

La Lettre d'IF

Pratiques et recherches en pédagogie des gestes mentaux



Comme un écho aux prémices de la saison nouvelle, **le printemps de la Gestion Mentale**, discret et oh combien porteur d'espoir, s'annonce dans notre vie quotidienne. Ne le sentirez-vous pas s'étendre dans la lumière de ces témoignages ?

Ici la Gestion Mentale se manifeste au service de ces intelligences singulières que sont **les adolescents à « haut potentiel »**, avides de sens et de créativité ; là elle se déploie au cœur d'une vie, lorsqu'elle offre la possibilité de comprendre que **« tout est possible avec le temps »**, partout elle procure la joie de découvrir que **« (Re)connaître son intelligence, ça change tout »** !

Ces expériences portent en elles une sève neuve et abondante qui nourrira nos réflexions, nos actions et nos imaginaires ...

Le comité de rédaction



Sommaire

Page 2	Sylvain CASALIS	L'apport de la gestion mentale à des enfants et adolescents à Haut Potentiel ou IDD.
Page 6	Cécile ASTIER	La Gestion Mentale dans mon parcours
Page 8	Claude BERTHOD Clémentine BARTHELEMY Denis GAREZ	Les stages de soutien scolaire proposés par IF Bourgogne ... un pas vers "Une pédagogie de l'entraide"
Page 12		Le coin lecture — Échos des associations

L'apport de la gestion mentale à l'accompagnement des enfants et adolescents à haut potentiel ou "IDD"

Avoir un fonctionnement de pensée particulier, déroutant pour le monde extérieur et pour soi-même, nécessite absolument de bien se connaître pour comprendre, expliquer et gérer ce fonctionnement. Mon travail de psychologue des apprentissages consiste à accompagner ces jeunes et leurs parents avec l'apport irremplaçable de la Gestion Mentale.

Présentation des IDD (enfants et adolescents à l'Intelligence Différente et Déroutante) et de la spécificité de mon approche.

Les jeunes que je nomme IDD sont des enfants à Haut Potentiel, mais qui n'ont pas obligatoirement passé de test de QI. Ces jeunes ont un fonctionnement de pensée très personnel et en tous points excessif, encore trop souvent méconnu et peu respecté.

Dans mon approche, un « diagnostic » tranché de précocité basé sur un test de QI ne me satisfait pas. Une telle démarche simplificatrice n'est pas cohérente avec la complexité de la personne humaine et la multiplicité des différences individuelles. Une passation de QI ne doit pas s'accompagner d'une « certitude définitive » qui ne pourrait qu'être réductrice voire fautive et donc potentiellement nocive.

Quelques dominantes de fonctionnement le plus souvent retrouvées chez les enfants et adolescents IDD : un langage oral très riche et très recherché contrastant avec des difficultés à l'écrit, un décalage entre maturité intellectuelle et maturité affective, hypersensibilité et hyper lucidité, fréquentes situations d'incompréhension et de rejet, empathie exceptionnelle et manque de diplomatie, un besoin de tout comprendre,



une pensée en arborescence, le besoin d'une grande précision, les émotions qui envahissent le champ de la pensée...

Les parents que je reçois me font souvent part de leur insatisfaction suite à un bilan avec un psychologue ou un médecin. Voici ce qu'ils entendent souvent : « Il n'y a pas de raison de s'inquiéter ; il n'a pas de problème. Il est intelligent, cela va s'arranger avec le temps, il suffit d'attendre le déclic ». Seulement pendant qu'on attend un déclic dont on n'est jamais certain qu'il surgira un jour (par magie ?)

l'enfant est en souffrance (ses parents aussi), sa motivation est attaquée, sa scolarité peut devenir chaotique.

Le travail de découverte du fonctionnement de la pensée est particulièrement utile pour les IDD, du fait de leur fonctionnement différent et déroutant. L'entourage d'un enfant IDD peut se sentir dépassé et n'aura souvent pas les clés pour le comprendre. En outre, du fait de leur hypersensibilité, ces jeunes vont souvent très mal vivre le fait de se sentir « hors norme ».

Découvrir leur fonctionnement de pensée grâce à la Gestion Mentale, permet d'éviter d'inutiles errances et de limiter les situations d'incompréhension et de souffrance pouvant conduire à la démotivation.

L'hyper conscience d'eux même des IDD, si rien ne vient entraver cela, donne au dialogue pédagogique une richesse et une puissance qui rend les entretiens passionnants et souvent très efficaces. Si le jeune adhère au travail et si le professionnel est à l'écoute, les améliorations peuvent être fulgurantes. Il m'arrive d'avoir des

retours très positifs de la part des parents après seulement une ou deux séances, alors que la situation semblait au préalable bloquée.

Cependant il s'agit là de la situation idéale. Quand un découragement, une démotivation et une perte majeure de l'estime de soi et de la confiance en soi se sont déjà enracinés, une action préparatoire (sur un versant plus émotionnel, psychologique) est indispensable. Il arrive qu'un travail en Gestion Mentale soit rejeté et ne fonctionne donc pas.

Une situation concrète riche d'enseignements.

A l'occasion d'un jeu de langage et d'écriture, une enfant IDD de 8 ans, fin CE2, écrit que le personnage a « plein d'iguanes sur lui ». Je lui demande ce que cela signifie. Elle me répond : « J'ai plein d'iguanes sur moi signifie, j'ai peur » (*en frissonnant*). Je lui demande si c'est une expression qui existe, elle m'affirme que oui.

Un adulte qui en resterait là, risquerait de porter un jugement négatif sur cette petite fille qui invente des choses et veut nous faire croire que cela existe. Se moque-t-elle de nous ? Ment-elle ? Ne fait-elle pas la différence entre le réel et l'imaginaire ?

