essayer de parler des sensations physiques ressenties dans des situations vécues. Une fois cette étape acquise, on pourra proposer à l'enfant des images plus figuratives et des situations plus complexes.



Puis, on peut proposer aux enfants de créer une boîte de la grosse colère. Il s'agit simplement d'une boîte (boîte à chaussure par exemple) décorée et dans laquelle on propose à l'enfant de dessiner, gribouiller ou écrire selon ses capacités sur ce qu'il a mis en colère, de chiffonner le bout de papier et de le mettre dans la boîte. Plus tard, lorsque l'enfant sera plus calme, on pourra demander à l'enfant s'il souhaite qu'on aille regarder ce qu'il y a dans la boîte et essayer d'ouvrir le dialogue.

Elsa et Nathalie rappellent également qu'il y a différents moyens et supports qui peuvent être mis en place dans la classe pour aider les enfants à gérer leur colère. On peut créer un coin calme/zen




À télécharger
« Des émo-quoi ? »
Une fiche pédagogique pour travailler le vocabulaire des émotions en classe

2^e atelier : La boîte de la grosse colère

Cet atelier s'adresse aux plus jeunes. Cette activité autour des émotions se base sur la lecture en classe d'un album jeunesse traitant d'une ou de plusieurs émotions. Par la lecture et l'exploitation d'un album, les enfants vont pouvoir progressivement mettre des mots sur les émotions. Par exemple, avec un album traitant de la colère, on va pouvoir ouvrir le dialogue avec les élèves : « Qu'est-ce que la colère ? Comment le personnage l'exprime ? Et toi, est-ce qu'il t'arrive d'être en colère ? »




À télécharger
« Aborder la colère »
Une activité pour parler de la colère avec un livre adapté et en créant la boîte à colère

où on mettra à la disposition des enfants, en plus de la boîte de la grosse colère, des peluches avale-soucis, des fidgets, des balles anti-stress, un gros pouf, un cocon sensoriel. Cet endroit permettra à l'enfant de s'isoler, d'extérioriser un peu son sentiment et de s'autoréguler.

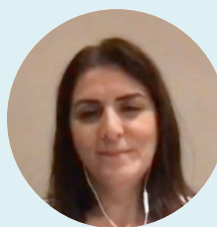
3^e atelier : Mon Feelings, la création de nouvelles cartes de jeu

Cette activité va permettre aux élèves et/ou à l'enseignant.e de personnaliser le jeu Feelings en y ajoutant de nouvelles émotions ou de nouvelles situations qui « colleront » avec leur quotidien. À partir des sites www.feelings.fr et www.unjeudansmaclasse.com, il est possible de créer ses cartes au bon format et de pouvoir les imprimer.



À télécharger
« Mon feelings »
Une activité pour personnaliser le jeu en créant des nouvelles cartes de jeu

Elsa et Nathalie rappellent également que nous n'avons pas toujours envie de parler de nos émotions. Utiliser une roue des émotions peut permettre de signifier mon émotion à mon entourage afin qu'il respecte mon espace. On peut alors demander à l'enfant (ou l'adulte) s'il souhaite dialoguer, mais il est important de ne pas le forcer.



Elsa Antunes et Nathalie Lambinet
sont ludopédagogues, enseignantes et créatrices de la méthode « Jeumaide 3 » et co-fondatrices du site internet *Un jeu dans ma classe*.



À lire
La météo des émotions des enfants en classe ou crèche



La psychopédagogie positive et l'école

par Sylvie, praticienne en psychopédagogie positive

Sylvie Scheirlinck a exercé en tant qu'enseignante dans un lycée professionnel horticole pendant plus de 30 ans. Elle y a accompagné des apprenants adolescents et adultes, de la 4e au BTS. Aujourd'hui, elle est praticienne en psychopédagogie positive (PP+).

Pourquoi vous êtes-vous intéressée à la psychopédagogie positive ?

Les épreuves auxquelles ont fait face mes trois enfants et le mal-être de certains de mes élèves ont fréquemment engendré des questions. Des questions qui cherchaient des explications, voire des solutions :

- Pourquoi l'école peut-elle autant être anxiogène ?
- Qu'est-ce qui fait que certains élèves apprennent facilement et d'autres pas ?
- Qui sont ces élèves qui fonctionnent autrement : DYS, TDA, TDAH ou encore avec TSA ? Comment les aider ?

Je me suis donc intéressée à la psychopédagogie positive, car ce concept semblait correspondre à mes convictions, mes valeurs sur l'école et les apprentissages.

Qu'est-ce que la psychopédagogie positive ?

C'est avant tout une approche globale TÊTE / CŒUR / CORPS. C'est tenir compte, entre autres, des dernières découvertes en neurosciences qui valident plusieurs de mes suppositions. En effet, j'allais à tâtons dans mes tentatives avec les élèves, mais il me semblait bien que l'émotionnel, donc le cœur, entre pour beaucoup dans le bien-être à l'école. Je remarquais aussi depuis longtemps que la position assise toute la journée était «contre-nature» pour un enfant ou un adolescent. Bref, j'avais déjà fait cette hypothèse que le cerveau n'est pas le seul à travailler à l'école, mais que le cœur et le corps sont également impliqués dans le fait d'apprendre !

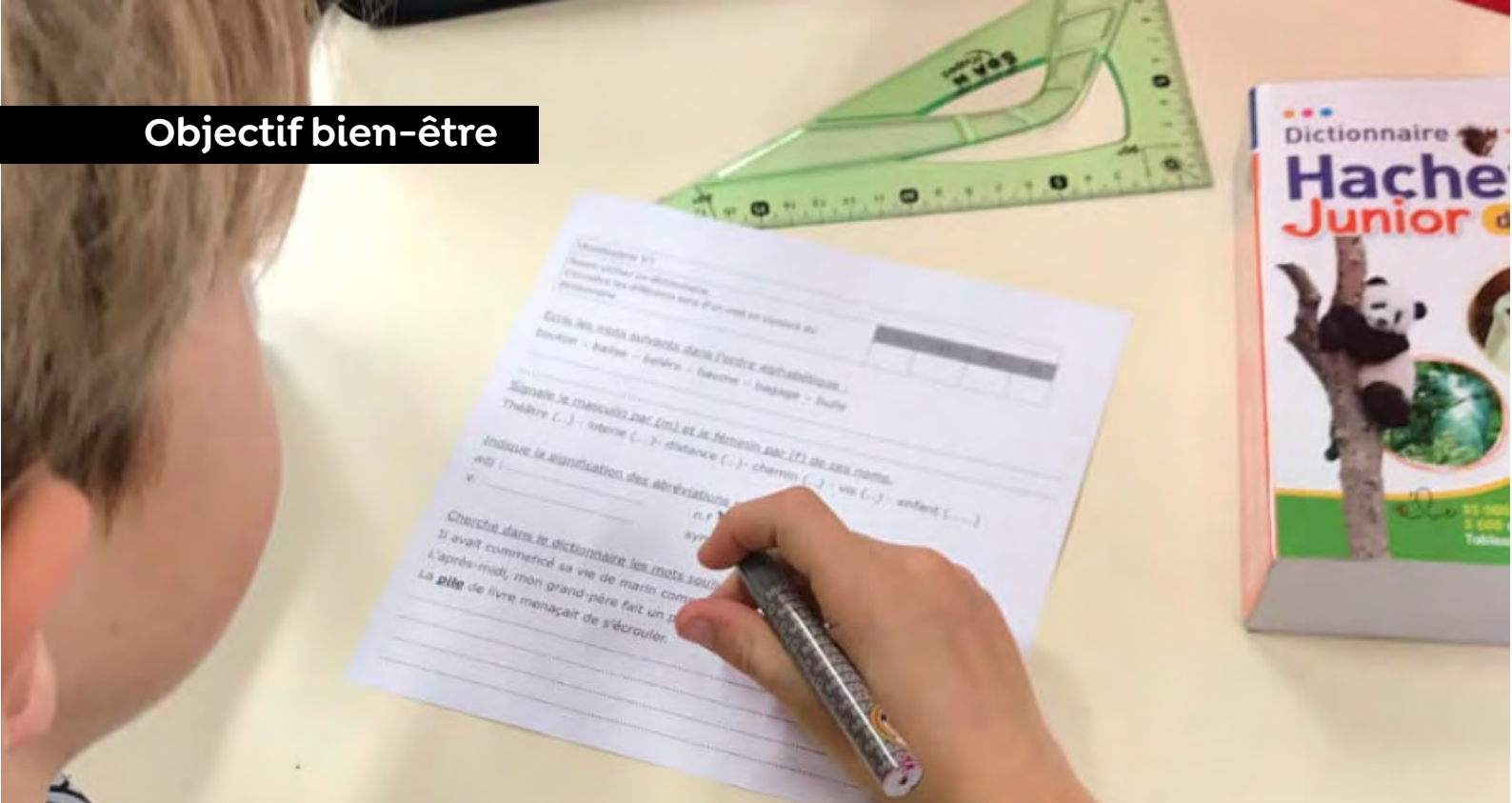
Sylvie Scheirlinck est praticienne en psychopédagogie positive (PP+). Elle a longtemps enseigné en lycée professionnel horticole.



Mon Chemin de Réussite



Téléchargez
les affiches
bienveillantes
pour la classe



Dispositif d'autorégulation : qu'est ce que c'est ?

par Anne-Sophie, neuropsychologue

Qu'est-ce qu'un dispositif d'autorégulation ? Comment le mettre en place dans son école ? Quels sont les bénéfices pour les élèves ? Anne-Sophie Morena, fondatrice et gérante d'Autorégulation Accompagnement et Expertise répond à toutes ces questions.

Qu'est ce qu'un Dispositif d'Autorégulation (DAR) ?

Un Dispositif d'Autorégulation est une école au sein de laquelle on met en place :

- La coopération entre les enseignants et une équipe médico-sociale à temps plein dans l'école élémentaire
- L'approche autour de l'autorégulation, compétence développée chez tous les élèves
- La scolarisation à temps plein des enfants autistes en classe ordinaire, considérés comme des élèves à part entière

La majorité des élèves entrant à l'école ne possèdent pas les habiletés cognitives, sociales et émotionnelles indispensables à la réussite scolaire (Deci et Ryan, 2008), nous avons donc souhaité développer une approche qui permettrait d'acquérir ces habiletés, non seulement pour les enfants autistes, mais aussi pour tous les autres ! Il est primordial de dépasser la notion d'intégration poussée que connaît la France (S. Tomazet) et d'aller vers une réelle inclusion.

L'accessibilité se travaille en équipe !

Développer une société inclusive ne peut se faire qu'avec différentes expertises : celle des parents, premiers experts de leurs enfants, celle des enseignants bien sûr pour leur pédagogie, celle des équipes médico-sociales pour toutes leurs connaissances dans les habiletés sociales et méthodes éducatives et celle des équipes périscolaires qui participent à la vie de l'école tous les jours.

Au sein d'un DAR, toute la communauté éducative est formée ensemble à des modules divers, basés sur les sciences cognitives. Cette équipe pluridisciplinaire reçoit un coaching (supervision) régulièrement pour monter en compétences avec les 7 à 10 élèves autistes au sein de l'école, mais aussi pour développer une culture commune et une approche spécifique :

- Une approche positive, basée sur les réussites de chacun
- Une approche non stigmatisante des différences
- Une méthodologie basée sur les sciences : enseignement explicite, analyse des comportements-défis
- Un développement des habiletés sociales et de l'autorégulation chez tous les élèves

Les enseignants, dont un enseignant surnuméraire, appelé enseignant d'autorégulation et l'équipe médico-sociale (3 éducateurs à temps plein et des paramédicaux tels que des ergothérapeutes, psychologues, orthophonistes, psychomotriciens), travaillent ensemble dans les classes de l'école, dans la cour de récréation... En toute complémentarité. C'est cet esprit d'équipe et cette montée en compétence



accompagnée (formation et supervision) qui permet à chacun de se sentir efficace et moins épuisé dans son métier. La coopération, au service de l'école. Si l'on prend soin des professionnels, on est certain qu'ils accompagneront au mieux chaque élève dans son parcours.

L'autorégulation, une compétence à développer chez tous les élèves

L'autorégulation est la capacité à maîtriser ses pensées, ses émotions et ses comportements. Elle est la pierre d'assise du développement humain. Si nous arrivons à anticiper, à avoir de la flexibilité, à contrôler nos émotions et nos actions, c'est parce que nous nous autoréglons.

Tout être humain doit développer son autorégulation pour être en réussite et être autonome dans notre société. Il y a donc une importance capitale à placer cette compétence au cœur des apprentissages et dans un quotidien pour les professionnels.

Les enfants autistes doivent particulièrement travailler cette compétence, car ils peuvent rencontrer des difficultés dans les interactions sociales, mais aussi dans l'utilisation



de leur régulation cognitive. Ils sont les loupes grossissantes des difficultés que rencontrent également d'autres élèves en classe donc si nous développons des méthodologies et outils pour eux, ils sont aussi bénéfiques pour les autres.

Au sein d'un DAR, c'est dans toute l'école qu'on développe ses fonctions exécutives (anticipation, mémoire de travail, flexibilité cognitive, contrôle d'inhibition) et ses habiletés sociales. Certains ateliers sont menés dans la salle d'autorégulation, où on vient travailler des compétences en anticipation, puis les éducateurs viennent soutenir la généralisation de ces acquis en classe ordinaire, auprès de tous les élèves, dont les élèves avec TSA. Les enseignants respectent scrupuleusement les programmes scolaires tout en développant de manière explicite la métacognition chez les élèves.

On peut alors voir des ateliers sur le harcèlement scolaire, sur la manière de s'exprimer en public, sur l'autonomie durant les devoirs, sur l'entraide, sur la richesse de nos différences, sur la manière de gérer son stress durant les examens... L'autorégulation est une compétence qui se décline et se développe de mille façons au quotidien, par tous les professionnels et au bénéfice de tous les élèves : en classe, en cour de récréation, à la cantine, à la maison.

La société inclusive se construit chaque jour et en équipe et en prenant en compte le fonctionnement du cerveau humain : plus on valorise les réussites, plus l'enfant est motivé. Plus il est motivé, plus il a envie de développer ses compétences et d'être en réussite. Nous visons donc la réussite de chacun et l'autonomie des élèves : L'autorégulation amène vers l'autodétermination. C'est un véritable changement de paradigme qui laisse présager d'une société où les différences sont perçues comme les forces de notre société. C'est développer les savoir-être et les savoir-faire des enfants... et des adultes !

Petit focus : Comment développer un DAR dans une école ?

Dispositif qui a vu le jour en Nouvelle Aquitaine, soutenu par l'ARS et le rectorat de Limoges, il fait aujourd'hui partie de la stratégie nationale pour l'autisme au sein des troubles du neurodéveloppement (TND).



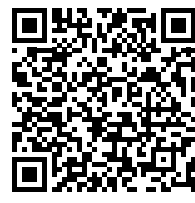
Pour développer un Dispositif d'Autorégulation, il faut que l'Agence Régionale de Santé (ARS) désigne un porteur médico-social (un ESMS) qui travaillera au sein de l'école désignée par la Direction Académique de l'Education Nationale (DASEN) . Il existe aujourd'hui une trentaine de DAR en France, la plupart en école élémentaire et quelques-uns en collège.

Les ingrédients de la réussite pour ces DAR : une municipalité soutenance + une équipe enseignante ouverte, dynamique et motivée pour ce projet + une équipe médico-sociale experte en autisme prête à amener son savoir-faire au sein d'une école ordinaire ,et tout cela dans le respect des recommandations de la HAS et la capacité des équipes à travailler ensemble dans un langage et un objectif commun au service de tous les élèves.



Anne-Sophie Morena a réalisé des études en neuropsychologie, qu'elle a terminée à l'Université d'Ottawa, au Canada, où elle a vécu 5 ans. Forte

de cette expérience, elle a ensuite mené, avec Maryse Lacombe, une mission nationale auprès de la Délégation Interministérielle Autisme pour le développement des DAR en France et elle a créé l'organisme de Formation Autorégulation – Accompagnement & Expertise.



Téléchargez
L'infographie
«qu'est-ce que le
stimming ?»



Les enfants nous parlent de l'autorégulation en classe

par Stéphanie, enseignante

Stéphanie Leruse est enseignante en CE1 en classe flexible en Belgique. Afin de soutenir l'autorégulation des élèves qui en ressentent le besoin, elle a installé un coin calme dans sa classe. Ses élèves nous parlent des bienfaits de l'autorégulation.

Qu'est-ce que l'autorégulation en contexte scolaire ?

C'est un processus cognitif qui amène l'enfant à réguler ses émotions, ses comportements et ses pensées, lui permettant ainsi de s'investir pleinement dans les apprentissages.

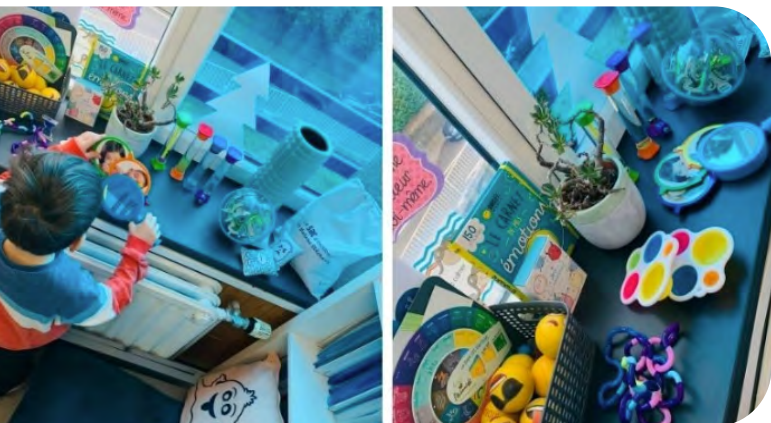
Un coin calme pour favoriser l'autorégulation

Depuis toujours, j'accorde une grande importance au climat de classe. Une ambiance calme et sereine favorise les apprentissages et la concentration des enfants. Aménager un coin de retour au calme dans sa classe est

donc essentiel pour le bien des enfants et favorisera l'autorégulation.

