

Gérer ses finances, préparer un repas, écrire une dissertation, conduire une voiture : autant d'activités a priori différentes qui mobilisent ce que l'on appelle les « fonctions exécutives ».

La situation suivante illustre bien la mobilisation des fonctions exécutives.

Pour conduire une voiture, il faut savoir quoi faire et dans quel ordre :

- Passer les vitesses (retirer le pied de la pédale/débrayer/actionner le levier de vitesse/embrayer lentement/accélérer...)
- Tourner le volant,
- Actionner le clignotant
- Appuyer sur les pédales selon l'objectif immédiat (accélérer, ralentir, stopper...),
- Tout en restant attentif à l'environnement (regarder dans le rétroviseur...).

Donc beaucoup d'actions à enchaîner avec la bonne chronologie.

Tout ceci est piloté par nos **fonctions exécutives**.



Lien vers la vidéo:
<https://www.canal-u.tv/chaines/af/aspie-friendly-la-serie/6-organisation-et-planification>



Les fonctions exécutives permettent de savoir ordonner une suite d'actions et de pensées afin d'atteindre un but précis dans un temps donné.

Grâce à elles nous sommes capables

- de planifier des tâches,
- de prendre des décisions,
- de résoudre des problèmes,
- d'organiser nos pensées,
- de jongler entre différentes activités...

Les fonctions exécutives c'est aussi avoir **une flexibilité mentale** permettant de changer de stratégie quand on fait une erreur ou en cas d'imprévu!

Ex:

Pour un étudiant, au cours d'une journée, il peut s'agir de :

- | | | |
|---|----------------------|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Mettre un devoir à rendre dans le casier d'un enseignant (savoir localiser ce casier, prévoir le temps pour s'y rendre...) • Rendre un livre à la BU (programmer l'itinéraire pour s'y rendre...) • Rappeler sa mère avant une certaine heure (se libérer à un moment, dans un lieu calme et sans bruit...) • Rédiger la liste de courses avant un moment donné... | <p>Ou
encore</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Faire le ménage (prévoir le temps et le moment nécessaires [ne pas faire de bruit en pleine nuit → théorie de l'esprit]) • Finir un travail de groupe. • Recharger sa carte pour aller manger au RU. • Aller en cours. .. |
|---|----------------------|--|

En bref

Les fonctions exécutives interviennent dans tout ce que l'on fait au quotidien, que ce soit à la maison ou à l'université pour savoir comment initier, finir un travail et rester attentif.

Elles sont indispensables à l'autonomie de la personne et jouent un rôle clé dans les apprentissages.

Pour les personnes "neurotypiques" les actions s'enchaînent généralement de façon automatique et cela consomme peu de ressources cognitives.

Pour les personnes TSA un contrôle est quasi permanent, indispensable et très coûteux en ressources cognitives (ces ressources, aussi dites "attentionnelles", sont limitées).

De nombreuses personnes autistes, pas toutes, présentent un dysfonctionnement exécutif. Ces personnes vont avoir des difficultés à élaborer un plan d'action et à organiser leurs pen-



Dans une salle de classe en situation d'évaluation, une étudiante est penchée sur le sujet de son devoir et la consigne :

« Comparez ces jugements rendus par les tribunaux civils, et commentez »



Décodage:

Cette consigne d'examen, relativement floue, pose un gros problème à une étudiante autiste ayant des difficultés avec les fonctions exécutives.

Par où commencer? Quelles sont les étapes de raisonnement attendues? Combien de temps doit-on accorder sur chacune des étapes du travail?

L'étudiante peut formuler des informations non attendues, mais, pire, ne sachant véritablement que faire, rendre une copie blanche en raison d'un véritable blocage.

A noter: la formulation du sujet met également en jeu la difficulté de l'étudiante autiste à comprendre l'implicite (voir épisode correspondant de la série).

Quelques suggestions pour pallier ces difficultés de fonctions exécutives :

Conseil

En situation d'examen :

- Donner une consigne à la fois
- Donner les consignes par écrit
- Expliciter la consigne le plus possible
- Proposer une liste d'étapes à conduire pour atteindre l'objectif
- Être factuel en détaillant ce que la personne doit faire
- Préciser quel est le standard de réussite attendu
- Indiquer précisément le temps donc elle dispose
- Utiliser un Timer afin de matérialiser visuellement le temps qu'il reste pour effectuer la tâche
- S'assurer en demandant à l'oral que les consignes sont bien comprises, en faisant répéter les points essentiels si nécessaire.

L'explicitation de la consigne et des étapes à mener pour y répondre peut sembler fastidieuse mais elle est cruciale dans la phase initiale d'apprentissage, et elle sera utile à tous les étudiants. Vous aurez ensuite la possibilité de diminuer progressivement cette aide pour construire l'autonomie de la personne autiste.

Conseil

Organiser et aider à s'organiser :

- Vous pouvez organiser l'**espace de travail**, lors d'un TD par exemple, pour que ce qui est à faire soit placé à gauche de l'étudiant, ce qui est en train d'être fait soit devant lui et ce qui est fait à sa droite. Cela l'aidera à mieux se repérer dans le déroulement de l'activité.
- Lorsque vous décrivez l'activité à réaliser, vous pouvez la **découper en sous-tâches** et préciser un **ordre de priorité**.

L'enseignant peut ainsi jouer un rôle déterminant assez large notamment pour aider l'étudiant à s'organiser au cours du semestre et lors de ses révisions.

Conseil

Pour le **travail en groupe**, il faut parfois s'assurer que :

- Les étudiants ont échangé entre eux leurs numéros de téléphone, email, ou ont bien créé un groupe Whatsapp, etc.
- Puis vérifier que chacun du groupe sait ce qu'il doit faire.
- S'assurer que le groupe a défini quand, comment et combien de fois le groupe devra se réunir pour travailler ensemble.

En savoir plus:

<http://formation.aspie-friendly.fr/>

<https://www.enseignementsup-recherche.gouv.fr/fr/exemples-rencontres-dans-le-contexte-du-suivi-des-enseignements-46565>