



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

« S'arrêter, observer et agir »

*Accompagner l'étudiant adulte vers son autonomie
cognitive*

Alain Caron, M.ps Psychologue



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

La conscience attentionnelle

1 : Allumer le JE cognitif de l'élève

Soyons attentifs

- Concentrez-vous sur ces mystères
 - [Whodunit](#)
 - [Quand l'essentiel est invisible](#)
- La cécité attentionnelle
 - Le cerveau n'amène à la conscience que ce qui est pertinent.
 - Nos zones spécialisées travaillent tout le temps
 - Ce que nous appellerons inconscient
 - ... ou système 1

Un cerveau conscient

- Le cerveau devient conscient :
 - Lorsque l'information d'une zone devient disponible à l'ensemble des autres
- Ce qui s'ensuit :
 - La conscience s'entretient d'elle-même
 - Elle stimule l'interaction de ses différentes zones
 - Elle se maintient dans le temps
 - L'appropriation, l'intégration et le transfert s'en trouvent facilités

L'indivisible conscience

- La conscience ne peut se centrer que sur un seul objet de pensée à la fois
 - Il n'y a pas de place pour un deuxième objet de pensée
 - Les zones spécialisées peuvent continuer de fonctionner en parallèle.



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Surprise, curiosité et apprentissage

- Le cerveau fait des prédictions, puis compare
 - Nous allons faire des mathématiques
 - Une facile = $A + B = C$
 - Une intermédiaire = $3 + x(x - 1) = 5$
 - Une difficile =
- Que se passe-t-il lorsque l'écart est grand?
 - La surprise active la conscience
 - L'apprentissage devient optimal



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Construire la persistance

2 : Baliser la tâche



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

La notion de tâche dans la tâche

- Repensons au bâton et à la balle
- La tâche...
 - Cognition du contenu pédagogique
- ... et la sous-tâche dans la tâche
 - Métacognition exécutive et méthodologique



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

La notion de tâche dans la tâche

- Illustrations
 - Le contrôle cognitif
 - Activer le système froid, canaliser le système chaud
 - L'inhibition efficace
 - Bloquer le système 1 pour laisser la place à l'analyse consciente
 - La métacognition
 - Manipuler consciemment l'information dans la mémoire de travail



VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

La sous-tâche de focalisation

- Faisons une petite tâche collective
 - Comptons normalement de 1 à 10 000
 - Pas motivant, n'est-ce pas?
- Intégrons une sous-tâche
 - Lever les mains à différents multiples
 - 2
 - 3
 - 4
 - 5
 - 10
 - 12
 - 15



Baliser la tâche

- Persister, c'est aller d'un point A à un point B
- L'élève est un touriste...
...trop souvent perdu!
- Baliser la route vers l'autonomie cognitive



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

La sous-tâche de focalisation

- Adapter les balises à chaque élève
- Quelques variables pouvant être balisées
 - Baliser le travail dans le temps
 - Baliser le travail lui-même
 - Baliser les actions ou les comportements
 - Baliser le dialogue interne et la métacognition
- Baliser, c'est mettre une sous-tâche de focalisation
 - Le MéthoBulles
 - Développer l'esprit coopératif
 - Communique efficacement avec les autres

La perception de la tâche

- Anticipation positive et attention
- La construction d'une référence positive
 - Faire l'expérience d'être capable
- Sentiment de compétence et réussite
 - Savoir quoi faire



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Le continuum de la relation à la tâche

Niveau de réussite	Moins de 8 sur 10		8 sur 10	Plus de 8 sur 10
Relation	Relation négative à la tâche		Relation optimale à la tâche	Désintérêt à la tâche
État affectif	BEURK	OUF	WOW	BOF
État psychologique	Anxiété		✓ Gratification ✓ Confiance ✓ Compétence	Ennui
	Lourde	Légère		Léger
Solutions	Baisser les exigences		Maintenir cette zone	Augmenter le défi
Thérapies	DÉBEURKER		WOWISER	DÉBOFFER

The logo for Alain Caron, featuring the name 'ALAIN CARON' in white capital letters on a dark grey rectangular background.

ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Apprendre efficacement

3 : Gérer la mémoire



VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Le processus de mémorisation

- Interactions dynamiques et processus associatifs
 - Réseaux sémantiques
 - Liens, associations et relations entre le sens des mots
 - Animaux : mammifère, poisson, etc.
 - Schémas de connaissance
 - Regroupement autour de schémas précis
 - McDonald : restauration rapide, absence de service aux tables, roulement clientèle, etc.
 - Permet la création de sous-schémas à l'infini
 - Caractéristique commune : processus associatifs



VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Le processus de mémorisation

- Encodage
 - Saisie de l'information
 - Sa qualité déterminera la qualité du rappel
- Variables qui affectent l'encodage
 - Surcharge de la mémoire de travail
 - Grandeur de l'empan mnésique de la mémoire de travail
 - Capacité d'attention et de concentration
 - Aspect significatif de l'information
 - Disponibilité affective et émotionnelle



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Le processus de mémorisation

- Variables qui affectent l'encodage
 - Motivation dans la tâche
 - Cohérence de l'information à retenir
 - Liens établis avec la réalité de l'élève
 - Répétition des éléments à retenir
 - Liens établis avec les connaissances antérieures
 - Utilisation de plusieurs modalités sensorielles
 - Facteurs de stress environnementaux



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Le processus de mémorisation

- Consolidation
 - Approfondissement de l'information dans la mémoire à long terme
 - Modification physiologique du cerveau
 - Pas de contrôle direct sur ce processus
 - Variables qui favorisent la consolidation
 - Qualité du sommeil
 - Processus de répétition
 - 16 à 32 répétitions sont requises pour encoder une information



VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Le processus de mémorisation

- La récupération
 - Rappel à la conscience d'un souvenir encodé
 - Dépend de la qualité de l'encodage
 - La remémoration contextuelle favorise le rappel
 - Apprendre au fond d'une piscine
 - Variables qui favorisent la récupération
 - Semblables à ceux de l'encodage
- Interférences dans la mémoire de travail
 - Dégager la mémoire de travail des éléments non pertinents



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Les schémas de connaissance

- Le schéma de connaissance des mathématiques
 - L'instinct du nombre
 - Une meute confrontée à une autre plus nombreuse



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Les schémas de connaissance

- Le schéma de connaissance des mathématiques
 - Le sens des nombres + compter sur ses doigts + traiter les chiffres + faire les opérations de base + maîtriser les tables + ajouter les fractions + comprendre l'algèbre &, ainsi de suite...



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Les schémas de connaissance

- La lecture
 - Reconnaissance des sons + reconnaissance des symboles + lier les deux + décoder des mots + formuler des phrases + comprendre le sens + faire une synthèse + faire des liens avec le connu &, ainsi de suite...
 - Comprendre Nelligan



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Les schémas de connaissance

- Schéma de connaissance et programmation
 - Une ligne de programmation produit la lettre B + une autre les majuscules + une autre la couleur + une autre regroupe les lettres + une autre reconnaît les mots + une autre le correcteur &, ainsi de suite...
 - Intelligence artificielle et poésie