Dans ma classe flexible, j'ai choisi d'installer cette zone d'apaisement à l'abri des regards, entre deux étagères, près du coin lecture.

Dans ce coin confortable et chaleureux, on retrouve un siège avec divers coussins de tailles et textures différentes. L'enfant est dans sa bulle, il peut s'isoler du reste du groupe pour se calmer, se détendre, se ressourcer ou décompresser et diminuer ainsi son niveau d'énergie. Il y reste le temps qu'il lui faut pour retrouver un état de sérénité. L'enfant peut s'y rendre spontanément ou s'y rendre sur conseil de l'enseignante.



Témoignages de ses élèves

« J'aime ce coin car il est confortable. Je me détends quand je m'y trouve. »
Nicole, 7 ans.

« J'aime les coussins tout moelleux, je me sens bien quand je suis dans ce coin. »
Gaspard, 7 ans.

« Quand j'ai fini mon travail et que j'ai envie de me relaxer, je me rends au coin calme. Quand on a envie de se changer les idées ou quand on est énervé, on peut y aller aussi. »
Édouard, 7 ans.

« J'aime m'y rendre pour utiliser les différents objets qui y sont. Les balles anti-stress et les tangles sont mes objets préférés. J'aime les toucher, ça me détend quand je suis triste ou en colère. »
Nathan, 7 ans.

« J'aime y aller pour me relaxer. Les petites balles et les pop-it, j'adore ! »
Hugo L, 7 ans.

Les enfants aiment beaucoup les tubes sensoriels. Le mouvement envoûtant à l'intérieur des tubes à manipuler offre une distraction visuelle apaisante pour les enfants. Ils peuvent aussi se servir d'une balle ou d'un tangle et revenir à leur place de travail.

« J'aime regarder les tubes sensoriels, je trouve cela beau et cela m'apaise. »
Zoé, 7 ans.

Le coin « bulle » des élèves pour se ressourcer

J'ai installé autour de ce coin « bulle » divers outils pour aider l'enfant : des balles anti-stress, des tangles, une bouteille colorée à renverser faite maison, des tubes sensoriels à manipuler, la roue des émotions, une boule Perplexus, le sac des émotions, le miroir des émotions, des cartons émotions, des jeux autour des émotions...





À lire
10 idées astucieuses
pour calmer une classe

J'ai aussi installé un pédalier et une planche d'équilibre. Le pédalier permet de libérer son énergie tandis que la planche d'équilibre va permettre aux élèves de se recentrer sur eux-mêmes.

Une seconde zone « bulle » pour retrouver sérénité

À l'autre bout de la classe, on retrouve une seconde zone de retour au calme. Celle-ci se compose uniquement d'un fauteuil « bulle » qui se replie totalement sur l'enfant. Un enfant qui est triste, en colère ou qui a juste besoin de solitude peut s'y rendre et ainsi retrouver sa paix intérieure et sa sérénité.

« Parfois, on va au coin calme quand on est fâché ou triste ou bien qu'on veut être seul. Ca s'appelle le « coin calme », on entend « calme » donc on doit être calme à cet endroit. Il y a des pop-it, des peluches des émotions, des balles pour appuyer... Après, on se sent bien parce qu'on s'amuse à être calme. J'aime bien m'y rendre même quand je me sens bien. Je me pose dans le fauteuil qui se referme, je trouve ça agréable d'être seul. »

Jules, 5 ans.

Le coin d'autorégulation est apprécié de mes élèves. Ils peuvent y aller quand ils veulent pour se ressourcer, se calmer, se retrouver.



Stéphanie Leruse

habite en Belgique, à quelques kilomètres de la frontière française et luxembourgeoise.

Elle est institutrice en

primaire depuis 10 ans. Stéphanie donne des conférences sur la classe flexible et a aussi animé une formation d'été sur la classe flexible pour le SEGEC et collaboré à la rédaction d'un livre sur le sujet. Stéphanie reçoit plusieurs fois par an des enseignants de Belgique, ainsi que des étudiants curieux dans sa classe, qui viennent passer une ou plusieurs journées en observation. Une citation qui la résume : « Ouvrir ma porte m'apporte ».



@la_classe_flexible_de_madame_S



Téléchargez
l'infographie
« stratégies
d'autorégulation »

Pédagogie : les massages à l'école

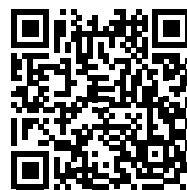
par l'association MISA

Le programme de massage à l'école de l'association MISA : un moment simple de détente ou une véritable technique d'apprentissage et d'inclusion ? Nous avons échangé avec des membres de l'association pour en savoir plus.

MISA, c'est quoi ?

L'association MISA (Massage In Schools Association) a été créée en 1999 par Mia Elmsäter et Sylvie Héту, qui sont issues du monde de l'éducation. L'association, qui compte plus de 800 membres, est présente dans une trentaine de pays, et porte un discours construit autour du développement sain et de la bienveillance dans 1300 écoles du monde entier. Elle a pour but de promouvoir les massages entre enfants dans les salles de classe. Le MISP (Massage In Schools Program) est le programme grâce auquel les enfants vont apprendre à se masser les uns les autres. Perrine, de l'équipe Hop'Toys, a participé à une séance de massage en famille, elle nous en a dit des merveilles. Nous avons donc contacté des membres de l'association afin d'en savoir plus.

“ Que tous les enfants vivent l'expérience positive du toucher sain et nourrissant tous les jours, partout dans le monde.
– S. Héту & M. Elmsäter



Téléchargez
l'affiche des
mini-pauses
proprioceptives

Des bienfaits et des règles

Ces massages entre enfants ne prennent que quelques minutes par jour, mais apportent énormément à l'enfant et à sa famille. C'est l'occasion d'instaurer un échange dans les salles de classe et à la maison. L'objectif du massage est de créer un moment convivial de détente, dans la joie et le respect, ainsi que de proposer à l'enfant une autre façon d'apprendre. Les émotions et les valeurs partagées vont se retrouver le soir puisque les enfants partagent avec leur famille ce qu'ils ont vécu.

Les bienfaits de ces massages sont nombreux. Les enfants, comme les adultes, sont de plus en plus stressés. Grâce à ces massages hebdomadaires, ils retrouvent des moments de sécurité, de calme, de ressourcement. Un climat paisible et respectueux dans la classe facilite l'apprentissage et permet un réel développement de l'enfant qui est plus concentré. Grâce à un langage imagé, les mouvements s'apprennent plus facilement et le système nerveux de l'enfant fonctionnera mieux. Une meilleure connaissance de soi et des autres favorise aussi l'empathie et donc la diminution des violences. Il est important de noter que l'aspect kinesthésique de l'apprentissage (c'est-à-dire par le toucher) est un facteur privilégié et incontournable pour les enfants.

“ *Quand on touche un enfant de façon bienveillante, cela crée des hormones et participe au développement d'un système nerveux harmonieux.*

Sophie Colombié

Des règles précises sont instaurées dans chaque classe. Les enfants se massent réciproquement. Pour les guider, l'instructeur montre les mouvements, soit dans l'espace, soit sur un autre adulte (volontaire). Le massage se pratique sur les vêtements. Les enfants se demandent la permission avant de masser, et se remercient après le massage. Les zones massées sont les épaules, le dos, la tête, les bras et les mains.

Handicaps et massages

Ces massages à l'école peuvent-ils être organisés avec des enfants porteurs de handicap ou de troubles ? Est-ce que les avantages éducatifs et relationnels sont conservés lors de ces séances dans des dispositifs ULIS ou dans des classes accueillant des enfants porteurs de handicap ? Qu'en est-il de l'inclusion et de la relation entre les enfants et avec les adultes ?

À Toulouse, Sophie Colombié, instructrice chez MISA France et professeure de yoga prénatal et postnatal, a introduit la Routine dans 11 classes d'une école primaire. Dans cette école, un dispositif ULIS accueillait à ce moment-là un garçon avec autisme, deux filles porteuses de trisomie 21 et trois garçons avec des troubles de l'apprentissage, des troubles des fonctions cognitives et une déficience intellectuelle. Avec l'aide de l'équipe pédagogique, l'instructrice a adapté le MISP et les règles pour intégrer ces enfants dans le cercle vertueux du massage bienveillant. Pour qu'ils puissent profiter des bénéfices du massage, il a fallu parfois prendre plus de temps pour apprendre la Routine (les mouvements à réaliser). Pour l'enfant porteur d'autisme, il a été nécessaire d'attendre quelques séances afin qu'il soit plus en confiance.

Karelle Dixneuf, instructrice chez MISA France, a indiqué qu'un jeune avec autisme a besoin de la présence de sa maman pour participer. Un autre élève, aux mouvements "trop brusques", a pu être massé sans problème, mais faisait les mouvements sur un coussin quand venait son tour de masser. Quand certains élèves s'endorment, "ce sont eux qui commencent la séance dans le rôle du masseur".

Les bienfaits sont encore plus importants pour ces enfants aux besoins spécifiques puisque, bien loin de créer une barrière entre les enfants, le massage est une énorme opportunité pour eux de s'intégrer. Les enfants, porteurs de handicap ou non, ne font pas attention au handicap, ils massent et voient le bien-être qu'ils se donnent mutuellement. Avant la visite de Sophie, pour une petite fille hémiplégique le corps était une souffrance. Au fur et à mesure des séances, cette petite fille a pris plaisir à apporter du bien-être. Elle était heureuse et travaillait en binôme comme tous les autres. Pour chaque enfant exceptionnel, les instructeurs et les instructrices de MISA ont trouvé une façon d'adapter le programme du massage.

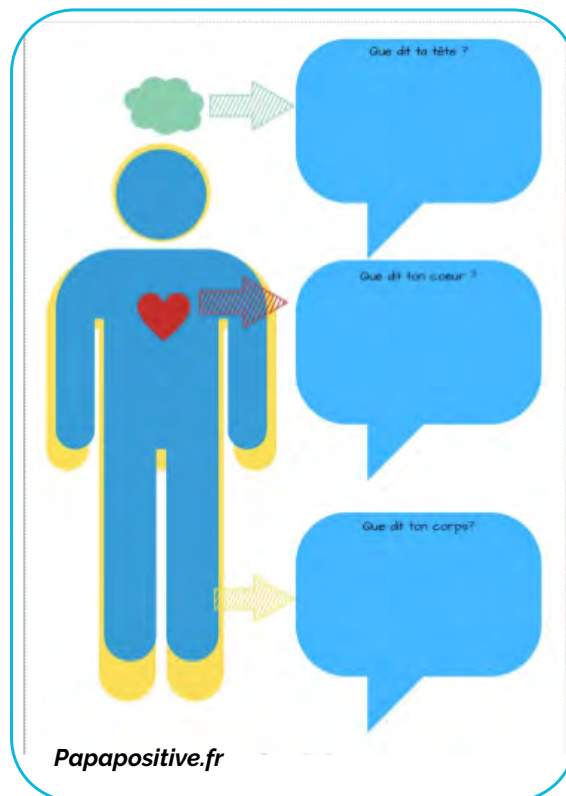
« C'était la première fois de sa vie qu'elle était capable de faire du bien aux autres. »

Sophie Colombié



MISA FRANCE

Merci à Edwige Antoine, Catherine Bouldoire, Sophie Colombié, Karelle Dixneuf, Emmanuelle Scotto di Rinaldi et Anne Boulangé pour leur disponibilité et leur bienveillance.



La pratique de la psychopédagogie positive, c'est donc :

- une certification obtenue en juillet 2020 auprès de La Fabrique à Bonheurs, un organisme de formation à Paris.
- Un accompagnement individuel d'un enfant, d'un adolescent, voire d'un adulte qui éprouve des difficultés, de la souffrance dans ses apprentissages. Je les aide à comprendre comment ils apprennent, à prendre conscience que nous fonctionnons différemment quand il s'agit d'apprendre.
- De la bienveillance et une écoute active pour les aider à développer leur autonomie, pour les remettre en confiance et retrouver l'estime d'eux-mêmes.
- Une boîte à outils bien remplie : les Intelligences multiples du psychologue Howard Gardner, les travaux de Tony Buzan autour de la Carte mentale, la Gestion mentale d'Antoine de La Garanderie, la pédagogie positive déjà utilisée en tant qu'enseignante, l'effet pygmalion, des éléments de nutrithérapie et bien d'autres encore...



L'influence du genre dans la régulation des émotions

par Natacha, psychologue

Notre genre influe-t-il sur nos émotions ? Quelle est l'influence du genre dans l'accompagnement et l'apprentissage de la régulation des émotions ? Pour répondre à ces questions, nous nous sommes adressés à Natacha Butzbach. Natacha est psychologue, spécialiste de l'enfance et de la parentalité. L'inclusion est une de ses valeurs fortes, qu'elle met en avant aussi bien dans sa pratique que dans son écriture.

Des stéréotypes tenaces

Il est fort probable que vous ayez déjà entendu qu'un garçon doit être fort et ne pas pleurer. Quant aux filles, elles sont très mal perçues lorsqu'elles sont en colère – ces hystériques ! – ou qu'elles ne sont pas assez discrètes.

D'après des études, très sérieuses¹, les petites filles intérioriseraient davantage leurs émotions (colère, anxiété) que les garçons. En d'autres termes, elles expriment moins de colère que les garçons. Alors qu'eux extériorisent beaucoup plus leurs émotions, et ce depuis la petite enfance. Il est également intéressant de constater que les

filles expriment plus leurs émotions positives comparativement aux garçons, notamment à partir de la préadolescence. Toutefois, il apparaît que l'âge, le contexte social ainsi que la perception des situations modèrent le résultat des études sur les différences entre les genres au sujet de l'expression émotionnelle.

Mais comment ces différences apparaissent-elles ?

Comme d'autres sujets dans l'éducation et la société en général, les enfants sont victimes des stéréotypes dans leurs expressions émotionnelles et, par extension, dans leurs vécus émotionnels.

Pour être plus précis, dès la naissance, les enfants sont sujets, notamment, aux stéréotypes liés au genre qui sont définis comme suit :

«Une opinion généralisée ou un préjugé quant aux attributs ou caractéristiques que les femmes et les hommes possèdent ou doivent posséder et aux rôles qu'ils jouent ou doivent jouer. Un stéréotype lié au genre devient néfaste dès lors qu'il limite la capacité des femmes et des hommes de développer leurs compétences personnelles, d'exercer un métier et de prendre des décisions concernant leur vie².»

Nos émotions sont influencées

Ainsi, la perception de ce que devrait ou non être un garçon ou une fille va impacter nos comportements envers elleux et influencer leur développement identitaire ainsi que leurs expressions émotionnelles. Il a déjà été largement documenté que nos attitudes avaient des impacts dans le comportement des enfants et même leur réussite académique. L'effet Rosenthal et Jacobson³, plus connu sous le nom de l'effet Pygmalion, a mis en évidence ce point. Nos préjugés par rapport aux enfants influencent la manière dont ceux-ci évoluent. C'est ainsi que les enfants perçus comme intelligents et doués vont attirer plus d'attention positive et d'encouragement, les aidant à progresser d'autant plus.

Des émotions genrées

Un parallèle est possible avec les questions émotionnelles. Il est quasiment interdit aux garçons d'exprimer des émotions fortes, que ce soit de la joie ou de la tristesse, sous peine d'être considérés comme anormal, voire de subir des insultes homophobes. Afin d'assurer leur intégration sociale, ils vont progressivement se couper de leurs émotions et diminuer leurs expressions. A contrario, la colère est une émotion

acceptée, voire valorisée chez les garçons. Depuis tout petit, la colère est entretenue dans son expression la plus brute sous prétexte que « les garçons font ça ! ». Les filles, quant à elles, sont davantage reconnues et valorisées dans leurs expressions émotionnelles. Les femmes sont perçues comme plus sensibles, émotives ou plus empathiques. Grâce à ces stéréotypes, les femmes peuvent appréhender leurs émotions et mettre en place des stratégies cognitives de régulation émotionnelle. Mais une émotion est proscrite aux femmes : la colère !

La colère, une émotion réservée aux garçons ?

Le diagnostic d'hystérie ne date d'ailleurs que d'un siècle, et ce terme est souvent utilisé pour discréditer les femmes qui expriment avec puissance leur colère. Ce mépris de la colère comme émotion chez les petites filles commencent très tôt. Les remarques acerbes du type « Tu n'es pas belle quand tu fais une colère ! » et d'autres réactions vives apprennent aux filles à réfréner leur colère et, par extension, à ne pas s'opposer avec virulence. Rappelons que la colère, comme toutes les émotions, a une utilité : elle traduit une insatisfaction et mobilise de l'énergie pour nous faire respecter. Abolir la capacité à éprouver et exprimer de la colère engendre une posture de soumission chez les filles, qui peut perdurer à l'âge adulte, créant des victimes idéales.





