

Billet d'humeur : NON aux kits de Gestion Mentale! NON aux simplifications abusives,

Par Anne Moinet-Lorrain, publié dans la Feuille d'IF n°31 de décembre 2015.

Cela fait 25 ans cette année que j'anime des formations sur la gestion mentale et, très fréquemment, dans l'élan enthousiaste de leurs premières découvertes, les participants me demandent comment il se fait que cette approche n'est pas plus répandue. Ils estiment souvent qu'elle devrait être enseignée aux futurs instituteurs et imposée à tous les enseignants. Il est très difficile de leur faire admettre que la démarche constitue un réel changement des habitudes pédagogiques, ce qui n'est pas évident à atteindre, que pour être réellement efficace, elle demande à être approfondie dans toute sa complexité et que, de toute manière, imposer une façon de regarder le monde et les autres n'a jamais abouti à un réel changement de mentalité. Par ailleurs, le travail de l'accompagnateur pédagogique ne se centre pas seulement sur ses apprenants, il lui demande aussi de mieux se connaître lui-même sur le plan cognitif, afin de ne pas projeter son fonctionnement sur les autres. Et cette découverte de soi constitue également une tâche inhabituelle, qui demande une remise en question coûteuse en énergie et en temps si on veut la mener en profondeur. L'enjeu est de taille!

Même si on peut très vite mettre en œuvre certaines pratiques inspirées par la gestion mentale, quand on veut s'approprier la démarche d'une manière créative et subtile, il faut du temps, de l'entraînement et le sens des nuances. Il faut donc se former, pratiquer, échanger... Dans la durée, pas dans la précipitation et la simplification.

Or on assiste pour le moment à une diffusion "sauvage" de cette approche, à une large distribution de Gestion Mentale en kit et cela me paraît redoutable, parce que la caricature risque de faire perdre tout crédit à une approche qui, finement utilisée, apporte un soutien réel aux apprenants. En voici deux exemples.

Une caricature belge très officielle

La Communauté Française Wallonie/Bruxelles vient de diffuser dans toutes ses écoles un PIA (Plan Individuel d'Apprentissage) dont il est dit en toutes lettres qu'il est inspiré de la Gestion Mentale. On peut le lire en allant sur le site:

<http://www.wallonie-bruxelles-enseignement.be/index.cfm?page=outilPIA&profil=ens>.

Pour débiter, on propose à l'élève de répondre à un test écrit intitulé "*Test sur les évocations mentales*" (titre pléonastique : que je sache, l'évocation est nécessairement mentale). En fait, ce test mêle joyeusement des questions portant sur:

- les préférences perceptives : préfère-t-on regarder une vidéo indiquant comment monter une tente ou écouter une explication? Préfère-t-on au cours regarder des photos ou un enregistrement? Préfère-t-on un schéma ou un texte écrit?

- les préférences évocatives : quand on pense à un pays, revoit-on une carte ou se dit-on le nom? Quand on pense aux schtroumpfs, entend-on dans sa tête la chanson du film ou voit-on mentalement les dessins des petits hommes bleus?
- les préférences en production : à propos d'un groupe de camarades croisé le matin, peut-on répéter ce qu'ils ont dit ou peut-on dire comment ils étaient habillés?

Il est vraiment essentiel de ne pas confondre ces trois étapes. Ce n'est pas parce qu'un apprenant préfère voir des informations qu'il les évoque visuellement dans sa tête : il peut très bien se les commenter. Ce n'est pas parce qu'on peut dire comment quelqu'un était habillé qu'on le revoit dans sa tête : on peut très bien s'être fait un commentaire à ce sujet. Ce test ne peut en aucun cas donner à l'élève des informations fiables sur ses dominantes évocatives et encore moins le guider dans ses pratiques. Et pourtant, c'est bien ce à quoi il prétend aboutir, faciliter l'apprentissage : *"Tu peux t'appuyer sur cette conclusion pour t'aider dans tes études : par exemple, étudier en faisant des schémas si tu as l'habitude de voir des images dans ta tête ou étudier en récitant à voix haute si tu as l'habitude d'entendre des paroles dans ta tête."* De tels conseils sont vraiment très généraux; ils risquent de ne pas être adéquats, mais à coup sûr ils sont insuffisants.

