

L'attention des élèves au cœur des échanges du Réseau d'écoles21

MOTS-CLÉS: STRATÉGIES • CONCENTRATION

Lors de la demi-journée annuelle du Réseau valaisan d'écoles21 (RVE21), co-organisée avec la HEP-VS et les services de l'enseignement, de la formation professionnelle et de la santé publique au Lycée-Collège des Creusets à Sion le 9 novembre dernier, la responsable valaisanne du RVE21 Fabienne Degoumois a présenté la liste des nouvelles adhésions 2019 (école primaire de Saint-Martin, écoles primaires de Champsec - Vissigen - la Bruyère, CO de Leytron, écoles primaires d'Icogne - Lens - Crans-Montana). Claire Hayoz Etter, coordinatrice romande du Réseau d'écoles21, a pour sa part félicité le Valais pour son dynamisme. Place ensuite à une conférence et aux ateliers en lien avec la thématique de l'attention des élèves.

Dans sa conférence, la doctoresse Claudia Poloni, neuropédiatre à l'Hôpital de Sion et au CHUV, a mis «la loupe sur les super-pouvoirs» que sont l'attention et la concentration. Pour en expliquer le fonctionnement, elle a suggéré l'image du réservoir de grandeur variable selon les individus et les moments et relié l'attention à la motivation en citant les travaux de Fabien Fenouillet. Elle a ensuite évoqué les troubles déficitaires de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) et montré combien ils peuvent être parfois silencieux, tout en ayant un impact sur les capacités d'apprentissage. La spécialiste a insisté sur le fait que seul le diagnostic médical, qui se fonde

sur le recueil le plus précis possible des symptômes et sur l'observation et l'interrogatoire concernant l'état actuel et antérieur auprès du patient et auprès de tiers, permet d'affirmer ou d'écarter le diagnostic de TDAH. Pour elle, ce n'est que lorsque les mesures adaptatives en classe, la prise en charge en ergothérapie (en psychomotricité, etc.), les techniques de remédiation (sophrologie, métacognition, etc.) s'avèrent insuffisantes qu'un traitement médicamenteux peut être proposé, sachant que celui-ci doit alors être réévalué régulièrement en fonction des évolutions des capacités d'attention.

Les professionnels de l'enseignement des divers degrés, de la 1H au secondaire 2 général et professionnel, avaient ensuite le choix entre huit ateliers¹. Les participants à cette demi-journée, particulièrement nombreux cette année (ils étaient environ 300), ont pu repartir avec quelques pistes théoriques et pratiques.

REGARD DE CLAUDIA POLONI

Claudia Poloni s'est spécialisée dans les troubles du développement et des apprentissages et est actuellement responsable du service de neuropédiatrie générale de l'hôpital de Sion.

Avez-vous l'impression que le fonctionnement de l'attention demeure méconnu du grand public?

Certes, mais le système attentionnel est particulièrement complexe à maîtriser. Et pour les spécialistes, il reste encore beaucoup à découvrir, même



La doctoresse Claudia Poloni a donné une conférence sur l'attention.

si l'imagerie fonctionnelle permet déjà de bien comprendre une partie des mécanismes de l'attention et de la concentration.

Dans votre pratique, en cas de trouble TDAH avéré et lorsqu'il y a prise de médicament, celle-ci est-elle limitée dans le temps?

La bonne pratique exige de devoir arrêter et réévaluer régulièrement le traitement, pour vérifier s'il est toujours nécessaire et efficace ou pas. De nombreux patients peuvent l'arrêter progressivement ou le prendre uniquement dans des conditions particulières, soit parce que le processus de développement cérébral a fait son chemin, soit parce que les stratégies de remédiation acquises à l'école ou à la maison permettent de pallier les difficultés rencontrées. Il faut avoir en tête l'image d'une béquille médicamenteuse transitoire.

Selon vous, l'étiquette TDAH peut-elle être stigmatisante en classe?

En effet et nous sommes dans une situation paradoxale. L'école exige un papier pour mettre en place des me-



Sophie Anne Roh a présenté les mécanismes de la concentration, car cette dernière existe!

sures, ce qui incite à utiliser des étiquettes, mais dans un monde idéal, on devrait pouvoir le faire indépendamment du diagnostic.