La colère comme substitut émotionnel

Il n'est pas possible, à mon sens, de faire l'économie d'envisager les explosions des colères des petits garçons et des hommes comme des décharges émotionnelles... inhérentes au fait qu'ils n'ont pas pu vivre librement toute leur palette émotionnelle, qu'ils ne sont ainsi pas capables de reconnaître et de nommer leurs émotions. Il a été largement reconnu que les hommes développaient moins de stratégies cognitives de régulation émotionnelle. Ce qui ne se dit pas ne peut pas se penser... Ils se rabattent alors sur de la régulation émotionnelle externe comme le recours aux substances psychoactives comme l'alcool, au tabac et la violence physique.

L'absence de capacité à reconnaître les émotions, chez soi-même et chez autrui, et la difficulté à les réguler créent des réactions de violences vis-à-vis de ceux qui remettraient en question leurs perceptions. La colère étant l'émotion la plus saillante, elle va s'exprimer en premier lieu dans toutes les situations d'inconfort.

Lutter contre les stéréotypes dès le plus jeune âge

Il est consternant de voir les effets de ces stéréotypes liés au genre dans les rapports sociaux. Cela perpétue inlassablement un rapport de soumission/domination entre femmes et hommes. Cette dialectique s'exprime dans les couples et la manière de conduire des relations sexuelles, par

exemple. Mais aussi dans les rapports entre les filles et les garçons lors des jeux et des interactions plus globalement. Les garçons vont être considérés comme chahuteurs et le harcèlement discret sera toléré, comme éteindre la lumière des toilettes. Cela sera interprété comme de la badinerie, voire même justifié parce que « Qui aime bien châtie bien ! ».

Une prise de conscience à l'école

Dans les cours de récréation⁴, les garçons occupent la majorité des espaces, notamment pour jouer à des jeux de ballons, dont les filles sont majoritairement exclues. Les filles sont à la marge, invisibilisées et doivent se cantonner à des jeux calmes qui prennent peu d'espace. De nombreux établissements, alertés par des études sur le sujet, mettent désormais en place des cours de récréation dégenrées, de manière à diminuer la ségrégation entre les garçons et les filles.

Comment éduquer nos enfants dans ce sens ?

Cependant, si la mise en place d'espaces est favorable, il est nécessaire d'effectuer un travail sur les émotions et les stéréotypes liés au genre AVEC les enfants. Comment les filles peuvent-elles s'échapper de cette logique de soumission si elles n'ont pas conscience que cela existe ? Comment les garçons peuvent être vigilants aux ressentis des personnes autour d'eux si on ne leur apprend pas à être conscients des leurs ?

Tous les enfants ont besoin d'être corégulés, c'est-à-dire être aidés dans la régulation de leurs émotions. Cela afin d'apprendre progressivement à s'autoréguler. C'est un processus long qui passe par la reconnaissance des émotions, l'empathie, la proposition de stratégies pour traverser les émotions fortes. Mais aussi par le comportements des adultes



qui doivent autoréguler leurs propres émotions. Cela concerne les deux genres.

Une transmission difficile

Aujourd'hui, la difficulté vient du fait que les adultes ont du mal à s'extirper de leurs propres stéréotypes puisqu'ils en ont, elleux aussi, été victimes. En effet, reconnaître et mettre en place des alternatives dans l'accompagnement des enfants est parfois une confrontation dure avec son propre vécu d'enfant et à ses émotions refoulées.

Des croyances fortement ancrées

Grâce à la recherche en sciences sociales et psychologiques, nous percevons plus clairement l'influence des croyances sur le comportement des enfants et des futurs adultes. La modification de nos comportements et la démocratisation d'une pédagogie dégenrée permettront plus d'équité dans les rapports sociaux. Pour finir, il semble indispensable pour la santé, tant physique que psychologique, de tou-te-s que la perception des possibles soit autre que binaire fille/garçon bien catégorisé-e-s selon leurs intérêts respectifs.

Une société genrée

Notre société française, à travers notre langue totalement genrée, a du mal à transcender la binarité. Ainsi, elle renforce les stéréotypes liés au genre. Les insultes sexistes et les conséquences du sexisme touchent tous les individus. L'éducation genrée explique, encore aujourd'hui, pourquoi certains corps de métier sont

davantage féminins. Notamment pour les métiers du Care (le soin aux autres). Alors que d'autres sont plus masculins, en particulier les métiers techniques ou comprenant des enjeux de pouvoir. Les différences de genre dans la compréhension émotionnelle impactent durablement les relations interpersonnelles. Si elles passent inaperçues en couple ou en amitié, il s'avère que devenir parents révèlent toutes les différences sociales liées au genre.

Sources

- 1 Chaplin, T. M., & Aldao, A. (2013). Gender differences in emotion expression in children: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 139(4), 735-765.
- 2 Pour en savoir plus : <https://www.ohchr.org/fr/women/gender-stereotyping>
- 3 Robert Rosenthal et Kermit L. Fode, « (en) The effect of experimenter bias on the performance of the albino rat » [« Les effets du biais de l'expérimentateur sur la performance du rat albinos »], *Behavioral Science*, vol. 8, no 3, 1963, p. 183-189 (ISSN 0005-7940 et 1099-1743, DOI 10.1002/bs.3830080302)
- 4 Emmanuelle Gilles, La cour de récréation à l'épreuve du genre au collège, *Géo Confluences*, 21.01.2021



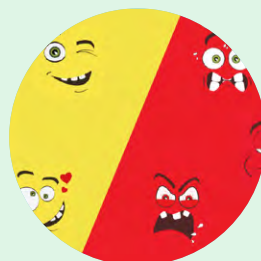
Natacha Butzbach

est psychologue spécialisée en périnatalité et accompagnement parental. J'accompagne les (futurs) parents dans

toutes leurs réflexions autour de leur parentalité et leurs états psychiques. Dans ma perspective de l'enfance et de la parentalité, l'accent est mis sur la bienveillance pour tou-te-s. La parentalité est une voie de développement personnel. Mon objectif est que chacun-e puisse se sentir au mieux en tant que parents, mais aussi en tant qu'individu à part entière. C'est pour cette raison que ma seconde activité est la rédaction d'articles et de publications, de manière à soutenir le plus de personnes possible.



@lacuriositebienveillante



À lire

Comprendre et maîtriser ses émotions avec les émoticartes



Epsilon à l'école : pour une meilleure inclusion scolaire

par Lydie, enseignante spécialisée psychologue

Lydie Laurent a été professeure de physique-chimie avant de devenir enseignante spécialisée. Elle s'est formée aux méthodes les plus reconnues sur le plan international pour être en mesure d'apporter les meilleures ressources éducatives à son fils, Aymeric, diagnostiqué autiste sévère à l'âge de 3 ans. Lydie, en effet, ne voulait pas que soient proposées à Aymeric « des activités occupationnelles plutôt qu'éducatives ». Et elle voulait que son fils aille à l'école.

Après avoir réussi à le faire scolariser (non sans mal ; rappelons qu'avant la loi de 2005, une école de quartier pouvait refuser de scolariser un enfant porteur de handicap !), Lydie s'échinait à « trouver des idées efficaces, motivantes pour permettre à Aymeric de développer des compétences scolaires et de garder sa place à l'école ». Au cours de ses formations et de ses recherches, elle découvre qu'en associant les outils développés par Maria Montessori et l'analyse appliquée du comportement, elle peut aider Aymeric, mais aussi d'autres enfants présentant des

mêmes troubles. Aujourd'hui, Aymeric est en apprentissage après avoir obtenu un CAP et envisage maintenant de passer un bac pro !

Pour partager son expertise et permettre aux enseignants, comme aux parents, de se former à leur tour aux méthodes pédagogiques les plus profitables aux enfants porteurs de troubles du spectre de l'autisme (TSA) (et aux autres ?...), en suivant le programme de l'Éducation nationale, Lydie a créé Epsilon à l'école, un réseau de formateurs et de consultants certifiés en accompagnement et en soutien scolaire.



Lydie, quelle est votre définition d'une école inclusive ?

Une école inclusive est une école capable de tenir compte de la neuro-biodiversité humaine. Les élèves n'ont pas de limites, l'école en a encore. Au sein d'Epsilon à l'école, nous tentons chaque jour de participer à la construction d'écoles inclusives en soutenant les enfants qui présentent des troubles de l'apprentissage ou du développement (DYS, TDA/H, autisme), leur famille et leurs enseignants. À travers ce travail de partenariat, nous partageons et diffusons un savoir-faire pragmatique précieux. Notre plus grand plaisir est de constater que les enseignants se saisissent des outils ou procédures d'enseignement basées sur la preuve présentée pour les autres élèves. Ces moments nous rendent confiants en l'avenir, l'avenir de meilleures écoles pour tous les enfants.

“ Les élèves n'ont pas de limites, l'école en a encore.

Comment apprendre à inclure ?

Afin de partager plus efficacement notre savoir-faire, nous avons mis en place des cursus de formation certifiants en accompagnement et soutien scolaire. Comme il existe des certifications en braille ou en LSF (Langue des Signes Française),

il nous a semblé évident d'en mettre en place pour des élèves qui présentent des troubles des apprentissages. Une connaissance experte des procédures d'enseignement basées sur la preuve est indispensable pour soutenir efficacement la scolarité des élèves à besoin particulier. Leur maîtrise favorise aussi l'apprentissage des autres élèves.

Des enseignants formés « aux outils de l'inclusion scolaire » témoignent

Fatiha Idelcadi, professeur des écoles, en région parisienne

En tant que Professeur des écoles en maternelle, cela fait plusieurs années que, parmi l'ensemble de mes élèves se trouvent des « EBEP » (Élèves à Besoins Éducatifs Particuliers), notamment TSA, TDAH). Je me suis retrouvée confrontée à des profils d'enfants que je ne connaissais pas ou mal. Je me suis vite sentie démunie sur l'aspect « comment aider ? », « comment connaître et évaluer leurs compétences ? », « comment les accompagner au mieux dans leurs apprentissages et les aider à progresser ? ». En bref : comment jouer au mieux mon rôle dans le cadre de l'inclusion scolaire de ces élèves ? Et voilà Epsilon découvert par hasard. N'étant pas enseignante spécialisée à la base, j'ai trouvé d'une part une formation plus approfondie que celles que j'avais expérimentées jusque-là, m'apportant à la fois des éléments théoriques indispensables pour bien appréhender le champ du handicap, comprendre le vocabulaire essentiel – que j'ai tant de fois lu ou entendu sans le comprendre vraiment – et, d'autre part, des outils pratiques en lien direct avec les champs disciplinaires scolaires, avec des pistes solides et concrètes pour savoir comment les adapter à bon escient. J'ai maintenant à ma disposition une vraie boîte



à outils professionnelle pour accompagner mes élèves et mieux les comprendre. Remarquez que je ne dis pas mes « EBEP », mais bien mes élèves. L'idéal dans ces outils de l'inclusion scolaire et le fait qu'ils nous sont présentés en relation directe avec les programmes scolaires, c'est que finalement ce sont des outils pour tous et que l'on peut aisément les adapter selon les difficultés ou besoins de chacun.

Sabrina Almeida, consultante éducative à domicile (spécialisée dans l'accompagnement d'enfants présentant des TSA ou d'autres troubles cognitifs)

Les formations dispensées par Lydie Laurent, avec Epsilon à l'école, m'ont permis de faire évoluer considérablement ma pratique. Tous les élèves que je suis bénéficient de stratégies d'enseignement concrètes et pertinentes en fonction de leurs difficultés. Ce qui me permet de répondre aussi bien aux besoins des enfants « extraordinaires », qu'ordinaires. Également maman d'un garçon en classe de CP, j'utilise quotidiennement ces « pistes éducatives » lors des devoirs du soir, pour le plus grand plaisir de mon fils.

Sophie Boccard, enseignante spécialisée en IME

Intéressée par la pédagogie Montessori depuis plusieurs années déjà, mais sans oser passer réellement à sa mise en place avec mes élèves, j'ai décidé de participer à des formations Epsilon à l'école. Je voulais gagner en savoir-faire, en expertise pour répondre aux besoins spécifiques des élèves que je rencontre. Enseignante en établissement médico-social depuis 5 ans, j'avais déjà eu la chance de participer à des conférences sur la présentation des principes ABA (Analyse Appliquée du Comportement) et de leurs applications. Je n'étais donc pas complètement novice sur le sujet, mais la formation Epsilon m'a vraiment permis de gagner en rigueur sur ma méthodologie d'apprentissage en m'appuyant sur les outils mis en place par Maria Montessori. Depuis ma formation, je mets donc progressivement en place ces outils pour les élèves en m'appuyant sur les apports théoriques et pratiques de cette formation, dont tous les enseignants, spécialisés ou non, devraient pouvoir bénéficier.

Sophie Besset, enseignante spécialisée à l'école MEEO (Mon École ExtraOrdinaire)

Enseignante spécialisée depuis un peu plus d'un an au sein de l'association MEEO « Mon école extraordinaire », j'ai à ma charge une classe d'enfants avec autisme. Mon équipe est formée d'une éducatrice spécialisée ainsi que d'une AVS, qui joue un rôle très important tant au niveau de la mise en place des contrats de comportements, que l'apprentissage de l'autonomie. Il était primordial de continuer à me former afin de faire évoluer mes pratiques. Je me suis dirigée vers « Epsilon à l'école » qui réunit et met en corrélation les différents champs et méthodes nécessaires au bon épanouissement de l'enfant, tant au niveau scolaire et ce, de manière adaptée, que développemental. Le passage de la certification, « le CEPRO1 », a été une véritable révélation puisque j'ai eu des résultats positifs au niveau des apprentissages scolaires et pour la gestion des troubles du comportement. La pédagogie Epsilon m'a permis de faire des évaluations concrètes avec l'outil « EDCS » pour ensuite réaliser des programmes scolaires individualisés répondant au rythme et aux potentialités de l'enfant. La certification m'a apporté des outils solides sur les méthodes de l'ABA tant au niveau individuel que collectivement, mais également, avec la pédagogie Montessori, sur l'utilisation du matériel de manière progressive. La certification a été un tremplin dans ma pédagogie en tant que professionnelle puisque celle-ci s'inscrit dans une démarche qualitative basée sur des résultats quantifiés et sur la réalisation de projets personnels mis en application avec l'équipe et le soutien des parents. Aujourd'hui, c'est avec joie que je peux voir mes élèves grandir, apprendre et s'épanouir au sein de la vie quotidienne.

« La véritable injustice, ce n'est pas de naître avec un handicap incurable, c'est le fait que la société n'accepte pas ce handicap. »

- LYDIE LAURENT

Les stratégies cognitivo-comportementales face à l'autisme



TEDx Paris
x = independently organized TED event

“ Réaliser des programmes scolaires individualisés répondant au rythme et aux potentialités de l'enfant.



Lydie Laurent, professeure de physique-chimie, est devenue enseignante spécialisée et s'est formée aux méthodes les plus reconnues sur le

plan international pour être en mesure d'apporter les meilleures ressources éducatives à son fils, Aymeric, diagnostiqué autiste sévère à l'âge de 3 ans.



À lire
Boardmaker : 15 idées de supports en CAA



À lire
Un TLA pour parler des moments de la récré !



L'orthopédagogie en classe

par Virginie et Christelle, enseignantes-orthopédagogues

De nombreux enseignants se forment à l'orthopédagogie afin de modifier leurs pratiques de classe. Christelle Coronet est enseignante-orthopédagogue en CE1-CE2 et Vice-présidente de l'UOF ; Virginie Galière est directrice d'école et enseignante-orthopédagogue en CM1-CM2. Toutes deux nous font part de leur expérience de l'orthopédagogie en classe et de ses apports dans l'accompagnement des élèves.

L'orthopédagogie est un domaine de connaissances et d'intervention qui vise l'évaluation, la prévention, la remédiation des difficultés d'apprentissage, que celles-ci soient ou non liées à des troubles. L'orthopédagogie permet à chacun de surmonter ses obstacles et de développer au mieux ses potentialités. Cette pratique prend appui sur la recherche en sciences de l'éducation (pédagogie, didactique...) et en sciences cognitives (parmi lesquelles les neurosciences).

“ *Je manquais de connaissances sur le fonctionnement de l'élève apprenant.* ”

«Les enfants sont des énigmes lumineuses», nous dit Daniel Pennac. Forte de cette vérité, je tente au quotidien d'utiliser ma formation d'orthopédagogue pour aider chacun de mes élèves explique Christelle. J'ai choisi de me former sur mon temps personnel car l'IUFM m'a apporté des connaissances essentiellement didactiques. Malgré mon expérience en classe, je manquais cruellement de connaissances sur le fonctionnement de l'élève apprenant. Et l'orthopédagogie emprunte la voie du « comment » : comprendre comment fonctionne l'élève et avoir accès à sa capacité d'apprendre pour transmettre des savoirs, des savoir-faire et des savoir-être.

Être enseignante orthopédagogue, c'est gérer un groupe d'une vingtaine d'élèves

Ainsi donc, être orthopédagogue en classe est une facette de l'orthopédagogie à part entière, car contrairement à mes collègues en cabinet, j'ai un collectif à gérer. Cette difficulté s'accompagne d'un programme scolaire à transmettre en dix mois. Cependant, la dynamique de classe, l'énergie du groupe et les résultats concrets dans le parcours scolaire sont des moteurs formidables.

En classe, l'orthopédagogue va évaluer le potentiel de chaque élève pour prendre appui sur ses réussites et s'en servir pour élaborer des stratégies positives.

