

Transcription vidéo : Stratégies et interventions pour soutenir le développement de l'autorégulation

[Narratrice :] L'autorégulation est une compétence essentielle qui aide la capacité des jeunes à réagir aux situations d'une manière consciente, délibérée et réfléchie. Parfois considérée comme une fonction exécutive, l'autorégulation fait référence à la capacité de maîtriser ses impulsions et le contrôle des émotions. Selon des études, les élèves ayant des troubles d'apprentissage ont une capacité d'autorégulation moins grande par rapport aux autres élèves. Il est donc important d'intégrer les propres mesures et stratégies pédagogiques pour aider les élèves ayant des troubles d'apprentissage avec leurs difficultés d'autorégulation afin d'améliorer leurs aptitudes scolaires. Il est important de faire la distinction entre l'autocontrôle, l'autodiscipline et l'autodétermination, qui sont des processus différents qui englobent l'autorégulation.

[Dr Beaulne :] L'autocontrôle, c'est lorsqu'on travaille avec un enfant, par exemple, qui n'a pas développés comportements de base pour apprendre. Alors, au niveau des troubles d'apprentissage, souvent on va voir un profil d'un enfant qui n'est pas capable de rester assis, est pas capable de discriminer les stimuli. Alors, ne sait pas, dans l'information, dans le traitement de l'information, qu'est-ce qui est important et qu'est-ce qui ne l'est pas. Alors, c'est aussi un enfant qui n'est pas capable de s'organiser. Parce qu'on parle d'autorégulation ou qu'on parle de fonctions exécutives, c'est tout le temps de l'organisation cognitive. Alors, d'avoir un fil conducteur des idées. Et, au niveau autorégulation comportementale, c'est l'organisation de son matériel. Comment est-ce que je me prépare à apprendre. Alors, c'est beaucoup au niveau de l'autocontrôle. Souvent, aussi, à cause des échecs, on doit travailler l'aspect émotif. D'apprendre à prendre conscience des émotions qu'ils vivent. Comment les gérer, comment les nommer. L'autodiscipline, c'est lorsque l'enfant est rendu à une étape où ce qu'il prend l'initiative et est de plus en plus autonome. Ça veut dire que, au niveau intervention, pour nous, quand on travaille, c'est qu'il y a de moins en moins d'incitations qui sont données à l'enfant pour qu'il puisse compléter une tâche, pour qu'il puisse faire son travail. Persévérer à la tâche, de s'organiser, de planifier qu'est-ce qu'il doit faire en premier, en deuxième, en troisième... Alors, c'est vraiment la phase de l'autodiscipline. À cette étape-là, on est encore dans l'autorégulation, et autant les émotions que l'aspect social, y a des comportements qu'on veut voir. On commence un petit peu à travailler l'aspect cognitif. Sauf que lorsqu'on rentre dans l'autodétermination, qui est la dernière étape de l'autorégulation, c'est là on commence à avoir un enfant, un élève qui se donne des objectifs et des buts à atteindre. Et à partir de ce moment-là, les fonctions exécutives entrent en jeu.

[Narratrice :] Il existe plusieurs stratégies pédagogiques pour aider les élèves ayant des troubles d'apprentissage avec leurs difficultés d'autorégulation dans leurs tâches scolaires.

[Mme Lamarche :] La première chose qu'on doit faire, c'est que on doit apprendre à connaître nos élèves. Qui ils sont. Ils doivent nous connaître. Se sentir confortables. Savoir leurs forces. Savoir, stratégies, qu'est-ce qui fonctionne, qu'est-ce qui ne fonctionne pas. Puis, ensemble, c'est de les



mettre en marche. Donc, plusieurs stratégies que nous avons fait cette année. Nous avons fait des feuilles de route, donc, étape par étape, qu'est-ce qu'ils doivent faire pour se rendre du début à la fin. Nous avons fait plusieurs mises en situation, différents groupes d'âge. On parle beaucoup d'émotions, résolutions de problèmes. Si tu as une situation à l'école, dans la communauté, que ça soit avec quelqu'un d'autre ou tout seul, qu'est-ce que tu pourrais faire? Comment tu te sens? Que ton émotion c'est parfaitement normal. Comment réagir avec certaines émotions et la meilleure solution pour résoudre la situation. D'autres stratégies qu'on utilise comme personne de soutien, c'est de se positionner derrière l'élève. Que si l'élève a besoin, qu'il lève la main. C'est l'enseignant ou l'enseignante qui enseigne, et la personne de soutien qui redirige. On utilise beaucoup le non-verbal. On renforce très positif. On renforce les choses qu'on veut voir et on parle seulement des choses qu'on veut voir, et non ce qu'on veut pas voir. Donc, bravo, tu es bien assis au lieu de : assis-toi.