Le texte insiste sur l'intérêt qu'il y a à compléter ses habitudes mentales : *"Mais il faut surtout retenir que pour être performant, il est important de devenir capable de produire dans ta tête à la fois des évocations visuelles et des évocations auditives."* Certes, mais comment faire?

Suivent *"Quelques conseils pour améliorer ton travail pendant les trois moments clés de la vie scolaire" (en classe, à la maison, face à un contrôle)*. La plupart de ces conseils concernent le contexte (éliminer le GSM, travailler au calme...) ou les actions (relire, refaire les exercices, faire des fiches), mais certains visent ce que l'élève doit faire dans sa tête: ils proposent *"Améliore tes habitudes mentales"*. On y retrouve la même idée que l'évocation doit être de même nature que la perception, ce qui n'est pas nécessairement le cas et peut même freiner la compréhension, qui demande une "traduction" mentale de l'objet d'information :

- *regarde ce qui est écrit ou dessiné au tableau en sachant que tu dois pouvoir le réécrire ou le redessiner mentalement;*
- *en même temps, écoute ce que dit le professeur en sachant que tu dois pouvoir te le redire mentalement.*

Dans un souci de faire progresser, on ajoute dans la foulée:

- *Lorsque tu vois une image dans ta tête, essaie de te raconter au même moment ce qu'elle présente;*
- *lorsque tu te souviens de ce qui a été dit, essaie de te faire au même moment une image visuelle de ce que cela représente.*

C'est méconnaître l'itinéraire mental qui amène à utiliser d'abord sa langue pédagogique première, puis la langue seconde, rarement les deux en même temps.

Par ailleurs, on constate que le focus est mis presque exclusivement sur les langues pédagogiques. Une fois de plus, on réduit la Gestion Mentale à une opposition entre

Visuel/Auditif! Le document donne quelques vagues indications sur les gestes mentaux, mais rien qui soit réellement utilisable : "*Faire attention, comprendre, analyser, mémoriser, tout cela veut dire faire exister dans sa tête sous forme d'images visuelles et auditives des objets ou des idées perçus. L'esprit s'approprie ces images, les classe, les compare, les transforme, et les retient pour s'en resservir plus tard.*"

Bien sûr, les autorités attirent l'attention sur l'importance de l'évocation, mais c'est fait de manière tellement réductrice et confuse que je me pose la question de savoir si cela constitue réellement un progrès. On risque de communiquer aux élèves des représentations inexactes de leur profil pédagogique. Il n'est pas rare que, lors d'entretiens individuels, j'entende un jeune me déclarer : "Moi, je suis visuel.", comme si tout était dit. Et la plupart du temps, il s'agit d'une préférence perceptive ou d'un grand besoin d'images visuelles de la réalité, qui ne préjuge nullement de la forme que prennent les évocations lors d'un raisonnement, par exemple. L'intérêt est-il d'étiqueter ou d'amener une prise de conscience de ses ressources?

Il faut rappeler que la Gestion Mentale est avant tout une *Pédagogie des gestes mentaux* et que c'est donc la manière dont, **en réponse à un projet**, l'apprenant articule **les gestes mentaux** lui permettant de s'approprier des informations qui est au centre de la démarche. Bien sûr la forme des évoqués joue un rôle dans ses stratégies, mais elle n'est qu'un des éléments qui les caractérisent. C'est bien de conseiller à l'élève de revoir une information montrée dans sa tête et de se la reparler, mais qu'a-t-il à faire de cette information? Il ne va pas la traiter de la même façon s'il s'agit de la mémoriser ou de la comprendre, par exemple.