Formé aux neurosciences, aux troubles d'apprentissage, c'est aussi celui qui va rencontrer les parents, les rassurer et les orienter vers le psychologue scolaire, des thérapeutes si nécessaire, pour détecter un trouble, qui, une fois identifié par un diagnostic médical, sera une explication rationnelle aux difficultés rencontrées. En classe, l'enseignant-orthopédagogue tente, malgré le nombre d'élèves important (nous rêvons tous d'une classe à 15 pour une pédagogie efficace pour tous !), de mettre en place des stratégies cognitives, des outils adaptés pour que chaque élève progresse.

Comme en individuel, c'est le potentiel de chaque élève qui est mis en avant. Cependant, il faut accepter de faire autrement en collectif. Il faut accepter que les élèves qui seront accompagnés n'iront pas aussi vite que s'ils avaient été en prise en charge individuelle et ça, c'est un paramètre très important.

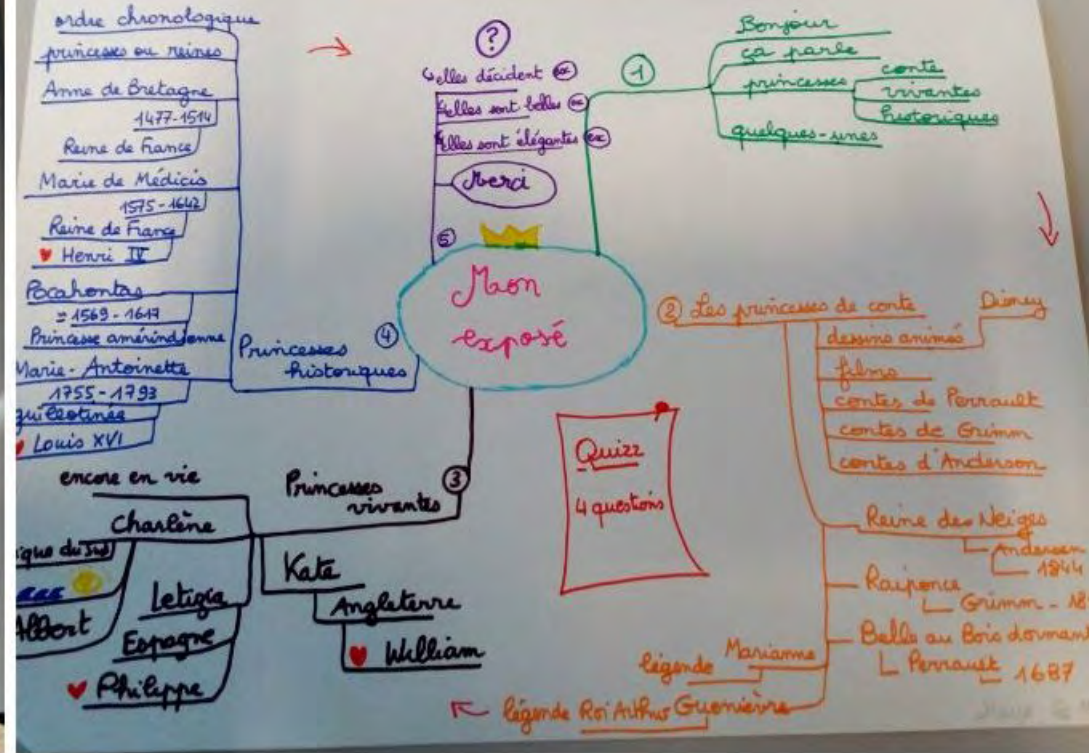
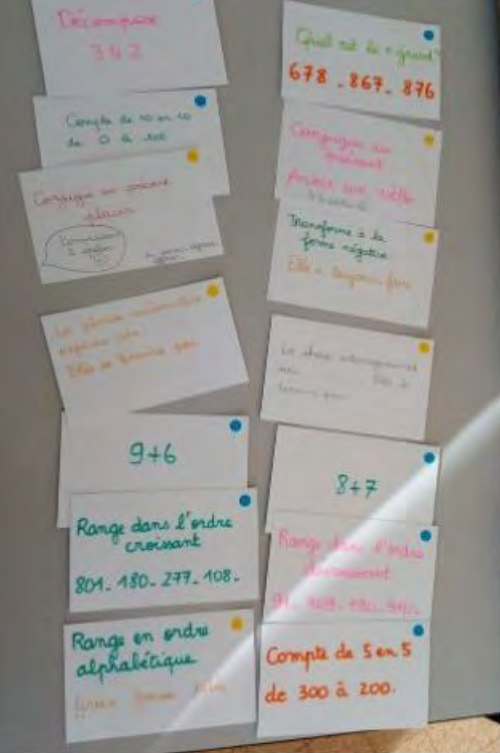


Comprendre le fonctionnement du cerveau

En classe, mon rôle est avant tout de la prévention orthopédagogique : les premières séances sont dédiées longuement au fonctionnement du cerveau. Avec mes élèves, nous construisons des réseaux neuronaux pour comprendre les possibilités infinies des connexions. Ils comprennent également comment fonctionne leur cerveau.



Dans cet album de vulgarisation scientifique pour les enfants, la psychologue JoAnn Deaket invite les enfants à découvrir l'anatomie et le fonctionnement de leur cerveau.



Une pratique que se réinstalle à chaque rentrée

Tout d'abord, notre climat de classe se doit d'être serein, explique Virginie. L'enfant, qui a intrinsèquement envie d'apprendre, investit une posture d'élève qui prend en main son apprentissage, se connaît pour mettre à profit toutes les pistes, les astuces proposées par l'adulte.

“ La pédagogie positive s'est invitée dans la classe il y a de cela plusieurs années et engendre des élèves conscients de leurs actes, une maîtresse heureuse qui n'est pas gendarme mais transmetteur de savoir.

Chaque acte de bienveillance, chaque effort est valorisé : finies les punitions, les cris dans la classe.

Ensuite, dès le début d'année, une séquence sur le fonctionnement du cerveau installe la notion de neuroplasticité. Certains élèves se représentent le cerveau comme une boîte où les zones sont spécifiquement dédiées aux apprentissages scolaires : il y a la zone des mathématiques, celle du français, il y a une case mémoire.... D'autres ont une vague idée de réseaux de connexions qui partent généralement du centre.... Apprendre à connaître ses émotions, à retrouver son calme à l'aide de la cohérence cardiaque, comprendre comment fonctionne son cerveau sont des leviers indispensables pour mettre en place des stratégies, saisir l'utilité des réactivations du soir (leçons à revoir, tables à mémoriser encore et encore pour des connexions neuronales « solides »), des rituels quotidiens...

Enfin, l'équité se doit d'être au cœur de l'enseignement. Nous travaillons pour tous les élèves, nos classes sont composées d'élèves dys, inattentifs, hauts potentiels, autistes, atypiques L'orthopédagogie nous aide à mettre en place des outils adaptés à chaque profil d'apprentissage.

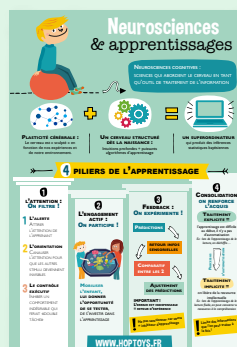
Dans la classe, nous avons le « coin de l'orthopédagogie » comme il existe le coin des maths ou du français avec nos cerveaux en 3D, notre bibliothèque avec les ouvrages importants, les jeux...

Mon rôle est aussi dans l'accompagnement des élèves à développer leurs fonctions exécutives. Chaque élève sait exactement là où il est en difficulté et là où il est en réussite. Il sait donc ce qu'il doit travailler. Cette approche est accompagnée de temps de jeux de société qui donnent un climat différent à la classe.

Un autre point que je trouve intéressant, c'est que l'on peut proposer des outils qui fonctionnent avec tout le monde : la carte mentale, les post-its de réactivation, la lampe frontale pour l'attention... Nous pouvons également effectuer des dialogues orthopédagogiques pour mieux comprendre le fonctionnement de tel élève, et l'aider à faire autrement. Pour aller plus loin, nous pouvons également prendre du temps individuel sur les temps d'APC.

Je propose également un accompagnement aux parents, en proposant des ateliers, où j'explique comment accompagner son enfant à la maison, sur les devoirs.

Toutes ces petites graines semées, permettent de montrer à tous l'importance de notre métier. Je suis convaincue aujourd'hui que nos écoles françaises auront besoin d'orthopédagogues dans les établissements.



Téléchargez
l'infographie :
Neurosciences, les 4
piliers de l'apprentissage



La coopération dans la classe flexible et inclusive

par Adeline, enseignante

Adeline Michel est enseignante depuis 17 ans. Elle a fait la quasi-totalité de sa carrière dans l'enseignement spécialisé (d'abord dans une école de Plein Air, puis dans un dispositif ULIS-école). Nous l'avons invitée à vous apporter ici ses idées et retours d'expérience pour développer la coopération en classe flexible et inclusive.

Développer une école véritablement inclusive est un des enjeux majeurs des dernières décennies. En effet, en faisant le pari de l'éducabilité, en adaptant sa pédagogie à tous, en proposant des situations d'apprentissage centrées sur l'autonomie et l'initiative, les enseignants de cette école vont permettre à tous les élèves, porteurs de handicap ou non, de développer des comportements favorisant l'entraide, l'écoute, l'anticipation et l'esprit d'équipe. L'école est avant tout un lieu de vie. Un lieu où l'on apprend avec les autres, par ses interactions avec les autres. Choisir de travailler en classe flexible permet la construction d'un espace véritablement tourné vers l'autre et vers la coopération.

La coopération, c'est quoi ?

Si l'un des objectifs affichés de l'école est l'accès à l'autonomie, ça ne signifie nullement pour l'élève qu'il doit tout faire seul, au contraire. Être autonome, c'est avant tout savoir prendre les bonnes décisions, pour soi comme pour le groupe.

Le temps autonome n'est pas uniquement un moment de solitude. La classe flexible est par essence une classe coopérative, dans laquelle on ne reste pas seul face à ses difficultés, dans laquelle on œuvre ensemble à la construction de projets communs.



Coopération et entraide

Pour éviter qu'un enfant se retrouve seul face à ses difficultés, qu'il se retrouve en situation d'échec ou abandonne face à la tâche, il est important de proposer un cadre encourageant l'entraide et le tutorat. Ce type de pratique se révèle une des clés de l'école inclusive. Bien sûr, lorsqu'ils demanderont de l'aide, les enfants devront le faire en suivant des règles établies afin de garantir le respect du travail de chacun. Le demandeur ne doit pas interrompre son camarade à n'importe quel moment. Il faut savoir attendre, parfois quelques minutes, que l'autre soit disponible, sans le gêner.

À l'inverse, l'aidant doit apprendre à aiguiller sans donner les réponses, expliquer une méthode, afin qu'à l'avenir, son camarade sache faire seul. Autant de compétences que les élèves vont acquérir au fil du temps et qui profiteront tout autant à celui qui aide qu'à celui qui est aidé (la verbalisation, l'explicitation renforçant et affinant, on le sait, la compréhension d'une notion).

Coopération et collaboration

Dans une classe coopérative, qu'elle soit flexible ou non, on a à cœur de proposer différentes situations où les élèves sont amenés à travailler en groupe. Cette forme de travail a bien sûr pour objectif de développer, entre autres, la coopération. Mais tout travail de groupe est-il forcément synonyme de coopération ? Souvent, les élèves se répartissent ainsi les tâches dans

le groupe : l'élève le plus performant sera celui qui fera le plus et l'élève le plus en difficulté étant celui qui en fera le moins. Risquer d'exclure ainsi un enfant porteur de troubles du groupe n'est évidemment pas l'objectif recherché ! Afin que la coopération prenne tout son sens, on veille donc à ce que chaque élève soit une partie indispensable du groupe, chacun ayant une part active à construire dans la résolution du problème ou dans la réalisation du projet commun. La réussite étant, dès lors, fortement liée à la condition de « faire ensemble », on peut choisir de proposer des activités aux formes diverses et dans des domaines d'apprentissages variés.

La coopération au service de l'inclusion

Développer ces compétences chez nos élèves va au-delà de l'espace-classe. Encourager la coopération se révèle également un investissement pour l'avenir, car ce sont des compétences transférables qui permettront à chaque enfant de grandir. Ces compétences prépareront de futurs citoyens respectueux de la différence, enclins à l'entraide, à l'écoute et à la solidarité.

Des compétences au service des élèves à besoins éducatifs particuliers

L'environnement joue un rôle essentiel dans le sentiment de sécurité d'un enfant et dans son attitude au sein du groupe classe. Un enfant en confiance est un enfant qui va développer des comportements adaptés à la vie en groupe. À l'inverse, un enfant « insécure » a plus de risques de développer des comportements irrespectueux, laissant place à la colère ou à l'exclusion de soi ou des autres. Proposer des activités qui font appel à la coopération permet de faire évoluer chaque enfant

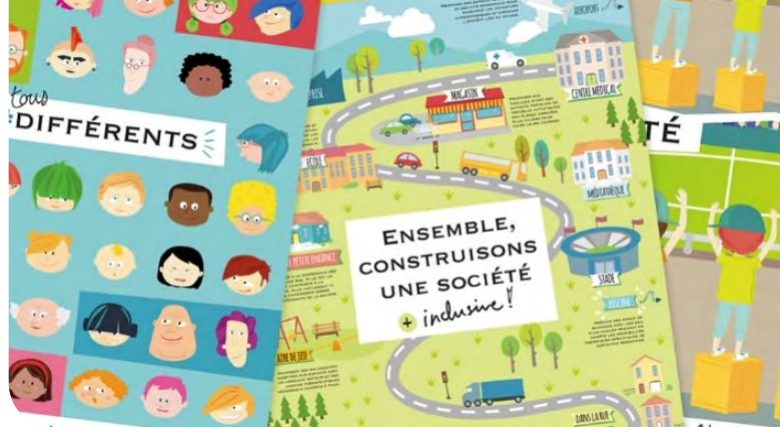
dans un environnement sécurisant où l'autre n'est ni un ennemi ni un obstacle à son développement personnel, mais bien un partenaire, un co-constructeur d'apprentissages.

En parallèle, encourager les pratiques coopératives au sein de sa classe va permettre à l'enfant porteur de handicap de développer des compétences sociales stables et de déclencher des situations de communication riches et constructives. Ce sentiment d'appartenance au groupe est un des éléments fondateurs d'une école inclusive porteuse de sens.

Des compétences au service de tous

Les pédagogies coopératives vont permettre de développer chez les élèves des valeurs humaines et humanistes. Apprendre la bienveillance, la tolérance, la patience, l'écoute, l'empathie et la compréhension de l'autre sont autant d'atouts pour faire de ces élèves des êtres sensibles, sensibles à l'autre et à ses besoins. Ces pratiques responsabilisent l'enfant tout en développant une interdépendance positive entre les élèves. Chacun comprenant alors que l'autre est un partenaire d'apprentissage avec lequel il va pouvoir se développer et acquérir de nouveaux savoirs et compétences.

Si chaque élève comprend qu'il a un rôle à jouer au sein de la classe, que son avis compte, qu'il détient un savoir digne d'être partagé, alors il pourra développer une estime de soi forte, une confiance en soi qui deviendra une véritable richesse au quotidien.





Choisir de travailler en classe flexible, c'est recentrer son apprentissage autour des besoins de l'enfant. C'est également repenser sa pédagogie afin de l'adapter quotidiennement au rythme de chacun. Placer l'élève au centre des apprentissages, l'encourager à s'engager dans des activités coopératives, c'est le fondement même d'une école qui se veut profondément humaniste et inclusive, qui encourage chaque élève à prendre sa place dans le groupe, à mettre son intérêt personnel au profit d'un intérêt collectif, qui permet à tous de s'élever individuellement à travers le bien commun et la communauté qu'est l'École, chacun devenant alors une pièce indispensable au bon fonctionnement de l'ensemble.