L'immense imagination et la centration en 1^{ère} personne d'un enfant IDD peuvent conduire un adulte non averti à des interprétations fausses.

La pratique de nombreux dialogues pédagogiques m'a fait découvrir les multiples différences de fonctionnement de chacun. J'ai donc pris l'habitude de demander à l'enfant ce qu'il a voulu dire plutôt que de chercher à interpréter.

À ma question : « Est-ce que cette expression existe » cette petite fille a répondu : « Elle existe, puisque je viens de l'inventer ! ». Connaître son fonctionnement de pensée nous a permis de comprendre son **implicite** différent de ce qui est attendu habituellement. Très centrée sur elle-même, elle décrète qu'une phrase existe, puisqu'elle vient de l'inventer. Au **sens premier** du mot, niveau auquel elle se place (gestion des mots « au pied de la lettre » très

fréquente chez les IDD), **elle a raison**. Elle a donné existence à cette expression en la disant et en l'écrivant.

Le dialogue pédagogique nous permet de savoir à quel niveau de sens se situe l'enfant et de faire le lien (tout en respectant son idée) avec ce qui est plus classiquement demandé en classe.

Cette enfant de huit ans, sur laquelle on aurait pu être tenté de porter un jugement négatif, se montre en réalité très créative, prenant plaisir à jouer avec les mots. La compréhension et le respect de son fonctionnement nous ont ouvert une porte, durant cette séance, pour introduire un petit exercice d'évocation de l'orthographe (avec le mot « iguane »), activité qu'elle apprécie habituellement très peu, comme c'est souvent le cas chez les enfants IDD.

Au final, quand on communique avec un enfant IDD, il est fondamental d'accepter sa parole, de se centrer sur lui, de chercher à le comprendre. Apprenons à laisser de côté tout jugement hâtif. Cependant pour comprendre et valoriser une telle richesse de pensée, l'adulte (parent, enseignant, orthophoniste...) doit déjà avoir en tête qu'un tel fonctionnement existe et en connaître les principales caractéristiques.

Prendre conscience de son discours intérieur.

Pour certains jeunes que je reçois, prendre conscience de ses évocations n'est pas facile. Ils sont pour la plupart habitués à entendre parler seulement de « visuel ».

En classe, il est bien entendu conseillé, afin de n'exclure personne, de proposer systématiquement différents modes d'évocation, et de ne pas simplement demander aux enfants de se faire une image visuelle dans leur tête. Il est indispensable de permettre à tous de découvrir la force de leurs évocations verbales-auditives, et de leur laisser le temps et la possibilité de se parler à eux-mêmes, voire, pour certains, de se chuchoter en classe.

Lors de petites mises en situation que je propose en entretien individuel, les enfants et adolescents se rendent compte, souvent avec surprise, de l'aspect incontournable de ce discours intérieur. Il arrive qu'à quelques minutes



d'intervalle le discours d'un jeune passe de « Je ne me parle jamais » à « Évidemment, je me parle tout le temps ».

Certains ont une croyance négative sur le discours intérieur (« C'est pas normal », « C'est les fous qui se parlent à eux-mêmes ») et donc censurent plus ou moins consciemment cet outil fondamental, ce qui ne peut qu'entraver le bon fonctionnement de leur pensée et à terme, attaquer leur motivation. Il est important de faire émerger ce ressenti pour pouvoir en interroger la pertinence.

Un jeune IDD va souvent chercher à se débrouiller par lui-même et ne posera pas de questions à son entourage. Comme en outre, ses ressentis sont exacerbés, il risque de s'enfermer dans une souffrance liée à une incompréhension de son fonctionnement et de rejeter l'existence et l'usage conscient de son discours intérieur. Le travail en Gestion Mentale se révèle alors primordial.

Je dis souvent aux jeunes : « Comme tout le monde, tu te parles à toi-même ; mais tu as le choix de laisser faire ça tout seul ou d'en prendre conscience et d'apprendre à devenir le « pilote » de ta pensée. Quels avantages peux-tu tirer à te rendre compte de ce qui se passe dans ta tête ? Quels avantages pour toi d'apprendre à diriger ton cerveau ? »

Illustration de la nécessité d'un travail sur la gestion de ses relations aux autres.



Voici une jeune fille IDD que j'ai suivie quand elle était au primaire et qui est maintenant au collège. Sa demande principale a toujours été de savoir mieux entrer en contact avec les autres. Plus jeune, elle se retrouvait

seule, isolée, considérant ses pairs comme différents et n'ayant pas forcément envie d'aller vers eux. Puis elle a eu envie d'aborder « des gens » mais ne savait pas quoi leur dire.

A l'entrée au collège, elle souffre d'être accaparée par une autre fille (rejetée par tous, qui n'a aucune amie, qui est très mal vue). Au fur et à mesure de notre travail elle peut exprimer un conflit entre son « cœur » qui la pousse à aller vers les autres, et sa raison qui lui fait remarquer qu'elle attire les jeunes en difficultés. Étant hypersensible, elle a alors le sentiment de se faire dévorer ou envahir par les soucis, les idées noires des autres. Elle donne cette image que je trouve très parlante : « J'ai pas demandé à être un aimant ». Un équilibre est à trouver entre : « je vais vers les autres » et « je me protège ». Problématique particulièrement importante pour les IDD.

Nous sommes là sur un terrain plus psychologique, mais personnellement je m'appuie toujours sur une découverte du fonctionnement de la pensée de soi-même et des autres. Outre l'intérêt évident de cette connaissance, quand la difficulté se situe sur le plan relationnel, le passage préalable par un travail sur les évocations permet d'engager l'entretien sans se confronter trop directement à la difficulté. Les IDD ont particulièrement besoin d'être rassurés et de se sentir en confiance ; en outre ils testent, ils jugent l'adulte face à eux et sentent tout de suite si le professionnel maîtrise ou non son sujet.

