

# "connaissance des fonctions exécutives"

## pour favoriser un CLIMAT POSITIF

*en classe*

Tina Newton, Consultante TIPPS  
cnewton@lbpsb.qc.ca, ESD/SSD, LBPSB

Quand les compétences exécutives sous-développées sont perçues à tort comme un mauvais comportement, les élèves et les enseignants se sentent souvent stressés et désespérés. En identifiant correctement les compétences sous-jacentes au comportement superficiel, les enseignants et les élèves se sentiront habilités et optimistes par rapport à la capacité de performance à l'école.

### 1 Qu'est-ce que les compétences exécutives ?



Les compétences liées aux fonctions exécutives se définissent comme le processus mental qui nous permet de « penser et de faire » quand nous planifions et exécutons une tâche. Ce sont les compétences reliées à la capacité de réflexion qui précèdent une action, à la capacité d'y apporter des ajustements lors de l'exécution de cette action et de réfléchir à nos expériences pour pouvoir prendre des décisions quant aux actions futures. Vos compétences en FE sont en plein travail quand vous pensez à penser!

### 2 Difficultés communes



La vitesse et la diversité du développement des compétences en FE diffèrent d'une personne à l'autre. Commencer une tâche, la persévérance, les transitions ou les moments de stress, et la régulation émotionnelle représentent les 4 points communs où l'on discerne des compétences exécutives insuffisantes. **NOTE** : Plus une tâche est exigeante, plus la demande sur la charge exécutive sera importante et diminuera la capacité de gestion des tâches d'un élève.

### 3 Interprétation erronée des compétences en FE

Paresseux  
S'ennuie  
Indifférent  
Peu coopératif  
En recherche d'attention

Tu fais de mauvais choix!

Je ne peux rien faire de bien!

Je n'arrive pas à me concentrer; je ne suis pas conscient de mon environnement; j'ai des idées fixes; mes pensées sont éparpillées; je ne me souviens pas des étapes.

Les adultes perçoivent fréquemment à tort que les compétences exécutives sous-développées représentent un comportement négatif intentionnel. Donc, les enseignants et les élèves se sentent souvent désespérés puisque les conséquences et les récompenses n'arrivent pas à améliorer le comportement. Les conséquences et les récompenses sont des motivateurs; toutefois, la motivation n'apprend pas les compétences!

### 4 La compétence c. la volonté

Les comportements perturbateurs et hors tâche épuisent souvent les enseignants qui s'évertuent à trouver des solutions durables. Prenez alors un moment d'arrêt et de réflexion : est-ce que le comportement non désiré se répète couramment? Les conséquences le dissuadent-elles? Cela dénote probablement un problème de compétence et non de volonté! Au lieu, observez les comportements superficiels sous la « lentille des compétences exécutives » pour dénicher des solutions et des stratégies.



### 5 Compétences en régulation du comportement

#### La régulation émotionnelle

Requiert une physiologie qui facilite l'accès et l'application des autres compétences exécutives.

#### L'autosurveillance

Permet d'observer son propre comportement et de l'arrimer aux attentes sociales et aux règles non-écrites.

#### L'inhibition

L'habileté à se concentrer sur de l'information pertinente tout en ignorant l'information non pertinente. Ceci peut inclure la stimulation sensorielle dans une pièce ainsi que la suppression et la mise en évidence d'informations pour gérer les tâches en maths, en langue, en sciences ou dans d'autres matières.

#### La flexibilité cognitive

Posséder un esprit ouvert axé sur la croissance, gérer les déceptions et modifier sa façon de procéder en réponse à des changements de plans, de désirs et de besoins.

### 6 Compétences en exécution de tâches

#### La planification et l'organisation

La capacité à mettre de l'ordre dans ses pensées, ses tâches, ses loisirs et ses espaces de rangement.