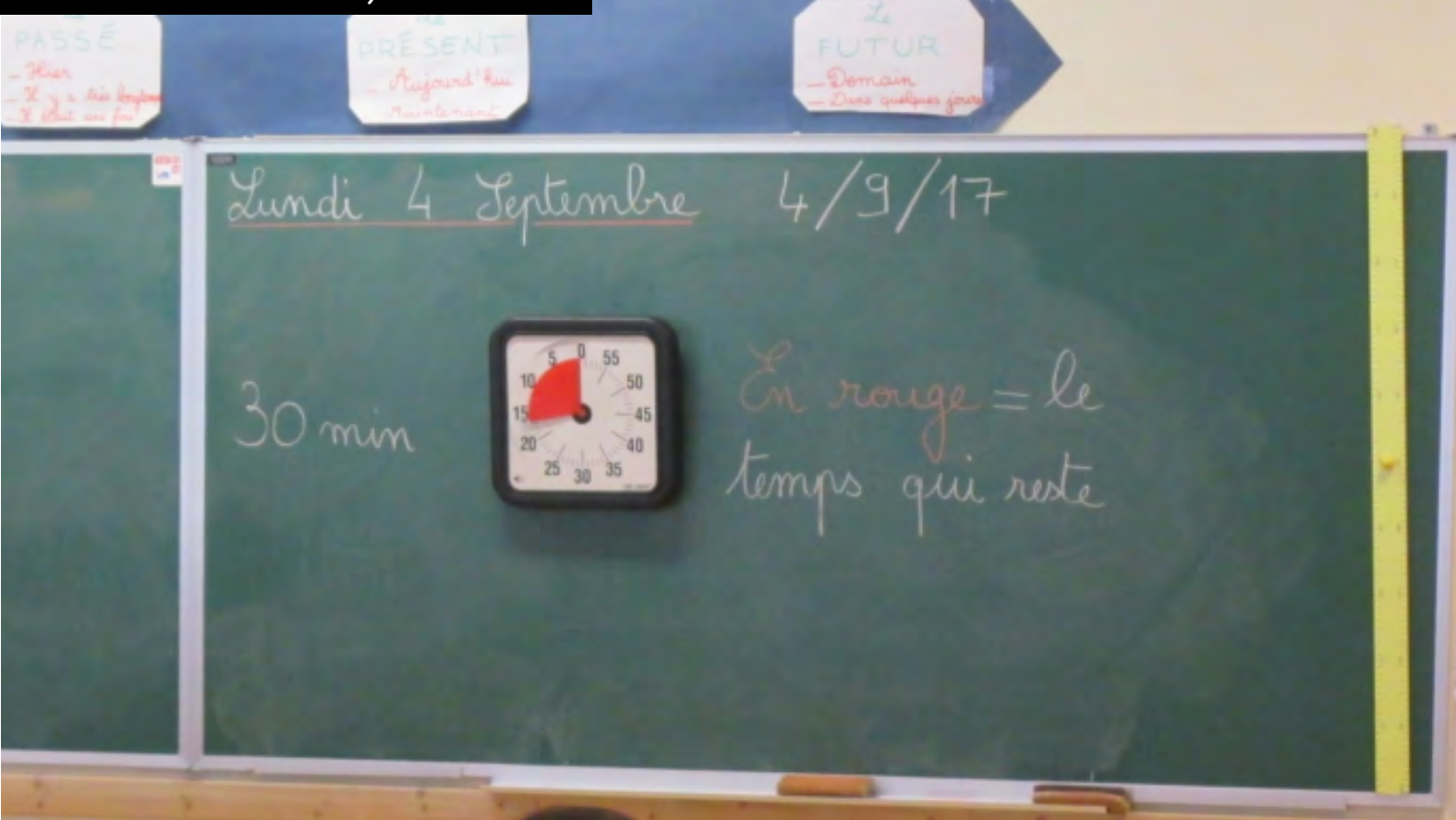


Adeline Michel est enseignante depuis 17 ans. Elle a fait la quasi-totalité de sa carrière dans l'enseignement spécialisé (d'abord dans une école de

Plein Air, puis dans un dispositif ULIS-école). Adeline est actuellement coordonnatrice dans une ULIS-école du nord-est de la France. Elle a co-écrit deux ouvrages pédagogiques parus aux éditions RETZ : « Enseigner en classe flexible » (avec Anne Larcher, Séverine Walker, Evie Laversanne, Aurélia Onyszko) et « Enseigner en ULIS-école » (avec Fabienne Ramond).

 un-tour-en-ulis.eklablog.com

 [@un_tour_en_ulis_](https://www.instagram.com/un_tour_en_ulis_)



Utiliser un Time Timer en classe

par Kyra, enseignante

Le Time Timer est un outil déjà utilisé par beaucoup d'instituteurs (mais aussi par les parents) pour son efficacité et sa praticité. Nous avons interrogé Kyra, une enseignante qui utilise notre Time Timer dans sa classe. Elle nous explique pourquoi elle l'adore et comment elle l'utilise ! Découvrez son témoignage.

Enseignante depuis 13 ans, je suis une utilisatrice comblée du Time Timer depuis que j'ai eu une classe en responsabilité. À l'époque, ce fut un investissement, j'étais dans une école avec peu de budget et, comme beaucoup, j'ai acquis ce matériel par mes propres moyens. Mais celui que j'ai acheté à l'époque (le grand modèle) est toujours en service. C'est dire si je l'ai amorti ! Il a résisté à plusieurs chutes, à plusieurs déménagements, et ne demande qu'une seule chose de temps à autre, une pile neuve !

Intéressée par les pédagogies coopératives, je cherchais un moyen de mettre des groupes d'élèves en atelier ou en travail minuté avec du matériel qui soit VISIBLE, et de loin. Le Time Timer s'est très vite imposé comme une évidence : j'avais bien vu des minuteurs de cuisine en supermarché qui utilisaient le même procédé du disque en couleur qui s'amenuise, mais c'était loin de me satisfaire. Je voulais un cadran suffisamment grand pour être visible par toute la classe.



Et les élèves, ils en pensent quoi ?

Souvent, en début d'année, mes élèves me disent que son utilisation les stresse (j'ai des CM depuis plusieurs années maintenant), car ils ont l'impression, en regardant le disque, que le temps passe très vite... Mais avec une utilisation régulière, ils s'en servent comme repère pour effectuer leur travail et le facteur d'angoisse disparaît. Ils l'intègrent vite comme un outil, au même titre que d'autres affichages de classe.

Le Time Timer un outil qui fait entièrement partie de ma pratique de classe et dont je n'arriverai plus à me séparer.

Quels bénéfices pour les élèves ?

J'ai utilisé ce matériel sur des classes de différents niveaux, du CP au CM2. À chaque fois, il a permis de responsabiliser les enfants sur la gestion du temps. Même avec des enfants qui ne lisent pas encore l'heure, comme en CP ou en ULIS (Unité Localisée d'Inclusion Scolaires), le disque rouge montre très clairement le temps qui reste. En situation de recherche, il permet aux enfants qui sont « maître du temps » de savoir rapidement le temps qui reste au groupe.

Durant la rentrée par exemple, lors des évaluations diagnostiques, il a permis, à ceux qui n'avaient pas fini, de savoir combien de minutes il leur restait, et à ceux qui avaient fini, de savoir à quel moment ils devaient quitter le coin bibliothèque ou leur activité autonome pour rejoindre leur place. Une petite explication au moment de la première utilisation suffit à ce que chacun se l'approprié. Et pour moi, c'est aussi la garantie de ne pas me faire surprendre par le temps... !

Kyra est enseignante et rédactrice du blog :

blog

maraboutetboutdficelle.eklablog.fr



À lire

Time Timer :
autorégulation,
attention, autonomie



Écoute musicale et musicogrammes

par Adeline, enseignante

Adeline Michel est enseignante depuis 17 ans. Elle a fait la quasi-totalité de sa carrière dans l'enseignement spécialisé (d'abord dans une école de Plein Air puis dans un dispositif ULIS-école). Nous l'avons invitée à vous parler ici des musicogrammes et des apports pour ses élèves.

Un musicogramme ... KEZAKO ?

Construit par l'enseignant et/ou par les élèves, le musicogramme est une représentation graphique d'un extrait musical. L'idée n'est pas tant de représenter ce que la musique nous inspire que de

représenter la façon dont on en comprend la construction. Le musicogramme vient en appui de l'écoute. En suivant les graphismes, il permet de « vivre » du bout des doigts la structure mélodique du morceau choisi.



Pourquoi créer un musicogramme ?

Grâce au musicogramme, l'élève va pouvoir faire le lien entre ressenti et appropriation des éléments qui composent la musique. Il va repérer ces éléments sonores caractéristiques et les coder.

Cette compréhension de la structure mélodique d'un morceau va aider l'élève à percevoir les nuances, les variations, à repérer les phrases, les thèmes. Il passe alors d'une écoute passive à une écoute active, d'une écoute sensible à une écoute analytique.

Le musicogramme à l'école... Pour quelles compétences ?

Lorsque les élèves créent leur musicogramme, ils expriment leurs émotions, leur sensibilité face à l'extrait étudié. Ils affinent leurs capacités de perception, leur posture d'écoute et d'attention. Construire ou suivre un musicogramme permet de décrire et de comprendre l'organisation mélodique d'une œuvre, de prendre conscience des éléments sonores qui la composent.

Il est parfois difficile pour certaines élèves d'exprimer verbalement ce qu'ils ressentent. Le passage par le geste offre une porte plus créative, plus intuitive.

Dès le plus jeune âge, le musicogramme peut être proposé aux élèves. Sur Instagram, « *Enfantine et fantaisie* » et « *Une bulle vole* » en proposent à leurs élèves de maternelle.



Adeline Michel est enseignante depuis 17 ans. Elle a fait la quasi-totalité de sa carrière dans l'enseignement spécialisé (d'abord dans une école

de Plein Air puis dans un dispositif ULIS-école). Adeline est actuellement coordonnatrice dans une ULIS-école du Nord-Est de la France. Elle a co-écrit deux ouvrages pédagogiques parus aux éditions RETZ : « *Enseigner en classe flexible* » (avec Anne Larcher, Séverine Walker, Evie Laversanne, Aurélia Onyszko) et « *Enseigner en ULIS-école* » (avec Fabienne Ramond).



un-tour-en-ulis.ehlablog.com



[@un_tour_en_ulis_](https://www.instagram.com/un_tour_en_ulis_)



Interrogeons-nous sur la normalité !

Le mot « normal » est souvent utilisé dans notre société comme synonyme de « typique », « attendu » ou même « correct ». Nous entendons souvent que certaines choses ou certains comportements sont ou ne sont pas normaux. Selon cette logique, la plupart des gens devraient correspondre à la description de la norme ou normalité. Mais qu'est-ce que la normalité ? Et devrions-nous compter autant sur ce concept pour décrire notre réalité ?

La petite histoire de Norma et Normann

En 1943, l'artiste Abram Belskie et l'obstétricien-gynécologue Robert Latou Dickinson créèrent deux statues représentant les corps normaux de l'homme et de la femme américains. Pour créer ces statues, appelées Norma et Normann, les artistes ont compilé, à partir de diverses sources, des mesures de 15 000

hommes et femmes âgés de 21 à 25 ans. À cause de l'intérêt suscité par la presse pour ces œuvres d'art, le musée de la Santé de Cleveland, qui exposait Norma et Normann, décida alors de lancer un concours pour trouver la femme qui correspondait aux proportions de Norma. La recherche, qui dura plusieurs mois et reçut environ 4 000 réponses, s'avéra infructueuse.

La plupart des gens ne sont pas « normaux »

En réalité, maintes et maintes fois, des descriptions soi-disant normales de nos corps, esprits et perceptions ne correspondent à presque personne. Et pourtant, le monde est presque exclusivement construit autour du concept de normalité. Pourquoi ?

La petite anecdote de Norma et Normann démontre parfaitement que notre concept de la normalité est erroné. La norme, par exemple des proportions d'un corps, ne représente pas la plupart des personnes mais est une moyenne des mesures de la population. Cela explique pourquoi aucune femme ne correspondait à Norma, la supposée « femme normale ». Norma représentait en réalité une moyenne abstraite des corps des femmes.

La normalité est la diversité !

Lorsque l'on applique un standard de normalité à l'humanité entière, c'est-à-dire des standards basés sur des statistiques, cela signifie que, dans les faits, la normalité n'existe pas. Et cette manière de catégoriser le monde peut avoir des conséquences dramatiques. Encore aujourd'hui, certaines personnes sont victimes de discrimination basée sur le handicap, la santé mentale et d'autres caractéristiques jugées « anormales » alors que le concept de base de la norme est totalement absurde.

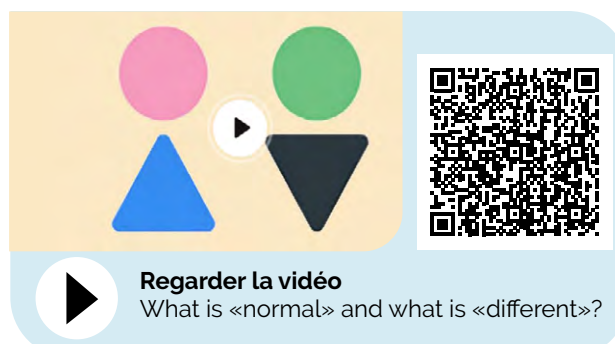
En réalité, toutes nos différences (façon de penser, nos perceptions, nos idées, nos corps...), c'est ça la vraie normalité !

Tous différents !

Nous sommes tous différents de notre voisin, de notre copain ou même de nos proches sur certains aspects. Encourager l'acceptation, c'est accepter la différence

comme faisant partie de la vie et agir pour rendre la société plus inclusive. Notamment en permettant à tous les enfants, qu'ils soient en situation de handicap ou non, de jouer et de grandir ensemble !

En permettant à tout le monde, à tous les âges de la vie d'agir pleinement sur soi ! Comment ? En rendant notamment les environnements dans lesquels nous évoluons plus ergonomiques, accessibles à tous et adaptés aux besoins spécifiques.





Qu'est-ce que la neurodiversité ?

par Lorène, Lali et l'association Collectif Atypique

Pour parler de la neurodiversité, nous avons demandé à l'association inclusive du Collectif Atypique mais aussi à Lorène Ferrandes, experte en accompagnement de la valorisation de la neurodiversité et maman de deux enfants dont un avec autisme sévère et Lali Dugelay, conférencière avec autisme et responsable communication du Club des Six, ce qu'était la neurodiversité. Découvrez dans cet article leurs explications sur le sujet.

Le Collectif atypique

C'est une association dont le but est d'encourager en tant que laboratoire d'idées, la réflexion, la réalisation, le conseil et la promotion de toute action à vocation éducative, familiale, sociale, scientifique et culturelle en faveur des personnes ayant un profil neuroatypique. L'objectif est de favoriser leur autonomie et leur insertion socio-professionnelle. C'est aussi d'améliorer leurs conditions de vie sur le plan matériel, mais aussi sur la santé physique, mentale ou de l'éducation.

Nous proposons un moyen efficace et confidentiel pour trouver les meilleures réponses à vos besoins spécifiques en partageant avec des pairs ou des professionnels dans la bienveillance, sans crainte du jugement. Autiste Asperger, HPI (haut potentiel intellectuel), TDAH (trouble de l'attention avec ou sans hyperactivité), les constellations « dys »...

Le terme de « neurodiversité » est assez récent. Judy Singer a collaboré avec Harvey

Blum, un journaliste américain du New York Times, qui a décrit en 1997, les bases de la diversité neurologique, en utilisant le terme « pluralisme neurologique ». Il a écrit que la diversité neurologique peut être aussi importante pour l'Homme que la biodiversité l'est pour la vie en général.

“ Le terme “Neurodiversité” peut regrouper l'ensemble des troubles qui affectent le fonctionnement du cerveau.

Aujourd'hui, ce terme est souvent utilisé pour couvrir l'ensemble des troubles, plus ou moins marqués, qui affectent le fonctionnement du cerveau. La neurodiversité est un terme générique et hyperonymique regroupant notamment des particularités ou hyponymes la composant tels que les troubles du spectre de l'autisme, le TDAH, la douance, les constellations « dys », le syndrome Gilles de la Tourette. Mais également la neurotypicalité (autrement dit, les individus n'ayant pas de conditions neurologiques les distinguant de la « norme » si elle existe...).

Bien qu'à l'origine le terme neurodiversité puisse s'entendre comme positivement discriminant, aujourd'hui, il pourrait s'étendre à tout type de fonctionnement neurologique et cognitif. C'est l'idée que, comme dans tout autre environnement stable, les êtres humains sont différents et complémentaires, en l'occurrence par le biais de leurs cerveaux. La neurodiversité est la diversité des cerveaux et des esprits humains, la variation infinie du fonctionnement neurocognitif au sein de notre espèce.

La neurodiversité est juste un rappel que même si les apparences peuvent paraître semblables, chaque être est singulier dans son fonctionnement et ses besoins conduisent à une richesse via ces

“ De très nombreux scientifiques, ingénieurs, artistes, intellectuels de renommées internationales martèlent depuis des décennies le besoin vital de notre société de plus d'ouverture, de plus de créativité, de relativiser ses standards traditionnels d'intelligence et de normalité.

différentes façons de percevoir, de penser, de fonctionner, de s'émouvoir... Partant de l'idée que chacun dispose de sa propre perception de la réalité, la neurodiversité pourrait ne pas concerner qu'1 personne sur 5 mais bien 5 personnes sur 5 !

Sensibiliser à la neurodiversité pour ouvrir les esprits

Une sensibilisation plus importante à la neurodiversité pourrait permettre d'ouvrir les esprits à plus d'indulgence vis-à-vis de la différence. Cultiver la bienveillance envers les autres Êtres Humains permettrait à tous d'exprimer ses talents selon ses besoins spécifiques. Changer les « mindset » en se concentrant sur le positif plutôt que sur le négatif.

Faire évoluer le regard des gens sur la différence telle qu'elle soit, que ce soit par des actions de sensibilisation, la mise en place d'actions d'inclusion pour que les gens apprennent à vivre tous ensemble,



à collaborer malgré leurs divergences pourront conduire à un mieux-être pour tous.

“ *Les personnes avec atypisme peuvent également être sensibilisées à leurs propres particularités comportementales et sensorielles, et peuvent être accompagnées pour découvrir des clés de communication avec les personnes présentant des fonctionnements différents. L'inclusion de la neurodiversité toute entière appelle forcément un changement de culture, à savoir passer d'une culture de performance à une culture davantage centrée sur l'Humain.*

Douée de particularités sensorielles, la personne avec autisme est souvent sensible aux sons, à la lumière, aux dérangements, aux imprévus. La perception particulière de son environnement peut être insécurisante et anxiogène car tous ces facteurs sont autant de micro-agressions avec lesquelles elle doit composer, souvent inconsciemment. De plus, les difficultés rencontrées pour communiquer et décrypter les codes sociaux génèrent souvent un sentiment de rejet pouvant conduire soit à l'exclusion sociétale soit à une volonté de se fondre dans la norme pour se faire accepter en luttant contre soi-même au prix d'une suradaptation coûteuse en énergie et bien souvent non durable dans le temps.