Le plus souvent le jeune IDD sait me recadrer si je m'attarde trop sur un domaine qui ne l'intéresse pas. Il est important alors de savoir entendre et respecter sa demande (ou son absence d'intérêt) même si tel élément de profil aurait paru intéressant à découvrir.

Quelques points de repères pour un accompagnement pédagogique efficace des jeunes IDD.

Découvrir le geste d'attention.

L'aider à comprendre le fonctionnement de son attention, à observer ce geste et à le faire évoluer en fonction de son projet et des situations.

Apprendre à canaliser son imagination.

L'aider à mettre son immense imagination au service des apprentissages scolaires, par exemple pour un acte de réflexion, de mémorisation.

Interroger son projet de mémorisation.

Est-il important pour lui de mémoriser ?

A quoi cela pourrait-il lui servir de développer un projet de mémorisation ? A-t-il véritablement décidé de sauvegarder en mémoire les éléments abordés en classe pour s'en resservir plus tard ?

Il ne s'agit pas de se poser la question en termes de « il faut » mais plutôt de « je vais le faire parce que cela a un sens pour moi », « je décide de le faire (ou non) ». En rester au « il faut », « tu dois », n'a qu'un effet très limité sur la mise en route de la pensée.

Lui demander ce que représente pour lui comprendre, apprendre.



Travailler sur l'idée qu'il est normal de ne pas avoir tout compris du premier coup.

Souvent l'enfant IDD, s'il ne comprend pas tout très rapidement, pense n'avoir rien compris et risque de se décourager. Il est important de l'aider à découvrir tous les moyens mentaux à sa disposition (sa palette évocative) et la façon de s'en servir.

Le parent peut montrer l'exemple : exposer une situation complexe qu'il va aborder étape par étape, en allant chercher des informations, en réfléchissant...

L'inciter à prendre conscience de la cohérence entre son projet de sens personnel, et celui qu'il a mis en place en classe.

L'informer, l'aider à découvrir et à prendre en compte les couples de projet de sens (Expliquant, 1^{ère} personne...)

S'efforce-t-il de préserver en classe ce qui le motive, ce qui est important pour lui ? Ou, au contraire, sacrifie-t-il son fonctionnement et sa personnalité pour faire ce qu'il pense qu'on attend de lui à l'école ?

Proposer au jeune de développer un projet de communication.

L'enfant IDD est souvent intéressé à comprendre pour lui-même et assez peu pour expliquer à l'autre. Il aura tout à gagner à développer un projet de communication en 3^{ème} personne. En classe, cela lui permettra de s'entraîner à justifier, à expliquer un raisonnement, ce qui est indispensable. On pourra attirer son attention sur le fait que, dans la vie, quand on a une bonne idée, il est nécessaire de savoir l'expliquer, la justifier, l'argumenter pour pouvoir la mettre en œuvre. Sans cela, une bonne idée risque d'être perdue car elle ne mènera à aucune création.

L'aider à développer la confiance qu'il peut avoir dans ce que pense l'autre.

L'autre peut aussi lui apporter quelque chose ; c'est une idée qui n'est pas évidente pour un jeune IDD. Il s'agit d'envisager des situations où il pourra profiter de l'avis de l'autre. Bien entendu on suggère plus qu'on n'impose.

Apprendre à accepter et à gérer ses émotions.

Vaste chantier !

J'ai écrit, en autoédition, deux ouvrages traitant en détails de ces sujets

Sylvain CASALIS

psychologue des apprentissages,
installé dans le Morbihan (56).
Mail : casalissylvain@gmail.com



Cécile Astier est professeur de SVT au collège St Martin, à Angers. Elle y assure également le titulariat de la classe « méthodologique » dans laquelle l'équipe entière pratique la pédagogie des gestes mentaux et dont j'assume le suivi pédagogique. Dès le début, elle s'est montrée particulièrement innovante et « motrice » dans le projet. Comme, par ailleurs, elle m'avait confié le bénéfice personnel qu'elle avait retiré de la gestion mentale, je lui ai demandé de bien vouloir exposer par écrit, pour les lecteurs de la Lettre, son histoire avec la gestion mentale.

Christine Chambille, membre du comité de rédaction

La gestion mentale dans mon parcours



Du plus loin que je me souviens, j'ai toujours écrit pour apprendre. Je me suis vite rendu compte que mes yeux « photographiaient » ce que j'écrivais et qu'en pensée je pouvais me référer précisément à ces images fidèles. Mais durant mon parcours de formation, jusqu'à la préparation de mon premier concours, que de temps perdu à recopier encore et encore, colorier, schématiser, que de papier utilisé, accroché à la perception que j'étais ! Je traînais de plus un handicap pour moi : les mots entendus s'envolaient si rien de visuel ne s'y accrochait. Cela arrivait donc souvent, si ce que j'entendais m'arrivait trop rapidement, sans que j'aie le temps d'y associer des images. Finalement je me connaissais assez bien et j'avais déjà conscience que tout le monde « fonctionne » différemment. Mais pour moi, tout était figé, comme une fatalité. Ce qui est d'ailleurs assez étrange, quand j'y pense, car j'ai toujours été sportive et j'ai vite pris conscience que le fonctionnement du corps peut changer : si on le décide, si on se connaît, si on a les bonnes procédures et qu'on les utilise.