#### La mémoire de travail

L'évaluation cognitive d'un stimulus entrant. La mémoire de travail nous permet de penser à l'information reçue, de réfléchir à de l'information antérieure, de traiter nos émotions en lien avec l'information, et d'amorcer une réponse.

#### Commencer une tâche

L'habileté à entreprendre une tâche ou une activité tout en générant des idées, des réponses ou des stratégies en résolution de problèmes de manière indépendante.

#### Le suivi des tâches

L'habileté à surveiller sa propre performance et à l'évaluer face à la norme requise pour une tâche donnée.

## 7 Évitez l'ambiguïté

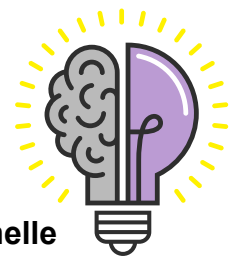
### Le modelage passif NE suffit PAS !

En soutenant directement les compétences exécutives, les élèves se concentreront davantage, feront preuve d'une indépendance accrue pour entreprendre une tâche et persévérer dans leur travail, et vivront moins d'expériences négatives à l'école.



## 8 Soutien explicite

- La mémoire de travail
- L'inhibition
- La flexibilité cognitive
- La régulation émotionnelle



Souvenez-vous que plus les tâches sont exigeantes, plus les demandes liées aux compétences exécutives seront importantes. Toutes les compétences exécutives s'avèrent importantes, mais la réussite scolaire se base sur quatre compétences fondamentales ! La capacité de la mémoire de travail, le contrôle de l'inhibition, l'habileté à penser avec souplesse afin d'ajuster idées et actions, et l'aptitude à contrôler les émotions en réponse à la stimulation.

Lorsqu'on enseigne avec les compétences exécutives à l'esprit, on instaure une santé mentale positive et un climat de classe positive.



### Un exemple d'enseignement de la langue avec la FE

**Les outils dont j'aurai besoin :**  
journal, crayon, gomme à effacer.

**La quantité de travail que je produirai :**  
3 paragraphes de 5 à 6 phrases.

**Le temps que ça me prendra :**  
2 minutes pour me préparer, 10 minutes par paragraphe, 5 minutes pour réviser.  
Temps total : environ 37 minutes

**Ajustements :**  
Si tu n'y arrives pas, demande de l'aide, sers-toi du tableau des mots, rends-toi dans un coin plus tranquille, va boire.

**Quel est le but actuel de la tâche ? :**  
Créer un texte descriptif pour les amis de classe qui ne sont jamais allés à La Ronde.

**Quel est le but futur de la tâche ? :**  
Mon travail sera évalué pour le bulletin de l'étape. En pratiquant maintenant, ça m'aidera à avoir une meilleure note.



### Un exemple d'enseignement des maths avec la FE

**Les outils dont j'aurai besoin :**  
Cahier de math, crayon, gomme à effacer, calculatrice.

**La quantité de travail que je produirai :**  
Complète les pages 15 à 18 ;  
tu complèteras ce que tu ne finis pas comme devoir.

**Le temps que ça me prendra :**  
2 minutes pour me préparer, 10 minutes par page. Temps total : environ 32 minutes

**Ajustements :**  
Si tu n'y arrives pas, demande de l'aide, rends-toi à la prochaine question en attendant.

**Quel est le but actuel de la tâche ? :**  
Pratiquer des problèmes de partage et de valeur de position.

**Quel est le but futur de la tâche ? :**  
Il y aura un test la semaine prochaine. En pratiquant maintenant, ça m'aidera pour l'examen final.

Pour en savoir plus sur les compétences en fonction exécutive, consultez :

www.developingchild.harvard.edu  
Cognitive Connections <https://efpractice.com/>

Cooper-Kahn, J. (2013), *Boosting Executive Skills in the Classroom*. Wiley-Blackwell  
Dawson, P., & Guare, R. (2008). *Smart but scattered*. Guilford Publications.



Compétences exécutives