

Les fonctions exécutives

Organiser, planifier, s'adapter...



Les fiches Solutions-Ergo

1 POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

Les **fonctions exécutives** regroupent un ensemble de capacités cognitives qui permettent de gérer ses pensées, ses actions et ses émotions pour atteindre un but.

On les compare souvent à un **chef d'orchestre** qui coordonne le cerveau : sans elles, impossible de planifier, de s'organiser ou de rester concentré.

Chez de nombreux enfants avec DYS, TDAH ou TSA, ces fonctions sont fragilisées, ce qui impacte directement la vie scolaire et quotidienne.

2 LES GRANDES COMPOSANTES

- **Inhibition** : résister à une distraction, attendre son tour, contrôler un geste.
- **Mémoire de travail** : garder en tête une consigne pour l'appliquer.
- **Flexibilité cognitive** : changer de stratégie, s'adapter quand la première ne marche pas.
- **Planification et organisation** : prévoir les étapes pour réussir une tâche complexe.
- **Auto-régulation** : gérer ses émotions et ajuster son comportement.

3 COMMENT ÇA SE VOIT EN CLASSE ?

- Oublis fréquents : consignes, matériel, étapes d'un exercice.
- Difficulté à suivre une tâche longue ou à terminer un travail.
- Blocage devant une consigne nouvelle ou imprévue.
- Organisation du cartable, du cahier ou de la copie très chaotique.
- Réactions disproportionnées face à l'échec ou au changement.
- Besoin d'une aide constante pour structurer le travail.

4 ERREURS FRÉQUENTES D'INTERPRÉTATION

- On pense parfois que l'enfant "ne fait pas attention" ou "ne veut pas travailler".
- En réalité, c'est la **gestion cognitive** qui pose problème, pas la volonté.
- Ces difficultés ne sont pas toujours visibles en test d'intelligence : un enfant peut avoir un bon raisonnement mais échouer à l'école faute d'organisation.

5 STRATÉGIE POUR SOUTENIR

- **Routines visuelles** : emploi du temps, étapes affichées.
- **Consignes fractionnées** : donner une étape à la fois.
- **Outils d'organisation** : check-list, codes couleurs, agenda adapté.
- **Aides extérieures** : accompagnement ergothérapeutique pour planifier et automatiser certaines tâches.
- **Valorisation** : féliciter l'effort d'organisation, même si le résultat est imparfait.



6 CE QU'IL FAUT RETENIR

- ☛ Les fonctions exécutives sont essentielles pour organiser, planifier et s'adapter.
- ☛ Leur fragilité explique beaucoup de difficultés scolaires chez les enfants DYS, TDAH ou TSA.
- ☛ Ces troubles ne reflètent pas un manque d'intelligence, mais un déficit de gestion cognitive.
- ☛ Des outils simples (visuels, routines, check-lists) et un accompagnement spécialisé peuvent transformer la réussite scolaire et l'autonomie.