Une découverte par étapes

Et puis un jour, une lecture : Antoine de La Garanderie, étudié pour la préparation d'un mémoire sur les oppositions scolaires. L'idée d'une optimisation possible du fonctionnement mental m'a interpellée, mais je n'ai pas accroché plus que ça, sans doute parce que je l'ai vécue seule et de façon trop théorique. Mais cela fut sans doute rangé quelque part dans mon esprit. S'en est suivie une rencontre, en 2008, dans mon nouvel établissement. Une équipe, un projet de

classe méthodologique utilisant la gestion mentale et le sport, qui perdure depuis et dont je fais partie avec plaisir jusqu'à maintenant. À ce moment où j'étais toute neuve dans le métier d'enseignante, il s'est passé quelque chose : je me suis posée. Pour les élèves d'abord, grâce à eux et ce qu'ils me renvoyaient comme richesses, grâce à nos formations et tout ce travail d'équipe, soudée sur le terrain, j'ai compris. J'ai compris que tout était possible avec du temps : une prise de conscience de la manière dont on utilise notre cerveau, une acceptation de ce qu'on sait déjà faire, une prise de confiance ensuite car on peut faire autrement et progresser dans l'efficacité.

Nouvelle manière d'enseigner et évolution personnelle

Du temps, j'ai donc appris à en donner dans mes cours : j'ai arrêté de m'agiter, parler, montrer, écrire tout à la fois, sous prétexte de motiver mes troupes. Tout le monde a gagné en sérénité, sans doute. Et du coup, je me suis retrouvée avec du temps pour ma pensée. Les dialo-

gues pédagogiques et ce temps donné aux élèves pour évoquer m'ont fait peu à peu comprendre comment moi-même je fabriquais mes évocations. Loin de ce que j'imaginai avant : je me parle en fait tout le temps, mes images bougent, je peux « zoomer/dé zoomer », aller du global au détail, écrire dedans, changer de paramètre en fonction de ce que j'ai à évoquer et même vivre tout cela avec mon corps. Et par dessus tout, moi qui me trouvais « compliquée là-haut », tout le temps à me poser mille questions qui en appellent mille autres, avec cette impression de joyeux bazar frustrant, je me suis estimée plutôt complexe que compliquée car riche de ça : j'ai compris que tout était organisé en réseaux de concepts dans ma tête.

Cette prise de conscience, associée à un certain lâcher prise (un réseau peut sembler désordonné, inachevé, sans cadre, il faut l'accepter !) et la découverte du schéma heuristique m'ont ouvert un champ des possibles. Moi qui adore apprendre, j'allais donc pouvoir apprendre plus.

La préparation de l'agrégation et... la suite

Alors je me suis lancée dans un nouveau concours, me suis inscrite à l'Agrégation. Guidée par une phrase qui m'a frappée « On est libre d'installer ce qu'on veut comme on veut dans sa tête », j'ai décidé de préparer ce concours avec la gestion mentale.

L'esprit de la chose d'abord : qu'attendait-on de moi ? Les rapports de jury décortiqués et réduits à un schéma heuristique par épreuve avec les essentiels, j'ai mémorisé cette trame.

J'ai eu la chance de suivre une formation dans ma discipline : académique, didactique et pédagogique. J'ai fait preuve d'une attention plus efficace pendant les interventions. Rentrée à la maison le soir, je réactivais, sans rien réécrire, enfin ! Puis plus tard j'opérais une autre réactivation, je commençais à restituer pour moi une trace écrite : un plan, des schémas, centrés ou pas, bref une synthèse. J'ai pensé *appel aux acquis* : quels sont les essentiels à connaître ? Que dois-je stocker et savoir déstocker « à vie » ? Mes synthèses se sont organisées en porte-vues, un par domaine. Je les ai apprises par cœur, j'ai refait des réactivations de mémorisation régulières. Je les ai incluses mentalement dans mes réseaux mentaux, ces porte-vues s'enrichissent encore aujourd'hui, ils sont mes balises, resteront mes indispensables personnels, j'y retourne régulièrement.



Je me suis mise en projet à chaque instant, de tout ce que j'allais vivre et devoir faire. Pendant les épreuves écrites puis orales, j'ai évoqué les sujets, les consignes, les documents éventuels. J'ai préparé un schéma centré de mes réponses au brouillon et je me suis lancée. Ce fut possible grâce à la confiance (mon cerveau est puissant finalement !), l'efficacité acquise (à bien se connaître que de travail abattu sans gaspiller d'énergie, que de sommeil gagné). **Cela a fait la différence, j'ai réussi, en pleine conscience de mes outils et de ce que j'ai puisé comme ressources en moi.**

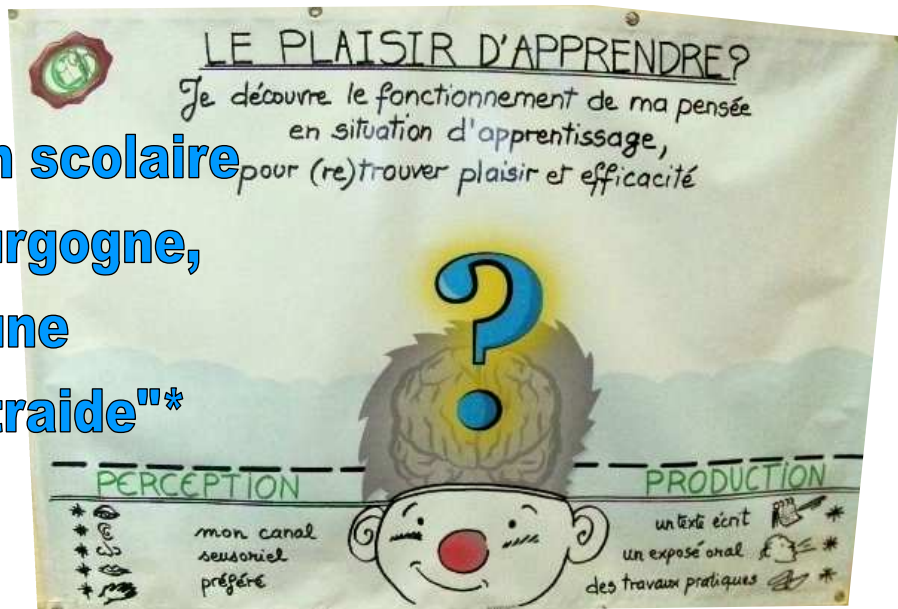
Et maintenant ? Je continue, j'explore d'autres pistes (les neurosciences, avec l'étude de