Un environnement adapté aux besoins spécifiques de la personne avec un TSA permettra de mieux répondre aux attentes, car elle subira moins d'agressions et cela impactera son bien-être tout comme celui de son environnement. Une sensibilisation



massive sur ce que sont les Troubles du Spectre de l'Autisme, ce que cela implique et les différents modes de fonctionnement des personnes concernées, pourrait permettre d'augmenter la tolérance et le respect par plus de compréhension de la différence.

Favoriser la mixité des enfants atypiques à l'école

Favoriser la mixité des enfants atypiques à l'école par exemple, pourrait permettre d'habituer tous les enfants à vivre ensemble malgré leurs différences. Prendre en compte les besoins spécifiques et offrir dès l'école les clefs de compréhension des personnes atypiques pourrait permettre une ouverture d'esprit dès l'enfance tout en informant les parents. Dans le monde professionnel, en complément d'action de sensibilisation, de déploiement de réseaux internes consacrés à la neurodiversité, des aménagements raisonnables peuvent être mis en place pour faciliter l'inclusion des personnes avec TSA comme la mise à disposition de casques antibruit, des ambiances lumineuses adaptées, des jours de télétravail, des horaires flexibles pour éviter les périodes de rush dans les transports...

Plus la société sera sensibilisée aux modes de fonctionnement différents, moins cette méconnaissance engendrera de peur et de méfiance vis-à-vis des personnes neurodivergentes, assurant ainsi une

sécurité psychologique où chacun pourra exprimer son potentiel et vivre dans la dignité au sein d'un environnement sain et confortable.

Exemples de comportements bienveillants à adopter pour améliorer le quotidien des personnes avec TSA

- Être plus tolérant
- Plus respectueux
- Éviter les incohérences
- Avoir des explications claires et précises
- Vouloir connaître la personne sans jugements ni aprioris
- Miser sur ses forces
- Considérer la personne

Les personnes neurodivergentes peuvent trouver un espace de réflexion, d'échange, de partage et de soutien mutuel entre personnes concernées directement ou indirectement auprès d'associations spécialisées afin de bénéficier d'écoute, de conseils, d'accompagnements pour accompagner l'amélioration de leurs conditions de vie.

Lorène Ferrandes, maman de 2 enfants ayant des besoins spécifiques

Mon rôle plein et entier de maman atypique et hors normes, mes expériences sur le terrain et mon parcours personnel me poussent aujourd'hui à une approche sensorielle de l'environnement de la neurodiversité. Je sais surtout qu'il n'y a pas de hasard et que ma perception est celle de tant d'autres personnes qui ne demandent qu'à partager leur neurodiversité et atypisme revendiqué.

“ Ce qui me conduit aujourd'hui à revendiquer mon expertise de l'autisme à travers laquelle je veux faire comprendre que la neurodiversité est une force qui transcende et fait grandir. Je souhaite valoriser la démarche des managers qui misent sur le potentiel plutôt que le diplôme, et croient en l'inclusion. L'expérience de 3 ans que j'ai coordonnée au sein d'une grande entreprise pour l'inclusion de salariés autistes me confirme aujourd'hui que c'est une force indéniable pour l'entreprise de demain.

Lorène Ferrandes, maman de 2 enfants, dont un autiste sévère non-verbal et un zèbre (Haut Potentiel), elle a mis sa carrière professionnelle de côté pendant 8 ans pour se former à l'autisme et accompagner le parcours d'inclusion professionnelle de l'autisme pour les plus de 18 ans. J'ai, depuis toujours, cherché à comprendre l'autisme à travers la neurodiversité et l'ensemble des recherches faites autour des connexions synaptiques, mes rencontres avec tant de personnes du monde entier ont nourri et nourrissent encore ma vision optimiste.

Lali Dugelay, créatrice du site Aspie At Work

“ La neurodiversité, c'est à mes yeux le fait de ne pas avoir une pensée ou une façon de faire « stéréotypée » telle qu'attendues par la société, qui peut s'exprimer à travers divers syndromes ou handicaps. La société est encore peu préparée à comprendre, et donc à accepter l'autre dans sa diversité. Cela vaut pour tout type de diversité.

C'est l'inconnu qui fait peur et qui engendre préjugés et exclusion. Il faut donc sensibiliser, encore et encore. Expliquer et démontrer que nous sommes tous différents les uns des autres, chacun avec nos spécificités, et que l'on peut tous vivre ensemble en toute sérénité. À mon niveau, j'interviens pas mal en entreprises et écoles supérieures pour sensibiliser aux handicaps invisibles dans l'espoir de faire un peu bouger les mentalités. Ce sera long, mais je sens un frémissement positif en faveur de l'inclusion !

Lali Dugelay, créatrice du site Aspie At Work, est une femme avec autisme diagnostiquée sur le tard. Elle prône à travers ses conférences en entreprise et interventions dans les médias la neurodiversité et l'inclusion. Lali Dugelay est aussi maman de 2 garçons eux-mêmes avec des besoins spécifiques. Elle travaille en tant que responsable communication au sein d'une association qui crée et gère des habitats inclusifs pour personnes en situation de handicap. Le reste de son temps est consacré à donner des conférences et des formations, à faire de la sensibilisation pour arrêter les idées reçues et faire avancer l'inclusion.



aspieatwork.fr



Télécharger
les règles d'or de la classe



Renforcement positif et TDAH

par Charline, praticienne en TCC

Charline Le Lay, praticienne en Thérapie Comportementale et Cognitive (TCC) partage son point de vue sur le renforcement positif et TDAH. Comment fonctionne le renforcement positif avec des enfants ayant un TDAH ? Comment le mettre en place ?

Le TDAH et ses symptômes

Le Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité est un trouble neurodéveloppemental qui touche les adultes et les enfants. Voici les symptômes qui prédominent :

- De l'agitation,
- Des difficultés à être attentif, à se concentrer,
- Parler beaucoup, couper la parole,
- Faire preuve d'impulsivité,
- Oublier...

Cela est indépendant de la volonté des enfants concernés, qui sont les premiers à subir ses conséquences. Les médicaments peuvent être un soutien pour ces enfants, mais ne sont pas forcément indispensables. Seul un professionnel de santé spécialisé peut établir un diagnostic pour la prise d'un traitement. De plus, chaque enfant est différent, même s'ils ont le même trouble.

Le circuit de la récompense au niveau neurologique

Le circuit de la récompense sert à renforcer certains de nos comportements. Le principal neurotransmetteur émis dans le circuit de la récompense est la dopamine. Mais d'autres sont aussi présents : le Gaba, la noradrénaline, la sérotonine. La dopamine est la « molécule du plaisir ». Les neurones à dopamine sont impliqués dans le plaisir et le désir.

Le renforcement positif dans tout ça ?

Le renforcement positif inspire une motivation plus cohérente et de meilleurs résultats d'apprentissage pour les enfants avec TDAH, qui sont plus sensibles aux récompenses et aux punitions que leurs pairs neurotypiques. La recherche montre que le renforcement positif (récompenses pour réalisations) modifie le cerveau au niveau cellulaire. Il montre également que les enfants atteints de TDAH sont plus susceptibles d'être frustrés et d'abandonner lorsqu'ils ne reçoivent pas les récompenses anticipées pour avoir accompli une tâche difficile.

Le renforcement positif est une méthode que l'on utilise pour créer, maintenir et/ou induire des conduites adaptées. Il est à la fois important et utile car il permet de complimenter ou de récompenser les petits progrès et les efforts des enfants.



Lire
TDAH et
hypersensibilité



Ainsi, il améliore l'image qu'ils ont d'eux-mêmes. Il faut avoir l'art de surprendre l'enfant à bien faire en trouvant des occasions de l'admirer et d'être fier de lui. Ceci va permettre de motiver l'enfant et l'adolescent au moment de se mettre au travail. Et cette motivation sert à maintenir et augmenter le niveau attentionnel des enfants lors des devoirs. L'idéal, bien sûr, serait de faire rentrer l'enfant dans une logique de « Le réconfort vient après l'effort. ».

Mais alors, il est impératif que le « réconfort » ait un véritable sens pour l'enfant et que l'activité proposée en récompense soit suffisamment motivante et immédiate, car l'enfant TDAH éprouve des difficultés à se projeter dans l'avenir.

Les récompenses sont dans le meilleur des cas établies à l'avance et coconstruites avec votre enfant afin d'augmenter d'autant plus son implication. Il est bénéfique également de faire des « rétroactions positives » : lorsqu'une séance de devoirs s'est bien passée ou qu'une journée de classe a été particulièrement positive, en reparler le soir-même et y faire allusion lors des séances ultérieures afin d'encourager l'enfant.



Le fait d'obtenir de l'attention même si elle est négative, comme à l'école, en faisant le clown peut également enclencher le circuit de la récompense par mégarde. Il est donc important d'aborder cet aspect avec la famille et les professionnels qui s'occupent de votre enfant. Le plus adapté pour réduire un comportement inadapté qui a été renforcé est l'indifférence. Ne pas répondre, ne pas négocier et réexpliquer les nouvelles conditions dans le calme.

Le renforcement positif de comportements inadaptés

Votre enfant peut insister lourdement pour accéder à l'objet de son désir en :

- Vous sollicitant sans cesse,
- Demandant «dans combien de temps»,
- Faisant du bruit à vos côtés pour attirer votre attention et vous empêcher de réaliser la tâche que vous êtes en train de faire.

Si vous accédez à sa demande par épuisement, le circuit de la récompense se met alors en route. Sans vous en rendre compte, vous validez ce comportement, vous le renforcez et votre enfant fait de l'apprentissage que c'est le comportement qu'il doit adopter pour obtenir ce qu'il souhaite. Son cerveau libère alors la fameuse dopamine.

Si vous avez pu par le passé renforcer « des comportements inadaptés » et que vous souhaitez le modifier désormais, il est important de verbaliser cela à votre enfant. C'est pour qu'il comprenne que vous souhaitez modifier certains aspects de votre quotidien ou certaines habitudes et établir de nouvelles règles de la maison avec lui en mettant l'accent sur ce que cela va lui apporter.



Charline Le Lay est éducatrice spécialisée, formée à la méthode ABA et praticienne en Thérapie Cognitive et Comportementale. Elle

est maman d'une fille de 11 ans. Charline a été diagnostiquée HPI à la fin de son adolescence. Son compagnon et son beau-fils sont tous deux TDAH. Elle accompagne des enfants ayant un TND et leurs familles dans le cadre de guidance parentale.



[Danser sous la pluie](#)



[Danser sous la pluie coaching](#)



Lire

10 outils pour aider les enfants TSA/TDAH à apprendre



5 conseils pour accompagner un enfant TDA/H

par Anne, médecin pédopsychiatre et Laura, psychologue clinicienne

Dr Anne Gramond et Laura Nannini, autrices du livre « Troubles de l'attention avec ou sans hyperactivité – concrètement que faire ? » ont réalisé une recherche clinique sur l'efficacité des aménagements et des adaptations scolaires dans la prise en charge des enfants et adolescents présentant un TDA/H. Elles nous livrent ici quelques conseils.

1. La bienveillance

Le meilleur conseil que l'on puisse donner aux enseignants et aux parents en charge d'enfants TDA/H est la bienveillance ! Cela commence par accepter que l'enfant présente un trouble du neurodéveloppement. De ce fait, il présente un fonctionnement cognitif, comportemental et émotionnel différent.

2. S'informer sur le trouble TDA/H

La deuxième étape consiste à bien se renseigner sur le trouble et ses conséquences dans la vie quotidienne et dans la scolarité. Il est important de ne pas confondre le TDA/H avec des problèmes éducatifs ou des problèmes de manque de motivation.



En effet, il est indispensable de comprendre que l'enfant « ne fait pas exprès » d'être inattentif, impulsif ou hyperactif... Contrairement aux idées reçues, les enfants TDA/H sont des enfants intelligents (certains présentent même un haut potentiel intellectuel). Mais ils peuvent avoir du mal à exprimer tout leur potentiel. Les études ont montré qu'avoir une bonne connaissance du trouble permet d'améliorer les problèmes de comportement et les troubles psychoaffectifs qui sont souvent liés au TDA/H.

3. Adopter une relation de valorisation des efforts de l'enfant

Une des principales conséquences du TDA/H est le déficit de confiance en soi. L'enfant grandit avec la certitude qu'il est inférieur en tout point aux autres enfants et qu'il n'arrivera à rien... Cela s'exprime par un manque de motivation, un manque de persévérance dans le travail scolaire et une majoration de l'anxiété qui, à son tour, augmente les difficultés attentionnelles et mnésiques. L'enfant se trouve rapidement dans un cercle vicieux qui risque d'empirer au fil du temps.

Pour lutter contre cela, les adultes en charge de l'enfant TDA/H doivent, le plus tôt possible dans son parcours, s'efforcer

de sortir d'une éducation qui fonctionne avec des menaces et des punitions pour adopter une relation de valorisation des efforts de l'enfant. En effet, il est indispensable de valoriser excessivement et de récompenser l'enfant lorsqu'il présente des comportements adaptés. Pour « effacer » les conséquences d'une remarque négative à la fois sur le plan émotionnel (anxiété, estime de soi, etc.) mais également sur le plan cognitif (stress, difficulté mnésique et attentionnelle, etc.) il faut la contrebalancer par 3 remarques positives ! Ainsi, en fin de journée, l'enfant doit recevoir 3 fois plus de commentaires positifs à son sujet que de commentaires négatifs.



4. Utiliser des tableaux de récompense

Pour vous aider, vous pouvez utiliser des tableaux de récompense qui sont explicités dans l'ouvrage. Afin d'éviter de faire trop de remarques négatives à l'élève, un des conseils que nous proposons aux enseignants est d'utiliser le langage non-verbal : en utilisant des attitudes corporelles et des expressions faciales exagérées et en utilisant des pictogrammes pour éviter de dire ou de répéter les consignes.



À télécharger
Cartes Pause sensori-
motrice



5. Prendre en compte l'hypersensibilité liée au TDAH

Ce sont des enfants qui présentent souvent une hyper-sensorialité avec une hypersensibilité aux bruits et aux distracteurs. Ainsi, repenser l'aménagement de la classe, la position de l'élève dans la classe, penser à la gestion du bruit, sont des astuces qui peuvent paraître simplistes, mais qui sont très faciles à mettre en œuvre. Elles bénéficieront à l'ensemble de la classe. L'ouvrage donne plusieurs exemples concrets.

Pour diminuer les distracteurs auditifs et mieux gérer le niveau de bruit dans la salle :

- Diminuer le matériel sur le bureau.
- Positionner des bandes Velcro sur le bureau afin d'éviter la chute d'objet.
- Utiliser des balles de tennis sous les pieds des chaises.
- Féliciter les enfants qui lèvent le doigt et qui attendent d'être interrogés.
- Créer un « Panneau du bruit ».

Le « Panneau du bruit » permet aux élèves d'être confrontés à un visuel représentant le niveau sonore de la classe. Il est gradué par une flèche. Le panneau a pour objectif de faire prendre conscience aux élèves du niveau de bruit et de se réguler. Il permet à l'enseignant d'un simple geste de désigner le niveau de bruit de la classe. Sans cet outil, l'enseignant est parfois obligé de crier pour réclamer le calme.

Les enfants et adolescents TDAH sont des enfants extraordinaires qui possèdent de merveilleuses qualités et atouts !

Ces enfants extraordinaires nécessitent des enseignants et des parents aux compétences également extraordinaires ! Comme toutes les compétences, ces dernières s'apprennent et se développent ! **Le rôle des parents et des enseignants est d'accompagner au mieux les enfants TDAH/H. Ils leur permettront ainsi d'exprimer tout leur potentiel et de préserver leur estime de soi, pour les autoriser à penser que tout est possible.**



Dr Anne Gramond,
médecin
pédopsychiatre et
psychothérapeute

Le Dr Anne Gramond est spécialisée dans

l'évaluation et la prise en charge des troubles neurodéveloppementaux, dont font partie le TDAH et les troubles spécifiques des apprentissages. Elle est psychothérapeute spécialisée dans les thérapies cognitive-comportementale et émotionnelle (TCCE) de l'enfant et de l'adolescent. Elle a développé un programme psychothérapeutique de prise en charge des enfants et adolescents présentant un TDAH/H : « Prise en charge du TDAH/H chez l'enfant, le programme hyperMCBT par séance », ed Lavoisier.



Laura Nannini est
psychologue clinicienne
pour enfants et
adolescents, mais
également ancienne
enseignante d'EPS, ayant

exercé auprès d'enfants et d'adolescents du primaire et du secondaire. Cette double casquette a enrichi son expérience et lui a permis de réaliser un travail de recherche en Master de Psychologie Clinique sur la prise en charge du TDAH/H en milieu scolaire et hospitalier. Elle travaille dans un cabinet libéral à Nîmes, où elle propose des évaluations et des prises en charge individuelles et en groupe pour des enfants et adolescents présentant un TDAH/H.



Accompagner les élèves à haut potentiel

par Marina, enseignante

Au cours de leur carrière professionnelle, les enseignants sont amenés à rencontrer et à enseigner à des élèves qui ont des besoins éducatifs particuliers. Marina Milicevic, enseignante en élémentaire, passionnée par son métier s'est penchée sur les élèves à haut potentiel et leurs besoins.