Un produit de grande consommation made in France

Actuellement, en France, beaucoup d'écoles accueillent à bras ouverts des formations au titre prometteur qui se targuent de relancer l'enthousiasme des enseignants à coup de "Pédagogie positive". La gestion mentale est l'un des outils que propose cette joyeuse équipe, mais faut-il s'en réjouir? On peut se poser la question, quand on lit le livre d'Audrey Akoun et d'Isabelle Pailleau intitulé *Apprendre autrement avec la Pédagogie positive - A la maison et à l'école, (re)donnez à vos enfants le goût d'apprendre*, publié en 2013 chez Eyrolles.

Certes, l'ouvrage est agréablement présenté, aéré, structuré, joliment illustré. Il exprime en termes clairs des idées dont beaucoup sont pertinentes et il a le souci de fournir des exemples. Il analyse bien les causes et les conséquences sociales des difficultés d'apprentissage. Il a le mérite d'accorder une place aussi importante au corps, au cœur et à la tête, en empruntant à la fois des idées et des pratiques à diverses approches (sophrologie, communication non violente, neurosciences, méditation en pleine conscience, MindMapping ... et gestion mentale). Un peu de tout... Je comprends que ce volume se vende bien : sur le plan des contenus il rassemble tout ce qui est au hit-parade du prêt-à-porter pédagogique dans le style "il n'y a qu'à", il est rassurant, plein d'humour et son "look" est lui aussi tout à fait dans le vent. Il peut rassurer et guider un peu, mais...

A propos de la gestion mentale et du Mind Mapping tout au moins, j'y ai trouvé des dérives qui deviennent fréquentes et qui m'inquiètent.

La gestion mentale défigurée

Tout d'abord, il faut noter que l'une des deux auteures a suivi une formation en gestion mentale. Nulle part il n'est spécifié qu'elle est formatrice. Or nous savons que personne ne peut vraiment s'approprier la démarche en quelques journées de formation non certifiante. C'est une dérive de notre époque: apprenez à pratiquer l'hypnose en une journée, devenez coach et trois jours, etc. Comme si on pouvait devenir expert de tout et de rien en quelques heures...

Quand on lit la bibliographie en fin d'ouvrage, on s'aperçoit que la seule référence à la GM est le livre de Geneviève Cattan, préfacé par Antoine de La Garanderie et publié chez Bayard en 1988 : *Tous les enfants peuvent réussir*. Il s'agit d'un livre destiné au grand public qui date des débuts de la Gestion Mentale. Les deux autres livres cités sont deux volumes d'Armelle Géninet consacrés aux mandalas. Ce sont des ouvrages pratiques intéressants, certes, mais ce sont des ouvrages de vulgarisation et ils ne permettent en aucun cas de comprendre la GM en profondeur.

Cette légèreté se confirme malheureusement quand on lit les passages consacrés à la gestion mentale.

- ***Des confusions entre perception/évocation/action***

Bien sûr, on a droit cette fois encore aux inévitables tests permettant au lecteur de savoir s'il est "visuel", "auditif" ou "kinesthésique" : quand vous lisez (sic) le mot "*chocolat*", revoyez-vous "*le mot qui s'inscrit comme sur un tableau*", vous répétez-vous le mot ou avez-vous le goût du chocolat dans la bouche? Et ils débouchent sur des commentaires tout aussi inévitables qui peuvent entretenir une confusion fréquente (et regrettable) entre perception et évocation, puisqu'on vous suggère de revenir sur vos réponses en affirmant : "*Vous allez voir que vous aurez mis en action davantage votre vue, votre ouïe ou votre odorat. Ce qui peut vous fournir une première information sur vos préférences évocatives.*" (p.50) La phrase fait penser à des réactions sensorielles, alors que l'on veut décrire des modalités évocatives. Plus loin, parlant d'un dessin que l'on propose au lecteur de mémoriser à l'identique, on lui suggère de faire faire le même exercice à son enfant et de comparer les deux stratégies : "*En effet, il existe un décalage de perception. Ce qui se passe dans votre tête n'est pas forcément la même chose que ce qui se passe dans la tête de votre enfant.*" (p.52) L'auteure veut parler de décalage d'évocation, pas de perception! Evocation et action sont également confondues, quand on recommande aux parents de vérifier *ce qui se passe dans la tête* de leurs enfants et, pour cela, on leur demande de ne pas proposer leur méthode à coups de "*Répète plusieurs fois*" ou "*recopie le texte plusieurs fois, tu vas l'imprimer dans la tête*". (p.51) Ces injonctions portent sur des comportements extérieurs, qui ne nous disent rien de ce que le sujet a en tête. Qu'elles soient stériles, nous n'en doutons pas, mais qu'elles concernent les évocations, non! Or, dans la pratique de la Gestion mentale, la distinction entre les différentes étapes (entrée de l'information, traitement de l'information, production à partir de l'information) est fondamentale.