la plasticité cérébrale, me donnent une dimension explicative scientifique passionnante) ; je réactive et je complète mes porte-vues, je m'autorise encore plus de curiosité, il y a de l'infini dans un réseau, ce qui me donnait le vertige en moi est en fait une force. Alors je travaille à améliorer mes évocations à partir de perceptions auditives, à accepter d'évoquer dans le temps, de façon linéaire, il va falloir que je réussisse à apprendre des dates, des repères historiques. Que les frises chronologiques me soient moins hermétiques ! Je me fais violence, un Master d'histoire des sciences me tente.

Voilà en quoi la gestion mentale a changé mon rapport au savoir. Mais par-dessus tout c'est une histoire de personnes. Si notre cerveau est notre responsabilité, on ne peut vraiment en comprendre les richesses seul. C'est l'interaction avec l'autre qui ouvre à ces possibles, cette liberté à conquérir. Alors merci à Christine Chambille pour son enseignement toujours joyeux et son empathie de tous les jours, merci à Paul Aguilar et aussi Chantal Evano pour leur expertise et leur capacité de transmission, merci à Nadine Jamet pour son expérience et sa bienveillance, merci à mon Chef d'Établissement qui rend possible l'existence de cette classe, merci à mes collègues, compagnons de doutes, de tentatives et de motivation, merci enfin à tous mes élèves, ce trésor de diversité qui me fait aller travailler le matin avec bonheur.

Cécile ASTIER

Les stages de soutien scolaire proposés par IF Bourgogne, ... un pas vers une "pédagogie de l'entraide"*



Dès la création d'IF-Bourgogne au printemps 2011, Claude Berthod son président, marqué par de belles expériences vécues lors des stages de fin d'été proposés tous les ans à Châteaudun, a souhaité pouvoir en mettre en place en Bourgogne. Alors qu'il animait une formation adultes en gestion mentale, l'heureuse rencontre avec Clémentine Barthélemy, sophrologue, et Denis Garez, formateur en informatique libre, allait créer les conditions à la réalisation de ce rêve, qui allait devenir commun : faire découvrir la gestion mentale en utilisant les techniques d'animation de groupe.

La rencontre de deux outils complémentaires, d'une part "**Objectif GAÏA**" (pour la forme), inventé et développé sur plusieurs années par Denis, et d'autre part le livret, très accessible et illustré, « **(Re)connaître son intelligence, ça change tout !** », écrit par Claude (pour le fond), ont permis de donner naissance à un stage animé à trois, puisque Clémentine y a apporté son expérience de la sophrologie, de la gestion de groupe, et son talent pour le dessin.

Nous présenterons dans un premier temps le cadre du stage, puis les moyens pédagogiques et enfin nous ferons un zoom sur une séquence type du stage. Nous terminerons par un bilan, ainsi que par la présentation des projets complémentaires au stage.

Nous cheminons depuis maintenant trois ans et avons une expérience de 20 stages pour les jeunes (dont 1 en niveau 2), et 8 pour les adultes (dont 3 en niveau 2), entre août 2013 et aujourd'hui, s'adressant à 321 stagiaires au total (256 jeunes et 65 adultes).

Un cadre ouvert et bienveillant

La finalité du stage est la découverte du fonctionnement de sa pensée en situation d'apprentissage, pour retrouver le plaisir et l'efficacité d'apprendre.

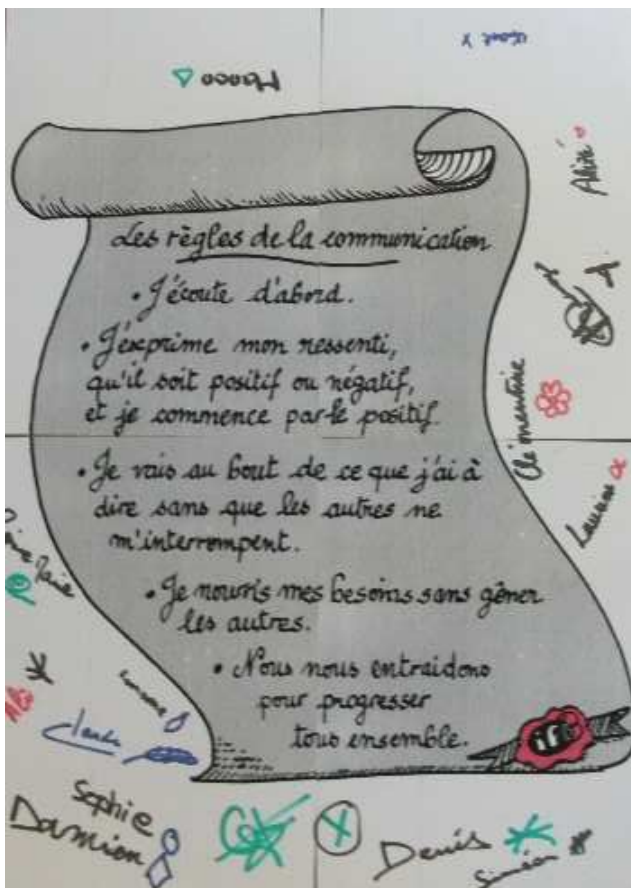
Le programme est composé de deux parties distinctes, et complémentaires.

