

La fonction exécutive

Comme son nom l'indique, la fonction exécutive est la capacité d'accomplir (ou exécuter) des tâches, de gérer le déroulement de la journée et de demeurer en sécurité. Cette fonction compte plusieurs éléments connexes :

- Attention
- Résolution de problèmes
- Souplesse mentale
- Mémoire
- Maîtrise de soi
- Planification
- Organisation
- Établissement de priorités
- Attention à la tâche
- Vitesse de traitement mental

Dans ses activités de tous les jours, l'enfant doit apprendre à :

1. Envisager une action et formuler ses idées.
2. Entreprendre l'action.
3. Terminer chacune des étapes de l'action.
4. S'ajuster pour passer à l'étape suivante.
5. Réguler, contrôler et ajuster son comportement pour s'adapter aux changements et aux nouvelles informations en cours de route.
6. Établir une tactique pour relever un problème imprévu ou un changement.
7. Retenir les détails dans sa mémoire de travail.
8. Maîtriser ses émotions.
9. Penser de manière abstraite.
10. Déterminer quand la tâche est terminée et passer à une autre activité.

Stratégies pour favoriser la fonction exécutive

1. Utilisez une minuterie pour indiquer clairement quand entreprendre une tâche, quand y mettre fin et quand passer à une autre tâche.
2. Divisez les tâches en étapes et utilisez des listes, des notes autocollantes ou des indices visuels.
3. Utilisez un horaire visuel pour indiquer les étapes ou le déroulement de la journée.
4. Fixez des étiquettes indiquant le nom des objets ou le contenu des bacs. Affichez des photos indiquant où ranger les objets.
5. Utilisez diverses stratégies de mémorisation : diviser l'information en tranches, prendre des notes, répéter l'information mentalement ou verbalement, utiliser des messages ou des images, demander à l'élève de répéter la consigne, confirmer que l'élève est attentif au moment de lui donner des instructions, fournir à la fois des instructions verbales et par écrit, et ne pas donner plus de deux consignes à la fois.
6. Pour faciliter la planification et l'établissement de priorités, dressez une liste de tâches. Numérotez les tâches par ordre d'importance. Dans le cas d'élèves plus âgés, indiquez le temps à consacrer à chacune des tâches.
7. L'inattention peut s'expliquer par des besoins sensoriels non satisfaits, par la frustration, par l'ennui ou par des difficultés d'autorégulation. Certains élèves

parviennent difficilement à passer d'une tâche à l'autre. En comprenant la raison d'être des comportements d'inattention, vous serez mieux en mesure d'appuyer l'élève.

Le site The OT Toolbox propose diverses activités liées à la fonction exécutive : www.theottoolbox.com/executive-functioning-skills (en anglais).