- ***une simplification des profils et une palette évocative brouillée***

Les auteures présentent trois profils d'apprentissage : visuel, auditif ou verbal et kinesthésique de manière très simple (p.53) "*Certains d'entre nous ont des préférences de modes d'évocation (on parle aussi de langues pédagogiques) qui vont déterminer notre profil d'apprentissage*". Elles précisent cependant que "*Nous n'avons pas un seul et unique mode*

d'évocation. En fonction de la tâche que nous effectuons, nous mixons parfois plusieurs modes d'évocations."Classer les gens en fonction de la langue pédagogique dominante me paraît réducteur et croire que la mixité de ce langage intérieur est uniquement liée à la tâche ne me semble pas exact. Un peu plus loin, les auteures justifient leur bref balayage de la gestion mentale : "...l'idée essentielle est de pouvoir augmenter la palette de tout ce qui se passe dans la tête (que l'on appelle "palette évocative")." (p.53) Aucune mention des gestes mentaux à ce moment-là, comme si cette palette n'était pas au service de ces gestes. Suit un schéma heuristique centré sur "Je fais exister dans ma tête" (p.55) qui détaille ladite palette : sur la branche "Quoi?", on retrouve les paramètres, sur la branche "Comment?", les langues pédagogiques, sur la branche "Où?", l'Espace et le Temps, mais ce qui m'interpelle, c'est la 4ème branche, celle du "Qui?". Elle veut décrire la 1ère et la 3ème personne et le commentaire qui l'accompagne me paraît correct, sauf qu'il prétend répondre à la question "Qui évoque?" (p.54) et là, je retrouve une difficulté fréquemment rencontrée en formation : **c'est toujours le sujet qui évoque**, les "personnes" prennent en compte sa présence plus ou moins forte, son implication, dans ses évoqués. C'est comparable à ce qui se passe dans l'écriture : c'est toujours l'auteur qui écrit, mais il peut disparaître de son texte quand il informe de manière neutre ou au contraire se montrer explicitement en utilisant le "je". Je n'ai pas compris le graphe correspondant à la branche "Qui?" Il se divise en deux branches : "Moi" et "Autre". Cette dernière branche se prolonge en "3ème personne", alors que la branche "Moi" se subdivise en "Je" et en "1ère personne". "Je" serait-il le penseur et "1ère personne" son implication dans l'évoqué? Cela me paraît confus et susceptible de mener à des analyses erronées. Quelqu'un qui a une dominante en 3ème personne a souvent besoin d'évoquer fidèlement d'abord, avant de traduire ou transformer de manière plus personnelle, afin d'imaginer ou de comprendre. Mais si on s'obstine à remarquer que cette personne emploie souvent le pronom "je" et qu'on en conclut que ses évoqués sont prioritairement en 1ère personne, non seulement on commet une grossière erreur d'analyse (tout locuteur parle de lui en disant "je"), mais on risque de faire des propositions qui vont le priver de cette fidélité première indispensable pour lui.