Pour la 1^{ère} partie, il s'agit de faire "connaissance de soi" :

- découvrir sa langue maternelle pédagogique (Visuelle, Auditive, Tactile)
- puis sa voie d'accès à la compréhension (espace, temps, mouvement).

Pour la 2^{ème} partie, il s'agit de faire connaissance avec 3 des 5 gestes mentaux :

- l'attention, la compréhension, et la mémorisation.



Ce stage, d'une durée de 2 journées de 6 heures, que nous proposons à chaque période de vacances, s'adresse aux jeunes de la 6^{ème} à la terminale, voire plus, constituant un seul groupe de 8 à 18 stagiaires.

Nous le proposons aussi aux adultes, ainsi qu'aux équipes pédagogiques, et aux primaires en "mode allégé". Nous l'animons à 2 ou 3 suivant les circonstances.

Des moyens pédagogiques diversifiés et complémentaires

La Sophrologie, pratiquée en début d'activités, a pour objet de "déroutiller" le corps de façon ludique, de respirer profondément pour oxygéner son cerveau, de dynamiser ou au contraire de favoriser un recentrage sur soi, afin de se projeter agréablement dans la journée.

La mise en œuvre d'**Objectif GAÏA**, ensemble d'outils d'émulation qui permet de gérer d'une manière spécifique les activités de groupe, crée les conditions optimales pour la participation, la coopération et le dynamisme de tous, cela dans le respect des besoins, du rythme et de l'individualité de chacun. Cette dynamique crée des circonstances particulièrement intéressantes pour les dialogues pédagogiques vécus en groupe et en individuel, tout au long du stage.

Le livre «(Re)connaître son intelligence, ça change tout ! » écrit pour accompagner le stagiaire dans sa compréhension de la **gestion mentale**, constitue notre fil rouge. En particulier, il comporte des définitions, des exemples et une fiche technique sur les notions principales. Enfin, nous proposons **différents jeux** : jeux de rôles (le Professeur Émérite, l'Élève Heureux), chasse au trésor, jeu coopératif « Le Jeu du Succès », que nous avons mis au point pour la circonstance.

Zoom sur une séquence type

Pour illustrer le déroulement du stage, envisageons la séquence qui concerne la découverte de sa langue maternelle pédagogique. Après avoir pratiqué un exercice de sophrologie...

J'explore ma découverte : Je découvre et je choisis...

Après la présentation des 3 activités à vivre en petits groupes, chaque stagiaire en choisit d'abord une, en fonction de son attirance pour...

l'activité elle-même, le groupe, l'animateur...

- dans la zone de la vue, observer des objets,
- dans la zone de l'ouïe, écouter un texte,
- dans la zone du toucher, reproduire un dessin (sans le modèle bien-sûr).

Il arrive parfois qu'un "groupe" soit constitué d'une seule personne !

...puis j'explore

La consigne commune est : **j'observe "comment je fais dans ma tête", sachant qu'il est proposé à chacun de l'exprimer tout de suite après la réalisation de l'activité**, ce qui nourrit le dialogue pédagogique de groupe.

Le groupe ayant terminé le premier, le signale aux deux autres puis retourne le sablier leur indiquant qu'il leur reste 3 minutes pour conclure. Nous avons toutefois très largement pu observer une grande synchronisation entre les groupes.

La réalisation d'une activité est matérialisée par un ruban-bracelet de couleur.

Chacun est ensuite invité à choisir une deuxième activité, puis la troisième. Plus avant dans le stage, ce n'est pas toujours le cas, suivant le



contexte, le timing, ou d'autres facteurs.

J'offre ma découverte : Je rencontre...

3 groupes sont à nouveau formés, cette fois dans l'optique d'échanger les découvertes.

...puis j'échange

Le partage des découvertes évocatrices entre stagiaires est accompagné, dans ces premières verbalisations introspectives, par un animateur. Ces témoignages sont très enrichissants, tout autant pour l'orateur, qui se trouve dans une situation réflexive, que pour l'auditoire qui pourra affiner sa propre perception par le levier de la comparaison.

Je remercie et je fais un "retour sur moi "

Pour terminer, nous nous remercions mutuellement, puis chacun est invité à colorier sur le «tableau des missions » le ressenti du degré de compréhension de son mode de fonctionnement mental, matérialisé par un code de couleurs.

Pause

Nous faisons une pause pendant laquelle les enfants peuvent se restaurer, sortir jouer au ballon, quand d'autres préfèrent s'allonger, au calme.

J'explore ma découverte (2)

Nous nous retrouvons ensuite dans un contexte plus classique, en réunion plénière.

Assis sur le tapis ou sur les chaises disposées en U dans

la zone de plénière, chacun fait pour soi la lecture du chapitre du livre relatif à la langue maternelle pédagogique pour ensuite aller découvrir trois questions qui seront évoquées chacun pour soi sur le tapis d'évocations, avant qu'en soient cherchées les réponses.

J'offre ma découverte(2)

En plénière, nous accueillons les réponses aux questions.

Nous procédons à une synthèse et cherchons à faire émerger ou proposons des transferts possibles pour la vie scolaire : « pour "penser" un texte de français, un cours d'histoire ou de mathématiques, dans ma tête je peux me faire des images, je peux me parler, je peux ressentir dans mon corps ».

Remarques :

- le transfert peut être suggéré très tôt dans le prolongement des dialogues en groupes.
- la séance type que nous venons de détailler procède d'une démarche inductive. En modifiant l'ordre du déroulement du protocole, cela génère sans problème une démarche déductive.

Bilan : quelques réflexions

Les points positifs

- La diversité des âges des stagiaires (entre 11 et 18 ans, voire plus) et la variété des activités proposées, tant sur le fond que sur la forme, sont ressenties par les animateurs et les stagiaires



res comme une richesse.