[Dr Beaulne :] Une des stratégies qui fonctionne super bien, c'est ce qu'on appelle l'amorçage. C'est de préparer, de tout le temps préparer l'élève avant des comportements, des attentes qu'on a envers lui ou elle. Et de, par la suite, surtout quand on a des troubles d'apprentissage, on est impulsif, on développe pas ce qu'on appelle le langage privé. Le langage privé, c'est très important dans la résolution de problèmes parce que c'est la capacité de me parler à moi-même de qu'est-ce que je vais faire en premier, qu'est-ce que je vais faire en deuxième et comment je peux avoir des options pour faire face à un travail, à une situation, un projet.

[Narratrice :] Plusieurs outils pour aider les élèves ayant des troubles d'apprentissage peuvent améliorer leur organisation. Braedon utilise cette fiche organisationnelle pour mettre de l'ordre dans ses tâches.

[Mme Lamarche :] Est-ce que tu peux expliquer qu'est-ce que c'est?

[Braedon :] Je fais, j'écris toutes les choses que je peux faire bien dans la journée. J'ai écrit des choses à la maison, à l'école, [inaudible], autres idées. Aujourd'hui, j'ai écrit beaucoup. Aujourd'hui, j'ai décidé que je fais, je fais. Je suis bien assis. Je fais mon travail.

[Linkoln :] Les enseignants m'ont aidé avec contrôler mes émotions et à savoir les mathématiques.

[Narratrice :] Linkoln utilise une feuille de points pour l'aider à contrôler ses émotions.

[Linkoln :] C'est ma feuille des points et quand je suis bon et je ne me fâche pas, elle me-j'ai des points boni. Et quand je suis bon, et là j'ai un autre point. Et si je me fâche et après je suis capable de me contrôler, j'ai cinq points de plus. J'ai pensé que c'était très bon toutes les journées.

[Narratrice :] D'autres stratégies, comme l'utilisation des acronymes en classe, contribuent aussi à la réussite scolaire des élèves.



[Linkoln :] J'utilise SPECCS, et SPECCS, c'est Situations marquantes, Pensées, Émotions, Comportements. Et aussi, j'utilise SODA. Stop, observe, décide, acte.

[Narratrice :] Il existe plusieurs stratégies environnementales qui favorisent la réussite des élèves ayant des difficultés d'autorégulation.

[Mme Després :] Les stratégies environnementales qu'on peut utiliser, c'est de faire certain que la classe est calme et très organisée. De plus, les élèves qui facilitent, qui nécessitent de l'aide, souvent on les met à la proximité de l'enseignante ou à proximité d'un endroit où que l'élève a accès à ses effets personnels comme ses cahiers ou des étuis. C'est la manipulation pour que ça soit plus efficace. Aussi, c'est efficace d'avoir un horaire pour eux. Savoir qu'est-ce qui s'en vient. Les attentes décrites dans la salle de classe. C'est les attentes soit de transition, ou même des attentes de comportement qui sont acceptables dans la salle de classe. Mais même, aussi, qu'est-ce qu'on doit afficher, c'est des stratégies qu'on peut utiliser pour les aider à résoudre des problèmes, mais aussi des stratégies à utiliser lorsqu'on écrit une histoire ou quand on résout un problème en mathématiques.

[Dr Beaulne :] Qu'est-ce qu'on travaille souvent, pour améliorer le langage privé, c'est que, au niveau comportemental, on va souvent leur donner une séquence de comportement qu'ils doivent avoir pour être bien préparés pour faire une tâche ou se mettre à une tâche, prendre l'initiative et tout ça. Et souvent aussi, qu'est-ce qu'on va faire, c'est que quand on va donner une consigne, la meilleure stratégie, avec ces enfants-là, c'est de leur faire dire à haute voix, de répéter ce qu'ils viennent d'entendre pour comprendre, voir s'ils ont saisi la matière. S'ils ont retenu l'information ou s'il manque des morceaux de cette information-là, on peut les remplir. Et de tout le temps s'assurer que quand l'enfant quitte pour aller compléter la tâche ou se mette à la tâche, que ce qu'il nous a répété, c'est la séquence de ce qu'il doit faire en premier. L'autre chose, aussi, c'est qu'il y a beaucoup de vérification à faire quand on travaille avec ces élèves-là. Alors souvent, on va leur demander, on va leur expliquer un numéro à faire. Ils vont le faire, on va leur demander de lever la main. On va vérifier, corriger au besoin. Et après ça, on les remet à la tâche. L'erreur qu'on a fait par le passé, ça été de tout le temps sur-corriger. Et plus que tu sur-corriges un enfant qui a déjà des difficultés, moins il veut performer par la suite. Alors, c'est beaucoup d'utiliser le renforcement positif et de tout le temps renforcer les comportements que tu veux voir. Alors, on vient d'un système très punitif, mais maintenant, qu'est-ce qu'on comprend, c'est que plus tu renforces le comportement que tu veux voir, plus y a, plus c'est positif et plus l'enfant est motivé à vouloir continuer à performer pour vous. Et l'autorégulation le dit, c'est la capacité de soi-même s'autoréguler. Alors, une de meilleures stratégies utilisées, c'est de demander à l'élève lui-même d'identifier un objectif qu'il veut sur le plan pédagogique et un objectif qu'il veut au niveau de l'autorégulation pour être capable de tout le temps jumeler les deux. Et qu'il y ait du succès dans les deux domaines.