Cette année, j'accueille dans ma classe un élève à haut potentiel (EHP ou élève HP). C'est pour cette raison que je me suis lancée dans la lecture et les recherches. J'ai pu faire quelques constats suite à mes recherches :

- Nous avons peu d'informations concernant les réels besoins des élèves à haut potentiel.
- Nous n'avons pas forcément de formation pour nous fournir les aides adéquates à la bonne prise en charge d'un élève HP.
- Certains parents se retrouvent face à des obstacles, car ils ne sont pas entendus.
- La différenciation peut faire peur et demander beaucoup de travail.
- On a tendance à faire des raccourcis, car lorsqu'on entend « surdoué », « précoce », on pense à l'excellence et donc, pourquoi différencier ?

- Nous n'avons pas suffisamment de supports pédagogiques pour nous accompagner.

Les idées reçues et mes solutions pour m'adapter aux élèves HP

Idée reçue n°1 : il est en avance sur les autres

En ce qui concerne les élèves à haut potentiel, une des premières difficultés, à mon sens, est la multitude de désignations : HPI, EIP, précoce, surdoué, zèbres, HP... Tous ces termes se rapportent à une même idée, même si tous les enfants ont différents profils, car ils restent uniques. Le terme de « précocité » est notamment remis en cause, car être précoce signifierait que les enfants sont en avance par rapport aux autres enfants de leur âge. Cela impliquerait qu'à l'âge adulte, cette avance disparaîtrait. Cependant, ce n'est pas le cas, car un enfant à haut potentiel deviendra un adulte à haut potentiel. Il est donc important de ne pas le considérer comme étant en avance sur les autres, mais plutôt de se dire qu'il a des capacités beaucoup plus élevées et qu'il faut l'aider à s'en servir.

Mes solutions

Afin de répondre à ses besoins, j'essaie de ne pas l'avancer sur le programme scolaire, mais plutôt de lui proposer des activités autour de la culture générale.



Idée reçue n°2 : je ne suis pas formée, donc je ne peux pas l'aider

Parfois, en tant qu'enseignants, nous nous retrouvons face à des situations que nous ne maîtrisons pas. D'abord, parce que nous ne sommes pas toujours formés, ensuite, parce que nous manquons de pistes concrètes. De plus, nous avons très souvent des pistes et des outils pour aider les élèves en difficulté, mais rarement pour aider ceux qui, au contraire, ont des performances beaucoup plus élevées.

Mes solutions

Je porte une attention particulière sur mes émotions : un élève HP se sentira en sécurité et cadré avec un enseignant qui lui montre qu'il maîtrise la situation et qu'il a compris sa façon de fonctionner. J'ai également lu de nombreux livres afin de m'aider à trouver des pistes : « L'enfant atypique » d'Alexandra Reynaud, aux éditions Eyrolles ; « L'enfant surdoué » de Jeanne Siaud-Facchin et « 100 idées pour accompagner un enfant à haut potentiel » du docteur Revol, aux éditions Tompousse.

J'ai suivi des conférences sur Internet. Notamment celles de Mme Jeanne Siaud-Facchin et du docteur Revol qui pourront vous donner des pistes et vous rassurer sur certains points. Je me suis servie des documents présents sur le site de la DSDEN 78. J'ai parcouru les blogs de Farfa Dézecolle et les tribulations d'un petit zèbre.

Idée reçue n°3 : tous les enfants HP sont similaires

Vous pourrez avoir au sein de votre classe d'une part un enfant HP qui est présent du fait de sa participation et son intégration sociale (il aura beaucoup de copains) et d'autre part, un enfant qui est plutôt replié sur lui-même et mis à l'écart par les autres enfants. Il est important de savoir que, parfois, un enfant HP peut être hypersensible et/ou empathique et aura probablement du mal à gérer toutes ces émotions. Il préférera rester seul. Cela lui demande beaucoup d'efforts de devoir gérer ce surplus d'émotions.

De plus, les filles et les garçons HP sont totalement différents. Vous aurez sûrement plus de facilités à repérer un garçon plutôt qu'une fille, car elles ont tendance à s'adapter et à faire comme les autres pour se fondre dans la masse. En revanche, elles auront un certain mal-être intérieur qui se manifestera de différentes façons et parfois durant le secondaire.

Mes solutions

La roue des émotions chez Hop'Toys est intéressante pour l'aider à verbaliser ses émotions.

[La roue des émotions](#) : il a été démontré que plus nous sommes à même d'identifier facilement nos émotions, mieux nous sommes armés pour gérer la situation !

Cette roue permet d'aider enfants et adultes à prendre conscience de ce qu'ils ressentent (météo intérieure, sensations physiques...), à mettre des mots sur les émotions qui y correspondent et à exprimer leurs besoins.

L'aider à aller vers les autres

J'ai également mis en place une forme de tutorat en classe pour l'aider à aller vers les autres et à utiliser ses capacités. (Certains enfants HP auront du mal à expliciter leur façon de raisonner, car souvent et

notamment en logico-mathématiques les réponses leur viennent comme une évidence, mais ils n'ont pas accès aux différentes étapes cognitives pour les obtenir.) Je lui propose de rencontrer d'autres élèves de l'école HP ou non. Il m'arrive aussi de lui donner la possibilité de présenter à la classe une recherche ou un exposé. Il est important d'en discuter avec lui pour voir si le fait de prendre la parole devant la classe entière ne l'angoisse pas. Je ne lui impose pas le travail en groupe lorsqu'il ne le souhaite pas.

Ce ne sont évidemment que des idées non-adaptables à tous les élèves. Il sera important d'en discuter au préalable avec votre élève afin d'être sûr que cela lui corresponde.

Idée reçue n°4 : un enfant HP est excellent

On a tendance à penser qu'un enfant à haut potentiel est un enfant excellent qui réussit et qu'il ne fera jamais face à des difficultés. Or, être Haut Potentiel, c'est avoir une forme d'intelligence particulière et ce n'est pas forcément lié aux compétences scolaires. Il est très courant qu'ils réussissent plus dans un domaine et moins dans un autre. En effet, un enfant HP n'est pas toujours un enfant scolaire. D'ailleurs, il est courant qu'il présente un trouble DYS. De ce fait, un enseignant aura tendance à rejeter l'hypothèse qu'il puisse être Haut Potentiel lorsqu'il verra que son élève a des difficultés. De plus, on remarque parfois une certaine dyssynchronie (décalage) entre le développement intellectuel et psychomoteur de l'enfant HP. Ceci pouvant entraîner des difficultés psychomotrices qui vont impacter le passage à l'écrit. L'écriture deviendra alors un exercice peu apprécié.

Enfin, un trouble DYS peut venir occulter les capacités de l'élève.

Alerter les parents en cas de doutes

Il peut également prendre les mots au pied de la lettre. Cela peut engendrer une incompréhension des consignes ou le bloquer. Il aura tendance alors à vous dire qu'il n'a pas compris ou alors il fera une production considérée comme « hors sujet ». De plus, l'ennui qu'éprouvera un enfant à haut potentiel ou même le fait d'être à l'écart pourra avoir un impact sur sa relation avec l'école et donc avoir des effets négatifs sur ses résultats.

Bien évidemment, ce n'est pas à nous, professeurs des écoles, de dépister les élèves à haut potentiel. Cependant, nous pouvons alerter en cas de doute, puis lancer les démarches en accord avec la famille.

Mes solutions

- Proposer des supports différents
- Alléger le passage à l'écrit
- Je lui explicite bien ce que j'attends de lui
- Ne pas le pénaliser sur la présentation du cahier. En revanche, lui montrer ce qu'il doit améliorer et comment le faire.
- Vérifier la bonne compréhension des consignes et éviter l'implicite qui peut entraîner une incompréhension de la consigne.
- Vérifier sa compréhension des textes en le faisant passer quelquefois par le dessin.
- Lui proposer des activités qui sortent du cadre purement scolaire et qui lui permettent de faire appel à ses capacités cognitives : énigmes, jeux, recherches...
- Lui proposer des jeux comme Gagne ton papa et ImProsocial de chez Hop'Toys.

Idée reçue n°5 : il est excellent, alors je lui en donne plus

Une des erreurs que l'on a tendance à faire est de rajouter des exercices à un élève qui réussit. Or, il me semble que les exercices sont avant tout un moyen de s'entraîner dans le but d'acquérir une compétence ou parfois de la réactiver.

Si un enfant à haut potentiel est déjà dans la réussite, il ne faut pas lui rajouter du travail. Il pourrait alors considérer ça comme sanction et/ou ne pas en voir l'intérêt et cela aura tendance à avoir un impact négatif.

Complexifier l'exercice

Au contraire, il serait plus judicieux de complexifier l'exercice ou de lui proposer autre chose. Il est tout à fait concevable de lui proposer directement la partie la plus complexe du travail et, s'il réussit, lui proposer par la suite une autre activité qu'il aura choisie (ou lui laisser la possibilité d'avoir des temps à lui).

Mes solutions

- Je me suis intéressée à ses centres d'intérêt et je lui ai proposé d'effectuer des recherches et/ou de faire des exposés.
- Je fais en sorte de lui poser des questions ouvertes.
- Il a des créneaux sur lesquels il peut faire une pause et lire.



- Aucune obligation pour lui de suivre toutes les séances de découverte. Il peut être là en appui ou alors être sur une activité en lien avec ses capacités. Je suis beaucoup plus souple, car je sais que je peux le frustrer en « l'obligeant » à suivre une séance qui, pour lui, aura un effet peut-être aggravant sur son ennui. Je lui propose parfois de rester avec nous, mais d'avoir un rôle spécifique. Il peut m'aider à valider le travail de ses camarades, il peut proposer des situations...
- Il a également la possibilité d'être sur l'ordinateur et de travailler sur des notions qui ne sont pas forcément en lien avec l'école. En effet, j'évite de l'avancer sur le programme et je l'ouvre plutôt au monde et à la culture.
- Je lui propose des exercices plus complexes avec du vocabulaire beaucoup plus recherché. En ce qui concerne la quantité, il n'en a pas plus que les autres. J'essaye de le mettre en difficulté pour qu'il soit conscient que l'école peut encore lui apprendre des choses. Ça lui permet également de se retrouver face à une activité qui va lui demander de réfléchir et de pousser ses capacités encore plus loin.
- Je lui propose des duels avec l'adulte. L'intérêt est qu'il ressente le challenge.
- Je le fais travailler sur l'explicitation de ses procédures : véritable apprentissage pour un élève HP.



Idée reçue n°6 : il défie l'adulte

Souvent, les enfants HP peuvent donner l'impression d'être insolents. En effet, ils n'ont pas toujours conscience des limites. Ils ont tendance à répondre ou à faire des commentaires jugés blessants ou vexants. Il faut prendre en compte que c'est une des caractéristiques du Haut Potentiel et qu'ils n'ont pas pour but de blesser. Pour eux, c'est simplement le fait d'exprimer ce qu'ils pensent et qu'il n'y a rien de mal à le faire. Ils ont toujours besoin de comprendre les choses et détestent l'injustice. Ils sont en quête de sens, car l'incertitude les inquiète et les déstabilise. Il est donc tout à fait normal pour eux de verbaliser leurs pensées sans forcément se rendre compte de l'impact de leurs paroles. Un conflit peut alors s'installer entre l'adulte et l'élève, l'adulte pensant que l'élève le défie ou remet en question ce qu'il dit. Afin d'éviter cette situation, il est intéressant d'en discuter avec lui et de chercher le bien-fondé de sa remarque.

Mes solutions

- Tenter de répondre à ses questions. Lorsque je pense ne pas savoir, je l'invite à faire une recherche.
- Je prends le temps de l'écouter. Si parfois, il n'a pas les mots ou qu'il n'arrive pas à verbaliser à l'oral, je lui propose de passer par le dessin ou par l'écrit.

- Je ne le laisse jamais dans ses incertitudes ou sans réponse à ses questions. Je l'accompagne dans sa réflexion et dans ses questionnements.
- J'accepte de ne pas savoir et le lui explique.
- Je fais preuve de fermeté bienveillante. Les limites sont concrètes et explicitées.

Idée reçue n°7 : il est hyperactif

Dans un premier temps, il me semble opportun de rappeler qu'un enfant HP réfléchit souvent et se pose beaucoup de questions. De ce fait, en classe, lorsque nous faisons une activité, il peut vite être préoccupé par autre chose. Imaginez-vous en train de faire une dictée... Eh bien, alors que les autres écrivent le mot « mer » sur leur cahier, lui, est en train de se poser mille et une questions autour de ce mot : pourquoi y a-t-il des mers et des océans ? Qui leur a donné leur nom ? Pourquoi ont-ils un nom ?...

Ils finissent par avoir envie de bouger, de passer à autre chose, de tester de nouvelles activités, de trouver les réponses à leurs questions...

Dans un second temps, il peut être kinesthésique et donc avoir besoin de bouger pour apprendre (cela ne concerne pas uniquement les élèves HP d'ailleurs). Il lui deviendra alors difficile de rester assis durant une heure sans pouvoir se déplacer. **Il finira par tripoter ses affaires, remuer sur sa chaise...**

Mes solutions

Étant en classe flexible, il a la possibilité de se déplacer et de bouger à sa guise.

Il peut utiliser des fidgets de chez Hop'Toys afin de manipuler quelque chose lorsqu'il en ressent le besoin.

Il serait intéressant également de tester le « [Busylegz](#) » de chez Hop'Toys. Pour l'instant, il y a des chambres à air au niveau des tables dans la classe qui lui permettent de remuer.



Idée reçue n°8 : il monopolise la parole

L'élève HP a tendance à participer activement en classe. De peur d'oublier ses idées, il prend souvent la parole de façon intempestive. Il serait intéressant de le féliciter et de l'encourager pour ses interventions tout en travaillant avec lui sur la prise de parole. En tant qu'enseignants, nous avons tendance à interroger les élèves qui ne savent pas pour les aider et les motiver. En revanche, nous mettons parfois de côté ceux qui savent, car nous estimons « qu'ils savent ». Cela risquerait de désintéresser l'enfant HP et il pourrait décrocher en se perdant dans ses pensées.

De plus, ils ont tendance à poser des questions sans fin tant qu'ils n'obtiennent pas satisfaction. Ils peuvent se frustrer lorsque la réponse est évasive. De ce fait, ils reviendront constamment vers vous jusqu'à obtenir une réponse adéquate.

Mes solutions

- Lui donner souvent la parole.
- Lui donner la possibilité d'écrire la réponse sur une ardoise
- Je travaille également avec lui sur la prise de parole. Comment faire pour la réguler ?

Idée reçue n°9 : les parents le poussent

Cette idée reçue me semble importante à aborder. En effet, on entend souvent que les parents aiment à dire que leur enfant est à haut potentiel. Nous avons souvent une image de l'enfant précoce qui est positive, car il serait au-dessus des autres et plus intelligent. Quelle fierté pour les parents !

Mais pour ceux qui vivent avec un enfant HP, la réalité n'est pas tout à fait la même. Ils sont confrontés à des situations inédites et parfois compliquées à gérer. Ils cherchent des solutions et veulent que leur enfant se sente bien à l'école. Cependant, beaucoup d'entre eux n'osent plus en parler de peur de se voir jugés ou qu'on ne les entende pas.

Qui est mieux placé que les parents pour détecter les premiers signes ? Dans son livre « L'enfant surdoué », Jeanne Siaud-Facchin mentionne que 80 % des parents qui affirment que leur enfant est HP ont raison.

Mes solutions

- J'ai discuté avec la psychologue scolaire pour avoir son avis.
- J'ai été chercher des informations auprès de son enseignante de l'année dernière.
- Je vois les parents régulièrement.
- J'ai établi un contact avec eux via l'application Classroom afin de créer du lien.



Idée reçue n°10 : il est immature

Une des solutions envisageables pour un enfant à haut potentiel est « le passage anticipé ».

Or, pour un passage anticipé, on prend notamment en compte la maturité de l'élève. Un enfant à haut potentiel est souvent hypersensible. Cette hypersensibilité aura pour conséquence une forte émotivité qui pourrait laisser croire qu'il est immature. Il sera alors important de faire la différence entre les deux.

Sources:

Tout savoir sur le haut potentiel de Sophie Brasseur et Catherine Cuhe Enfants et adolescents précoces : les chemins de la réussite à l'école de Pascal Mercier.

Les Philo-cognitifs: Ils n'aiment que penser et penser autrement... de Olivier Revol, Fanny Nusbaum et Dominic Sappey-Marinier.



Marina Milicevic est maman d'une petite fille de 2 ans et enseigne à Évry en élémentaire depuis 7 ans. Je suis passionnée par ce métier et je suis

constamment à la recherche de nouveaux challenges. Voir réussir mes élèves et surtout ceux à besoin éducatif particulier est pour moi la plus belle des récompenses.



@mimiflexi



Téléchargez
Infographie «EHP :
Les élèves à Haut
Potentiel»



Les enfants DYS et la confiance en soi

par Stéphanie et Dorine, orthopédagogues

Stéphanie Hernandez et Dorine Berton sont deux orthopédagogues. Elles accompagnent régulièrement des apprenants DYS et leur famille pour comprendre leur fonctionnement et apprendre plus sereinement. Les deux professionnelles des troubles de l'apprentissage proposent des stratégies compensatoires facilement transférables au quotidien. Cet article émane de leurs observations et de l'interprétation des pensées et des ressentis des enfants DYS, lorsqu'elles abordent, avec eux, le sujet de la confiance en soi.