- Cette dynamique autorise, et même encourage, des attitudes et des points de vue différents, qui sont acceptés par tous comme l'expression de l'altérité. Cela fait vivre une authentique pratique de la tolérance.

- Le caractère "transférable" de la gestion mentale s'en trouve renforcé.

- Par ailleurs, la variété des activités mises en œuvre par des jeunes très différents révèle des constantes dans les fonctionnements mentaux.

- Les stagiaires se montrent souvent moteurs et les dialogues pédagogiques de groupes permettent d'assister à de belles prises de conscience, souvent émouvantes par leur soudaineté, et libératrices pour ceux qui les vivent.

- Tous ces points positifs font progressivement émerger une réelle motivation, même chez ceux qui ne sont inscrits que par la volonté de leurs parents.

- Certains jeunes, souvent blessés par des expériences scolaires antérieures négatives ou fragilisés par des difficultés personnelles, rencontrent de fortes résistances aux contraintes de la vie en groupe. Et pourtant, dans la mesure où la gestion mentale, couplée à Objectif GAÏA, induit un changement des rapports relationnels entre les animateurs et les stagiaires, (enfants ou adultes), nous avons assisté à de belles métamorphoses.

Les bémols

- Toutefois, malgré le fait que les animateurs soient en nombre suffisant pour accorder aux jeunes toute l'attention qu'il appelle, et l'apaiser dans son besoin de reconnaissance de sa spécificité, il est arrivé qu'il ne trouve pas sa place dans le groupe.

- La pertinence des stratégies pour transférer les acquis du stage est forcément dépendante du projet de sens du jeune ou de sa difficulté à appliquer en autonomie les notions nouvellement découvertes.

Conclusion

Très tôt, dans l'un de ses premiers livres, Antoine de la Garanderie exprimait sa conviction qu' « une pédagogie de l'entraide* » était le "Graal" à rechercher. Il écrit :

« Pour nous, c'est par la communication entre les êtres que la réflexion, ou la conscience, se manifeste », et l'une des "Idées-clés" est que « la pédagogie de l'entraide motive les élèves plus et mieux que celle de la concurrence. Elle les rend solidaires, et pour le présent, et pour leur avenir ». Le constat est que ce fait ne se manifeste pas seulement entre les stagiaires, mais entre tous les participants, stagiaires et animateurs, et nous place tous au même niveau : de chaque stage, nous avons autant appris qu'eux, et grâce à eux. Pour l'anecdote, nous nous souvenons de cet enfant, au sourire radieux, exprimant : « Mais alors, on peut s'entraider !? ». Et ce n'est pas un cas isolé.

Une deuxième "Idée-clé" est que : « encore faut-il la définir [la pédagogie de l'entraide] d'une façon rigoureuse, sinon elle risque de se perdre dans le laxisme où l'élève le plus avancé passera son travail aux autres pour qu'ils le "recopient". Il ne s'agit pas de dispenser d'effort ceux qui ont des difficultés ».

Or nous avons la conviction que l'association de ces deux outils (GM + GAÏA) peut répondre aussi à cette mise en garde, ... avec l'appui de la sophrologie, cela va sans dire, ainsi que d'autres pratiques telles que la Communication Non-Violente (CNV), la discipline positive, l'intelligence émotionnelle, pour ne citer qu'elles... De belles perspectives pour les enseignants !

Le leitmotiv de la Gestion Mentale comme d'Objectif GAÏA étant « *apprendre avec plaisir et efficacité* », alors l'association des deux procure : « **apprendre avec plaisir et efficacité à la puissance 2** » !

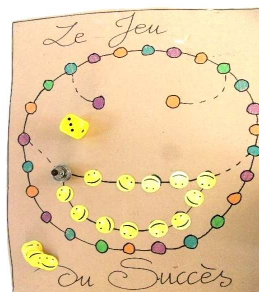
Par la diversité de ses participants, la dynamique de groupe et l'esprit coopératif que développe Objectif GAÏA, le stage « **(Re) connaître son intelligence, pour (re) trouver le plaisir d'apprendre** » constitue un lieu privilégié pour vivre des dialogues pédagogiques de groupe de qualité. Toutefois, nous n'échappons pas à la difficulté propre à toute formation : l'intégration des nouveaux acquis dans la pratique de tous les jours pour trouver plus de plaisir et d'efficacité dans le quotidien de la scolarité.

L'appel téléphonique ou en petit groupe avec skype dans le mois qui suit le stage, avec la ré-évoquant de certaines découvertes, et le réajustement des objectifs, est une première réponse, mais qui reste parfois insuffisante. En conséquence, nous proposons depuis la rentrée 2015 le « **Soutien scolaire par Skype** » (ainsi que le « **Soutien scolaire avec Objectif GAÏA** ») pour renforcer le lien entre le travail scolaire propre à chaque élève et les connaissances acquises en stage. Nous sommes aussi heureux d'avoir inauguré notre stage de niveau 2 avec les jeunes, en août dernier.

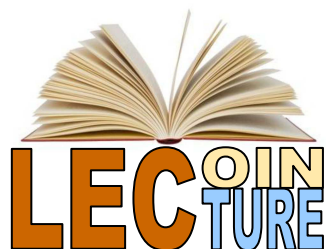
L'aventure continue... et nous espérons qu'à notre mesure, notre contribution marque un pas vers "Une pédagogie de l'entraide".

Claude BERTHOD
Clémentine BARTHELEMY
Denis GAREZ

Ces stages sont organisés par IF Bourgogne
http://www.ifgm.org/Associations_bourgogne.php



* "Une pédagogie de l'entraide", l'un des premiers livres écrits par Antoine de La Garanderie - Chronique Sociale



A découvrir :

après l'ouvrage d'Armelle GENINET,
celui de Georges GIDROL :
une réflexion sur la façon d'accompagner
les élèves et d'enseigner la physique.