En Valais, y a-t-il comme dans certains pays une tendance au surdiagnostic?

Fort heureusement non, mais le risque existe. Il s'agit de ne jamais oublier que certains enfants ou adolescents peuvent donner l'impression d'un TDAH dans un contexte donné, alors que la problématique est autre.

REGARD DE SOPHIE ANNE ROH

Sophie Anne Roh est détentrice d'un master de recherche en sciences de l'éducation et sciences cognitives de l'Université de Genève et conceptrice d'outils pédagogiques. Et lors de la demi-journée du RVE21, elle a animé l'atelier intitulé «*Le labyrinthe de la concentration*», en lien avec la métacognition et les neurosciences. Sur sa page Facebook «*Mes petites stratégies*»², vous trouverez des éléments pour approfondir le sujet.

Quels sont les savoirs théoriques nécessaires à l'enseignant pour guider l'élève dans le labyrinthe de la concentration?

L'enseignant devrait connaître un certain nombre de métaconnaissances pour pouvoir aider l'élève à se concentrer et à apprendre, en tenant compte de la dynamique motivationnelle. Pour pouvoir se concentrer et exercer son métier d'apprenant,

l'élève a besoin de connaissances adaptées à son âge sur les mécanismes de l'attention et sur ce qu'il peut faire pour aider son cerveau à se focaliser sur une tâche.

«La concentration est un processus qui se muscle.»

De manière schématique, que faut-il absolument connaître?

La concentration, c'est un fil invisible entre les yeux de l'élève et sa feuille ou entre ses oreilles et l'enseignant. A partir de là, il s'agit d'être conscient que le cerveau ne peut se concentrer que sur une seule chose à la fois, mais en même temps tout ce qui est autour est capté.

Via quelques exemples pratiques, comment aider l'élève à se concentrer?

L'élève pourra commencer par enlever sur son bureau, à l'école et à la maison, tous les objets susceptibles d'attirer son regard. Il est important qu'il fasse lui-même le geste et non pas qu'on le fasse pour lui. Ensuite, si sa corde de concentration peine à se focaliser sur une activité, on peut lui montrer que s'il cache tous les exercices sauf celui qu'il est en train de faire avec des feuilles blanches, cela va lui éviter d'être distrait. L'important, c'est de rendre l'élève actif et responsable de sa corde de concentration, pour lui faire observer qu'il peut la contrôler et que per-

sonne n'est multitâche. Si on lui dit simplement de se concentrer, cela ne va pas l'aider. Il doit être outillé pour le faire et percevoir que la concentration est un processus qui se muscle.

Prendre le temps d'outiller les élèves en stratégies d'apprentissage, est-ce une manière de pouvoir accorder moins de temps aux élèves à besoins particuliers?

Absolument. J'irai même plus loin, en disant que les élèves en difficulté attentionnelle sont la norme et que ceux qui parviennent à se concentrer sont des exceptions, aussi il s'agit de proposer des outils qui seront utiles à tous. A l'école, l'ensemble des élèves devraient être outillés pour apprendre à se concentrer et plus globalement pour apprendre à apprendre. Les enseignants peinent à fournir cette boîte à outils, car ils sont insuffisamment formés en la matière, ce qui conduit à leur impuissance face aux difficultés de leurs élèves. Il ne suffit toutefois pas de donner les stratégies efficaces à l'élève, encore faut-il s'assurer de sa capacité à les utiliser de manière autonome et qu'il les utilise dans l'action.

Propos recueillis par Nadia Revaz •

Notes

¹ Titre des ateliers: *Le labyrinthe de la concentration, Favoriser l'attention en apprenant dans et avec la nature, Osons tous bouger en classe, Une école qui respire, Et si l'on osait inviter le yoga en classe avec les adolescents?, La communication encourageante auprès des élèves TDAH, Corrélations entre émotions TDAH et apprentissages et Les enfants qui attirent l'attention négative sur eux.*

Pour aller plus loin

Vidéo de la conférence de Sophie Anne Roh:

<https://youtu.be/qw7D8pQG7Hs>

Réseau suisse d'écoles21

www.reseau-ecoles21.ch

Réseau valaisan d'écoles21

www.promotionsantevalais.ch/re21