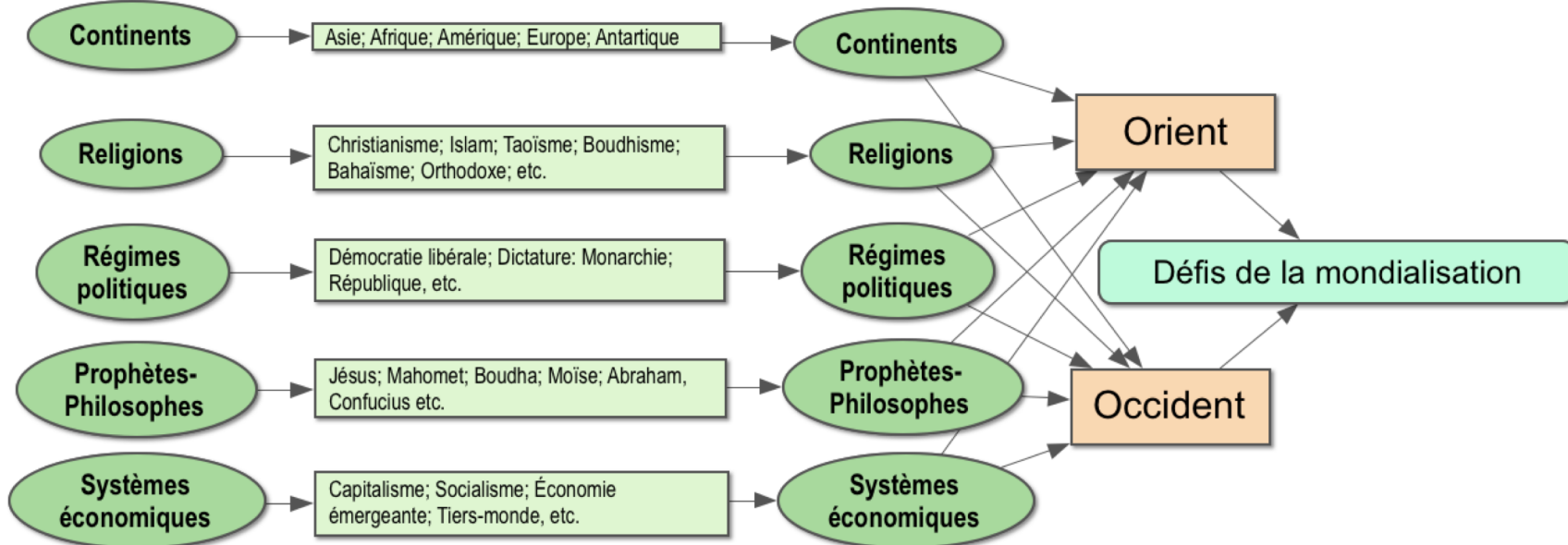


VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Schémas, mémoire et apprentissage

- Mémoire de travail et schémas
 - Qualité d'intégration des schémas de connaissance :
 - Manipulation dans la mémoire de travail
 - Gestion de concepts complexes
 - Jouer du piano
 - Une note à la fois... jusqu'à Rachmaninov
- Discuter mondialisation

Discuter mondialisation





ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

Tendre vers l'autonomie

4 : Synthèse « Arrête, observe et agis »

Les défis de la FGA

- Nos locomotives vers l'autonomie cognitive :
 - Soutenir avec des sous-tâches structurantes
 - Optimiser les processus de la mémoire
 - Nourrir le « WOW » d'apprendre
 - Gagner en conscience
 - Élaborer des schémas de connaissance précis



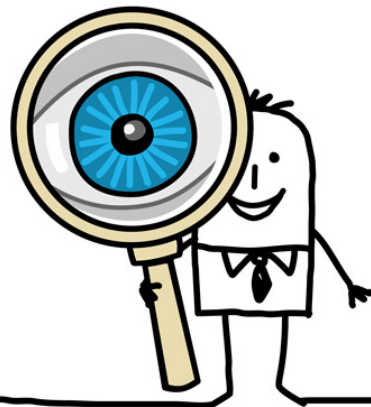
VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT


Les défis de la FGA

- Nos locomotives vers l'autonomie cognitive :
 - **S**outenir avec des sous-tâches structurantes
 - **O**ptimiser les processus de la mémoire
 - **N**ourrir le « WOW » d'apprendre
 - **G**agner en conscience
 - **É**laborer des schémas de connaissance précis
- L'approche « **SONGÉ** »

Les défis de la FGA

- Enseigner explicitement « Arrête, observe et agis »...
 - Pas les mots
 - Le processus
- Pousser activement le jeune à :
 - S'arrêter, observer et agir



The logo consists of a dark grey square with the name 'ALAIN CARON' in white, uppercase, sans-serif font.

ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

FIN

Mais est-ce vraiment la fin?



ALAIN CARON

VALORISATION. IDENTITÉ. ÉPANOUISSEMENT

www.alaincaron.net