ECHOS des ASSOCIATIONS

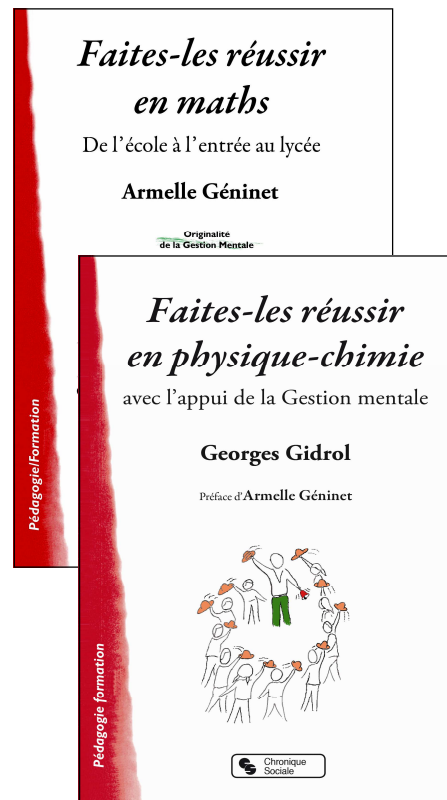
La Gestion Mentale en action
STAGE DE MÉTHODOLOGIE EN INTERNAT
de la 5^{ème} à la terminale

découvrir les chemins de la connaissance

Dimanche 21-samedi 27 août 2016

à Châteaudun (Eure et Loir - 28)

Informations et inscriptions :
06 81 73 07 91
<http://stagegma.wix.com/gm-en-action>



Les sites :
www.ifgm.org
www.ifparis.org
www.ifnormandie.org
www.ifrhone-alpes
www.iledefrance.fr

Mentions légales : La Lettre d'IF est publiée par la Fédération des Associations Initiative & Formation, association à but non lucratif.

Présidente : Valérie GOURLIAU. Adresse : 364 rue de la Fosse Lingot 27310 Bouquetot

Les articles engagent la seule responsabilité de leurs auteurs. Reproduction interdite sans leur consentement.

Ont participé à l'élaboration de ce numéro : directrice de publication : C.Chambille.

Comité de rédaction : C. Chambille, M. Clavreul, A. Savi, P.de Ferron.

Relecture : P. Chellat

Mise en page : G. Gidrol
9 Grande rue 69600 Oullins.

Imprimeur : AGB, 18 rue François Arago 01000 Bourg en bresse

Publié par nos soins. I.S.S.N : 0243-4717.

Gratuit. Mai 2016

Fédération : Valérie Gourliou 364 rue de la Fosse Lingot 27310 Bouquetot 02 32 42 06 62 ou 06 79 87 02 14 vgourliou.ifnormandie@gmail.com		
<p>IF Armor Claude Pendelio 36 route de Scoulboch 56330 Bieuzy Lanvaux 07 82 57 01 23 ifarmor56@gmail.com</p>	<p>IF Alsace Monique Ladhari 4 rue de St Quentin 67000 Strasbourg 03 88 60 65 66 / 06 62 29 22 75 monique.ladhari@orange.fr</p>	<p>IF Bourgogne Claude Berthod 32 av G^{ral} De Gaulle 71880 Châtenoy-le-Royal 07 87 87 15 69 if.bourgogne@gmail.com</p>
<p>IF Côte d'Azur Joëlle Murgia Villa Oterain 2 bis Avenue de Rimiez 06100 Nice 04 93 53 53 45 ifcotedazur@hotmail.com</p>	<p>IF Corse Laurent Cacciaguerra Lot^{ment} Les Chênes Route de l'aéroport 20290 Lucciana 06 09 32 80 66 if-corse@orange.fr</p>	<p>IF Languedoc Rousillon Geneviève Louis 82 impasse des Parasols 34000 Montpellier 04 67 72 35 20 gplouis31@aol.com</p>
<p>IF Midi Pyrénées Christiane Pebrel 48 rue Santos Dumont 31400 Toulouse 05 61 20 36 52 Christiane.pebrel@gmail.com</p>	<p>IF Normandie Denis Tardiveau 7 bis rue Neuve Bourg l'Abbée 14000 Caen 07 71 63 41 83 contact@ifnormandie.org</p>	<p>IF Ile de France Joëlle Varnizy 11 rue du Tir 78600 Maison Laffite 06 22 37 10 56 ifiledefrance78@gmail.com</p>
<p>IF Paris Isabelle Grouffal 14 Allée Louis David 92500 Rueil Malmaison 06 88 47 40 76 ifparis@orange.fr</p>	<p>IF Lorraine Jean-Michel Pierrat 1 rue du Gué 54180 Heillecourt 06 89 51 74 70 if.lorraine@yahoo.fr</p>	<p>IF Pays Basque Régine Elozegi Dendariaenea Quartier Hasquette 64249 Hasparren 05 59 20 47 81 if.paysbasque@gmail.com</p>
<p>IF Provence Janine Leca Maison des Associations Le Ligouers Place Romée de Villeneuve 13090 Aix 04 42 28 91 77 06 30 36 00 74 ifprovence@wanadoo.fr</p>	<p>IF Martinique Suzy Béroard Quartier Descailles 97215 Rivière Salée 06 96 01 94 54 suzy.beroard@orange.fr</p>	<p>IF Rhône-Alpes Georges Gidrol 9 Grande rue 69600 Oullins 04 78 19 74 41 ifrhone-alpes@wanadoo.fr</p>