[Narratrice :] Il faut assurer un environnement de confiance entre les élèves et le personnel de l'école. Il est important de bien apprendre à connaître les élèves et de s'assurer qu'ils soient dans un environnement où ils se sentent à l'aise, et où ils peuvent trouver de l'aide quand ils en ont besoin.



[Mme Lamarche :] Voici comment qu'on travaille avec certains élèves ici en CRT. On apporte un élève ici, où est-ce que c'est calme. Qu'on puisse comprendre sentiments et tout ce qu'il se passe dans leur vie. Qu'il se sente confortable, qu'il n'est pas jugé. Puis, avec le temps, il sent qu'il peut nous parler de n'importe quoi. Puis on parle d'émotions. Il apprend les différentes façons et les différentes émotions. Il ne savait pas qu'il pouvait se sentir de différentes façons. On peut l'intégrer avec la classe et on le partage aussi avec la famille. Donc, la famille est au courant avec chaque étape qu'on prend. On partage les succès qu'on a faits ici. Maintenant, nous, on va en salle de classe avec eux, petit peu par petit peu pour qu'il se sente confortable dans sa classe et que ici aussi. C'est pas tout de suite trois heures. C'est tranquillement avec nous. S'il a besoin d'aide, on est là ou au besoin.

[Narratrice :] Les évaluations doivent être adaptables aussi aux besoins des élèves afin de les aider avec leurs difficultés d'autorégulation.

[Beaulne :] Toute évaluation doit être adaptée selon le profil de l'élève. Ce qui veut dire que par moment, des fois, la demande peut être que cet élève-là, on lui donne une page à la fois de qu'est-ce qu'il doit faire avec des choses qu'il a compris de ces apprentissages. C'est aussi de lui permettre de-parce que c'est très difficile, parfois, de transposer des cognitions sur papier. D'avoir l'opportunité que si on voit qu'il a de la difficulté, par écrit, qu'on puisse lui donner la chance oralement de nous expliquer. S'il faut, qu'il puisse utiliser une carte conceptuelle, de mettre tous les concepts qu'il comprend, qui est relié à cette question-là. Puis après ça, on peut lui poser des questions face à ça. De donner un début et une fin. Parce que sinon, l'anxiété fait que il va persévérer, essayer de comprendre et souvent, c'est qu'il va même pas mettre l'effort parce qu'il pense qu'il sera pas capable de réussir. Si on veut mesurer si l'enfant a compris, pourquoi pas offrir des choix multiples? Alors, si tu veux vraiment voir si un élève comprend, tu peux aussi donner, développer tes tests d'une façon qui permette à l'enfant de donner ce qu'il sait, ce qu'il comprend. C'est ça le but d'apprendre. C'est qu'est-ce que je comprends jusqu'à présent, qu'est-ce que j'ai retenu comme information. Et d'essayer le plus possible de tout le temps le rendre concret, dans le sens qu'il vit dans son quotidien. Alors, de demander des exemples, comment est-ce que tu peux utiliser cette connaissance-là dans ta vie de tous les jours. Pour faire des liens, pour qu'il prenne conscience qu'il a besoin de cette information-là et qu'elle va servir à quelque chose.

[Mme Després :] Durant les évaluations, on doit s'assurer que, encore une fois, que l'endroit est calme, organisé. Et que tous les outils que l'élève aura besoin, soit un magnétophone, l'ordinateur ou le matériel de manipulation, qu'il est disponible pour eux. Il peut avoir un système de renforcement. Qu'il lève sa main lorsqu'il a besoin de l'aide. Qu'il se met à la tâche, que la tâche est complète. Et c'est un système de crochets. Et à la fin, il peut se mériter un privilège.

[Narratrice :] Les stratégies intégrées en classe peuvent très facilement être aussi transmises à la maison, afin que les jeunes puissent transférer les habiletés apprises en classe dans leurs vies de tous les jours.

[Mme Lamarche :] Les stratégies, on les partage toujours en rencontre. Quand on rencontre les parents. C'est pas quelque chose que tu veux envoyer par courriel. C'est plus quelque chose que tu



veux expliquer, qui fonctionne. Même qu'on leur montre avec un Ipad, avec un vidéo. Voici qu'est-ce qu'on a vu avec votre enfant, qui fonctionne. Si vous voulez l'utiliser à la maison, c'est leur option, mais c'est toujours un choix pour les parents.

[Narratrice :] Il faut avoir les stratégies et les outils appropriés pour les élèves ayant des troubles d'apprentissage afin de les aider à améliorer leur autorégulation. Avec les instruments adéquats, les élèves pourront adapter leurs compétences dans la vie de tous les jours. Cela aura un effet positif sur leurs aptitudes sociales et leur donnera une meilleure estime de soi pour ainsi avoir un plus grand succès à l'école. Pour plus de renseignements, visitez notre site web TAalecole.ca