Que veut dire « avoir confiance en soi » ?

« Fais-toi confiance », « Aie confiance en toi » agissent comme des expressions positives censées motiver l'apprenant vers une meilleure gestion de ses forces

et possibilités. Néanmoins, ce concept demeure si subjectif que l'on ne pourrait le définir en une seule phrase, comme nous le propose le dictionnaire en psychologie : « Avoir confiance en soi, c'est avant tout se connaître, c'est croire en son potentiel et en ses capacités. »



Comme le disait Socrate : « Connais-toi, toi-même ! » C'est donc tout un processus de familiarisation avec soi qui engendrerait la meilleure compréhension de son propre fonctionnement. En d'autres termes, c'est en activant nos propres ressources que nous accédons à un bien-être en accord avec ce que nous sommes vraiment.

Dans la peau d'un enfant DYS

Paul, 10 ans, vient d'être diagnostiqué DYS. Voici son récit :

Je sors d'un diagnostic pour des troubles des apprentissages. Un drôle de moment. Depuis le temps que je me disais : « Qu'est-ce qui ne tourne pas rond chez moi ? ». Finalement, CE N'EST PAS MA FAUTE !

Je fonctionne différemment, mais je refuse d'être différent des autres. Du jour au lendemain, j'ai répondu aux questions de divers spécialistes qui m'ont fait passer des tests, ont parlé d'aménagements... J'ai compris, on m'a expliqué que les apprentissages seront plus compliqués pour moi, que j'y arriverai avec des efforts, des compensations, du temps.

Je vais chez l'orthophoniste, le psychologue, l'ergothérapeute ou le psychomotricien, j'ai le droit à une AVS, (auxiliaire de vie scolaire), un PAP (projet d'accompagnement personnalisé) ou autre acronyme, tout le monde se mobilise

pour et avec moi. Pourtant, même si je fais tout mon possible, je suis fatigué, je passe du temps à faire et refaire. Mes résultats ne sont pas à la hauteur de mes investissements. Parfois, on me griffonne quelques annotations telles que : « n'a pas travaillé » ou « vous y arriverez avec des efforts » ou « peut mieux faire ».

Au lieu de rentrer à la maison pour jouer, je vais voir un ou des spécialistes des apprentissages. Je me décourage, je ne me sens pas capable, j'ai peur, je suis triste de ne pas pouvoir faire plaisir à mes parents ou à mes profs, d'être différent, je m'inquiète...

Je perds confiance, je suis frustré, tout tourne autour de ce que je ne réussis pas ou ne peux pas faire. Pourtant, en sport, dans la pratique de mes loisirs, je suis comme les autres, ce trouble ne se voit pas... Certains pensent même que je fais semblant, que je profite de la situation et ça, j'ai du mal à le supporter ...

L'analyse de Stéphanie et Dorine

Les apprenants ayant un trouble DYS, tels que les dyslexiques, se sentent parfois en retrait, dévalorisés ou encore stigmatisés. Ils ont le profond sentiment de ne pas être « normaux » et d'être en incapacité d'agir comme leurs camarades. Faire des fautes d'orthographe, inverser des syllabes ou lire lentement sont des épreuves. Elles jalonnent leur quotidien et créent de l'angoisse.





En réhabilitant le droit à l'erreur et en encourageant la diversité, l'apprenant serait en mesure d'honorer sa particularité. En effet, les élèves dyslexiques ont de multiples qualités à faire valoir : sens de l'observation avec une visualisation en 3D, communication orale, créativité, curiosité...

Comment aider les enfants DYS à reprendre confiance ?

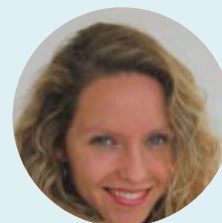
Pour aider les enfants DYS à reprendre confiance, il suffit de noter ce qu'ils réussissent, de les féliciter pour leurs progrès. Lorsqu'ils sont critiques envers eux-mêmes, rappelez-leur ce qu'ils ont déjà réussi ou fait. Quand ils ont terminé, dites-leur de se féliciter. Donnez-leur quelques heures pour développer leurs qualités et leurs talents hors des apprentissages, juste pour leur prouver qu'ils sont uniques et qu'ils doivent être fiers d'eux-mêmes !

Apprenez-leur à être capable différemment et à reprendre confiance petit à petit, pour faire d'eux des adultes DYS mais confiants qui sauront prendre leur place, assumer leur différence pour apprendre.

Pour renforcer la confiance en soi, il existe diverses méthodes et activités issues de la psychologie positive, de l'intelligence émotionnelle, de la respiration en cohérence cardiaque, des techniques

psychocorporelles. Ces pratiques quotidiennes créent des automatismes qui contribuent à renforcer l'image positive que l'on a de soi...

S'accepter avec ses qualités et ses imperfections est tout simplement parfait. L'authenticité est libératrice, car elle implique d'être soi sans aucun artifice. Comme apprendre, c'est aussi à prendre, il faut se planter plusieurs fois pour récolter les fruits du succès. Cultivez votre personnalité, vos atouts et vos objectifs !



Stéphanie Hernandez (à gauche), est orthopédagogue dans la région de Toulouse, et Dorine Berton (à droite), est orthopédagogue et praticienne en Epikinergy sur Bayonne. Elles accompagnent régulièrement des apprenants DYS et leur famille à comprendre leur fonctionnement pour apprendre plus sereinement. Elles leur proposent des stratégies compensatoires pour leurs apprentissages qui sont transférables au quotidien.



[stephaniehernandezorthopedagogie](https://www.facebook.com/stephaniehernandezorthopedagogie)



dorine-berton.fr



À télécharger
Les bonnes pratiques réseaux sociaux A4



L'écriture chez les enfants porteurs de TSA

par Amélie, ergothérapeute

Les personnes avec TSA peuvent être confrontées à des difficultés liées à l'écriture, menant souvent à des dysgraphies. Amélie Sourd, ergothérapeute spécialisée dans l'autisme, nous parle de ces problématiques et des outils qui peuvent aider à l'amélioration de l'écriture.

Écriture et TSA

Les personnes porteuses d'un trouble du spectre de l'autisme (TSA) sont de plus en plus nombreuses et mieux diagnostiquées. Elles représentent, selon certaines études, plus d'une naissance sur 100 personnes. Aujourd'hui, l'intervention précoce est au cœur des enjeux de santé publique. Nous rencontrons dans nos cabinets des enfants présentant très fréquemment des problématiques liées à l'écriture dès le

plus jeune âge, mais aussi chez les grands, ayant accès au collège, au lycée et aux études post-bac. En effet, les bénéfices des prises en charge précoces et adaptées leur permettent de s'engager dans une scolarité de plus en plus longue, comme celle d'enfants neurotypiques.

Ces difficultés de graphisme évoluent fréquemment vers des dysgraphies. Elles s'expriment à plus ou moins long terme dans la scolarité et de manière différente :



des lenteurs d'écriture, qui ne permettent pas une prise de note efficace dans le rythme de la classe, des difficultés à construire les lettres et à les enchaîner. Celles-ci viennent perturber la relecture de l'enfant comme de l'adulte, des douleurs, un manque d'endurance. Pour certains, l'écriture est tellement fatigante qu'ils développent des phobies, des blocages, des troubles du comportement qui vont freiner les apprentissages et limiter les chances d'une orientation réussie. Mais alors, à quoi devons-nous ces difficultés ?

Des particularités sensorielles et perceptives

Facteur qui contribue désormais au diagnostic, les particularités sensorielles expliquent en partie les difficultés d'écriture. L'enfant, qui réalise moins d'expériences sensorielles, qui présente un fonctionnement perceptif différent et qui ressent trop ou pas assez, peut être gêné dans son apprentissage de l'écriture.

S'il est très sensible d'un point de vue tactile, il peut, par exemple, être vite gêné par les frottements de la feuille ou de la table sur son avant-bras et sa main lorsqu'il doit déplacer le crayon. Il peut aussi ne pas supporter de poser le bout de ses doigts sur un stylo. Il va encoder de mauvaises positions qui, à long terme, ne seront pas celles exigées pour une écriture fonctionnelle.

Celui qui présente des perceptions différentes sur le plan vestibulaire ou proprioceptif peut avoir du mal à rester assis sur son siège et rechercher le mouvement. Ceci est peu compatible avec l'écriture, qui demande avant tout une posture stable et mature pour pouvoir ensuite délier le bout des doigts efficacement.

Les personnes avec autisme ont également une forme de surfonctionnement perceptif ou encore de vision en détail. Elles seront donc plus facilement sujettes au perfectionnisme, ce qui va considérablement ralentir l'écriture par le temps mis pour atteindre la lettre idéale, quitte à l'effacer plusieurs fois.

Des particularités cognitives

On sait que les personnes avec TSA présentent plus de difficulté à sélectionner l'information pertinente, à s'adapter à un contexte rapidement, à planifier une séquence d'action dans le temps ou encore à trouver des sources de motivation intrinsèques. Elles ont moins spontanément accès à l'imaginaire et n'ont bien souvent pas les mêmes centres d'intérêt qu'un enfant neurotypique.

On retrouve donc naturellement des enfants qui vont avoir du mal à enchaîner les étapes de la construction de la lettre dans le bon ordre et enchaîner une lettre avec une autre. D'autant plus que les sons et les mots ne s'écrivent pas toujours de la même façon. Le son « o » se décline en « eau », « au », « o ». Certains mots s'accordent au pluriel, au féminin. Cela représente un vrai casse-tête pour l'enfant qui n'arrive pas à s'adapter rapidement au contexte. Il rature, hésite, se trompe, se décourage, faute de flexibilité mentale.



On peut considérer aussi que l'enfant neurotypique met en place l'écriture à travers des entraînements spontanés et naturels, par imitation de ses grands frères et sœurs, ou de ses camarades de classe, par de nombreuses répétitions, coloriages à la maison, pour exprimer son imagination. Ces essais naturels contribuent à affiner le mouvement du bras puis de la main et du bout des doigts. L'enfant avec autisme n'a souvent pas de motivation à faire plaisir. Par exemple, en offrant un dessin à sa maîtresse ou à sa maman. Il n'aura pas non plus l'idée d'occuper son temps libre par le passage à l'écrit. Son manque d'initiative et d'imagination n'aide pas à développer le mouvement du graphisme dans toutes ses expressions.

Diagnostiquer la dysgraphie

Voilà donc de multiples causes qui expliquent les décalages de performances entre l'écriture d'un enfant neurotypique et celle d'un enfant porteur d'autisme. Les ergothérapeutes, les psychomotriciens et les orthophonistes, professionnels de santé diplômés d'État, sont habilités à diagnostiquer la dysgraphie à l'aide de bilans normés. Une fois identifiée, les ergothérapeutes cherchent à mesurer l'impact réel qu'elle engendre pour l'enfant, dans la réalisation de ses activités scolaires.

Faut-il rééduquer ?

La réponse n'est pas aussi simple, puisque la difficulté peut être multifactorielle et surtout, qu'elle est rarement la seule dans la vie de l'enfant avec autisme. C'est bien là tout l'enjeu du travail de l'ergothérapeute. Il va croiser différents paramètres pour identifier tout ce qui pose problème dans la vie quotidienne de l'enfant et quelles sont les priorités à donner pour son projet de vie. Si le degré de sévérité de la dysgraphie est léger ou modéré, que l'impact de la performance en classe est présent, que les attentes de l'enfant sont centrées sur les activités scolaires, que les partenaires (parents, enseignants, AESH) sont prêts à collaborer, alors un travail en rééducation peut s'avérer tout à fait pertinent.

En revanche, si la dysgraphie est massive, que des troubles associés sont présents (troubles de l'attention ou du langage écrit par exemple), que les besoins de l'enfant et de sa famille sont davantage orientés sur les soins personnels ou les habiletés sociales par exemple, la rééducation de l'écriture deviendra moins prioritaire. On proposera plutôt de partir sur des aménagements pédagogiques (scripteur, allègements, textes à trous, QCM, etc.), qui restent limitants puisqu'ils dépendent de tierces personnes, ou bien sur un passage à l'ordinateur, s'il s'avère fonctionnel en séance, pour permettre à l'enfant de retrouver un maximum d'indépendance dans ses prises de notes.

Concrètement, comment fait-on pour améliorer l'écriture ?

Puisqu'il y a plusieurs causes à la dysgraphie chez l'enfant porteur d'un TSA, il y a aussi plusieurs axes de travail.

L'axe sensoriel

L'ergothérapeute va rendre la posture et la prise du crayon confortable pour l'enfant, à travers des apports sensoriels directs et répétés, des outils qui apportent un feedback et aussi des compensations.

Par exemple, un enfant qui serait trop sensible du bout des doigts (hypersensibilité tactile) peut se voir proposer des jeux comme les lotos tactiles ou des manipulations pour tolérer progressivement le crayon dans la main. Un enfant qui ne parviendrait pas à appuyer correctement sur la feuille (désordre proprioceptif) pourrait bénéficier de stylos avec feedback comme le stylo vibrant pour apprendre à doser la force à mettre sur la mine du crayon.



La posture peut se travailler avec du matériel plus conséquent ou des adaptations comme des sièges ou coussins ergonomiques, qui vont devoir être testés en séance.

L'axe de l'apprentissage

Des aides pour la construction

L'enfant avec autisme a également besoin que la posture et les prises d'outils dans la main soient maîtrisées, que les orientations des tracés et les étapes de construction des lettres lui soient séquencées très concrètement. Il doit trouver un intérêt à faire et à persévérer. Pour appréhender la prise instrumentale, des activités structurées sont proposées au préalable.

Quant à la construction, toucher des lettres rugueuses pour en saisir la forme et les orientations, reproduire une lettre avec les [Wikki Stix](#) ou le [Magnatab](#) par exemple lui permettra de mieux comprendre les étapes, le sens et l'ordre dans lequel planifier.



Des aides visuelles construites par l'ergothérapeute sont aussi importantes à cette étape, pour le placement des doigts sur le crayon ou bien celle de l'avant-bras sur la table. Lorsque l'enfant est trop méticuleux au point de ralentir son mouvement, l'utilisation de renforçateurs, de contrats et la mise en place de sabliers ou de Time Timer peuvent aussi être de bons leviers pour travailler sur la vitesse. Ces outils s'individualisent pour correspondre aux intérêts de l'enfant, susciter sa participation active et lui donner envie d'écrire.

Quand l'enfant sait enfin bien se tenir à table, développer un geste précis grâce à une bonne position des doigts, qu'il a compris comment construire et appuyer sur la page, la dernière étape consiste à lui donner de la flexibilité pour toutes les opérations mentales qu'il va devoir faire. À cette étape, le travail autour de la flexibilité peut se faire à partir de nombreux jeux comme le Bazar Bizarre par exemple, mais aussi, et surtout directement dans la tâche d'écriture, pour apporter un maximum de sens à l'enfant.



En conclusion

Ainsi, il est important que la dysgraphie soit analysée dans un contexte qui croise trois dimensions. Ces dimensions prennent en compte l'enfant et ses particularités, son environnement et ses activités scolaires. Elles permettent de déterminer le meilleur projet pour qu'il puisse performer et s'épanouir dans ses apprentissages.



Amélie SOURD est ergothérapeute depuis 15 ans en pédiatrie et spécialisée dans l'autisme. Enseignante auprès des étudiants ergothérapeutes

et formatrice auprès des professionnels, elle détient une licence en sciences de la cognition et un DU en neuropsychopathologie des apprentissages scolaires. Elle bénéficie aussi de nombreuses formations complémentaires (programme TEACCH, ABA, particularités sensorielles, etc.). Elle est également autrice du livre *De la monnaie aux achats du quotidien* aux éditions Remue-Ménages. Passionnée de neurosciences, elle aime transmettre ses connaissances et son expérience aux familles et dans les écoles. Cela permet aux enfants d'atteindre un maximum d'épanouissement au quotidien et d'entrevoir un avenir serein.



@lescarnetsdamelie



Notre histoire

À l'origine, et au cœur de Hop'Toys, il y a une conviction, partagée par ses fondateurs Bryon et Véronique Torres : tous les enfants ont un potentiel et devraient avoir le droit et les ressources nécessaires pour le développer.

En rentrant des États-Unis en 1999, Bryon et Véronique constatent qu'il existe, en France, très peu de jeux et d'outils pouvant être utilisés par des personnes porteuses de handicap. Ils vont créer une société pour remédier à cela : Hop'Toys ! "Toys" pour les jouets, "Hop" pour la dynamique et le rebond. Chez Hop'Toys, on est positif et on va de l'avant !

Après la parution du premier catalogue il y a plus de 20 ans – avec seulement

30 produits - la mission de Hop'Toys est toujours la même : donner à tous les enfants la possibilité de jouer, de s'épanouir, d'apprendre à leur rythme et de devenir autonome.

La relation de confiance établie avec des fournisseurs de qualité a permis d'enrichir continuellement la gamme de produits pour répondre à l'évolution des prises en charge, des méthodes d'apprentissage, des besoins des professionnels.

Aujourd'hui, le catalogue de Hop'Toys propose plus de 3500 références. L'équipe s'est également bien étoffée. Elle compte désormais plus de 20 collaborateurs basés à Montpellier et poursuivant tous le même objectif d'une société inclusive !



04 67 13 81 10
du lundi au vendredi
(9-18h)



Sur le Blog

bloghoptoys.fr

Suivez-nous sur nos
réseaux sociaux



www.hoptoys.fr
[Contactez-nous](#)