



livre d'ici

Mobilité mentale : plus d'imagination !

Pas de mobilité mentale sans imagination !

Petits conseils et grands effets

La première syllabe de son nom ne le prédestinait pas à cela. Alain Sotto est psychopédagogue, spécialiste en neuropédagogie et en psychologie de la connaissance. Depuis plus de 20 ans, il aide des enfants et des adultes en difficultés d'apprentissage. Il intervient régulièrement en radio et télévision comme consultant, il est notamment l'auteur solo ou collectif de plusieurs ouvrages : "Donner l'envie d'apprendre" et "Aidez votre enfant à réussir". Un guide à l'usage des parents (Hachette Education). Il partage sa vie professionnelle entre Paris et la Drôme-Grignan.

Booster la communication

Votre enfant a du mal à comprendre, à apprendre. Il reste scotché devant ses écrans et l'oreille soudeuse à son téléphone. « Mais qu'est-ce qui l'intéresse ? » Aux parents qui reprochent à leur enfant de ne pas les écouter, Alain Sotto épingle la force des habitudes. Elle est telle que plus l'on connaît celui qui parle, plus on a mémorisé d'informations sur son style de communication, moins l'on prête attention à ce qu'il dit. Dommage donc pour les familles ! Mais pas question de s'en tenir à ce constat pessimiste. En vérité, il n'est jamais trop tard pour instruire les enfants. Et Alain Sotto de proposer à travers son livre "Que se passe-t-il dans la tête de vos enfants" des pistes inspirées des dernières avancées des neurosciences adaptées au changement d'époque pour une nouvelle pédagogie. Son livre fourmille de remarques éclairées emperlées d'exemples et d'exercices pour tous les âges et

autant de conseils à mettre en œuvre au quotidien en reformatant les habitudes au sein de la famille.

La méthode Sotto

Le point fort de la méthode Sotto repose sur le langage intérieur qui permet de dialoguer avec soi, plus ou moins abondamment. On se parle à soi-même comme on parlera à voix haute et ainsi on quitte le verbiage et le flou pour une pensée efficace. Moins un enfant se parle dans la tête, moins il se construit d'images visuelles et moins il possède les moyens de mémoriser ou de réfléchir, moins il a de mobilité mentale. Un des premiers exercices consistera, par exemple, à prendre un objet simple, comme une bouteille d'eau minérale. L'enfant est alors invité à la décrire, à la toucher, puis à la manipuler mentalement en l'agrandissant, en la pliant, en l'utilisant ou en lui créant une histoire. Cette possibilité de se projeter dans un objet représente une source d'inventivité infinie ou les processus mentaux se mettent en phase pour un fonctionnement optimal.

Un exercice de création d'images fait découvrir à l'enfant la mobilité de son esprit, esprit que lui seul peut piloter pour apprendre et comprendre. Pour Alain Sotto, pas de mobilité mentale ni d'anticipation sans imagination ! Le discours intérieur, dont on ne parle pas à l'école, anime la vie mentale et intellectuelle. C'est le premier stade de la compréhension, indispensable pour se hisser à des niveaux d'abstraction plus difficiles. Analyse, compréhension, mise en perspective, induction, deduction, toutes ces activités nobles de la pensée ne sont possibles que si l'enfant se parle dans sa tête et qu'il apprend ainsi à penser,



Des pistes inspirées des dernières avancées des neurosciences...

à réfléchir

Apprendre, c'est s'incarner dans la chose lue ou entendue. Ce qui n'existe pas en images, en mots, en sens dans l'esprit est de l'impensé, du non-acquis. Ainsi l'élève qui, dans l'apprentissage d'une leçon, revoit dans sa tête la page de son cahier avec son écriture et les paragraphes surlignés, réalise un parcours visuel. S'il peut le "destocker" habilement le jour du contrôle, il n'y a plus accès quelque temps après parce que la connaissance n'a pas été "incarnée" en lui. Il n'a active que la partie automatique, mécanique de son esprit. Il est dans l'impensé. En classe, un acquis est ce que l'élève est capable d'expliquer avec ses propres mots, quitte à utiliser ensuite les mots précis de la discipline. **Marie-Claude Jarras**

Alain Sotto "Que se passe-t-il dans la tête de vos enfants?", Editions **[Ixelles]** 9,90 euros