Dans le chapitre intitulé "Préparer sa tête à travailler", trois pages sont consacrées à "Faire de la place dans sa tête et se mettre en projet". Parfait! Nous savons à quel point la mise en projet est le moteur de l'apprentissage! Sauf qu'il n'est question ici que de préciser les objectifs, c'est-à-dire les résultats extérieurs attendus par le parent ou l'enseignant : "Il est donc important de définir au démarrage l'objectif du travail qui va être fait. Par exemple : "tu vas lire ce texte pour comprendre quels sont les personnages et me le dire"..." (p.69) Même si un exemple cité illustre bien un projet inadapté (mémoriser pour réciter à sa mère dans l'heure), je doute que le lecteur puisse comprendre l'importance du projet de l'apprenant avec son anticipation de fin et de moyens et sa dimension de motivation. Si l'adulte précise qu'il faut lire le texte pour comprendre quels sont les personnages afin de pouvoir en parler, il propose une direction de travail, mais l'élève se donne-t-il une finalité adéquate (traduire à sa manière le sens du texte) et se donne-t-il les moyens mentaux d'y parvenir de manière adéquate pour lui (voir les personnages, le décor, leurs mouvements, les entendre parler, se mettre à leur place, se raconter leurs faits et gestes à partir de la structure du dialogue, etc.)? Rien n'est moins sûr.

Une description erronée de certains gestes mentaux

Encore une fois, certaines phrases sont ambiguës et risquent de gauchir l'apport de la gestion mentale. Par exemple, à la p.42, on lit ceci : "...On se rend compte qu'il y a une bonne façon d'exécuter (les gestes mentaux) pour réussir les tâches que l'école prescrit." Je pense qu'il y a là une allusion aux passages obligés de la dynamique de chaque geste, mais la formulation peut laisser croire qu'il y a UNE bonne façon de les exécuter, ce qui est contraire à une valeur centrale en gestion mentale : le respect des différences.

Chaque geste est décrit brièvement, mais de manière en partie inexacte.

- En ce qui concerne la mémorisation, à plusieurs reprises on lit des affirmations inquiétantes : "... geste de mémorisation qui consiste à rappeler le souvenir pour l'utiliser dans le futur" (p.40) ou encore : "... il consiste à faire revenir des évocations dans le but de les restituer de manière précise." L'acte de mémorisation est identifié ici à sa phase finale : le rappel au moment de la restitution. Le projet d'imaginaire d'avenir est localisé à la fin du processus, alors qu'il est présent dès la phase d'encodage. Celle-ci n'est pas identifiée, elle est pourtant indispensable. Il sera fait allusion à la phase d'ancrage, mais on voit bien ici que les trois phases (encodage - ancrage - rappel) sont mêlées. C'est aussi une erreur fréquente quand on débute, mais cette confusion empêche de soutenir utilement la mémorisation. Par ailleurs, la mémorisation semble uniquement au service d'une restitution à l'identique, alors que dans la vie (moins à l'école, hélas!) elle est au service des autres gestes, la compréhension, la réflexion et l'imagination, à coup sûr, mais elle soutient même l'attention : les acquis aiguisent l'attention.
- La compréhension est définie elle aussi de manière approximative : "Comprendre, c'est prendre pour soi en redisant avec ses propres mots, ou en dessinant ce qu'on comprend." (p.41) On décrit ici des productions extérieures rendues possibles par la compréhension, mais on n'apprend rien sur le processus évocatif qui précède cette production. Ce n'est pas parce que je peux dessiner ce que j'ai compris que j'ai des images dans la tête... Nouvelle confusion entre évocation et action?
- Quant à l'imagination, les auteures l'identifient à une projection dans le futur : "Je vais donc devoir me projeter dans le futur pour imaginer." (p.41) Il me semble que cette projection dans l'avenir est présente dans toute mise en projet, mais que l'exécution d'un geste d'imagination à visée de découverte, par exemple, est bien ancrée dans le présent.

Le Mind Mapping sacralisé

L'ouvrage - qui comporte au total 192 pages - en consacre 43 au Mind Mapping. Je suis convaincue qu'il s'agit d'un bel outil, qui peut soutenir l'attention, amener à comprendre, à analyser pour synthétiser, qui facilite aussi chez certains la mémorisation, mais je suis dérangée par le fait que les auteures le présentent comme une panacée : quels que soient votre profil ou votre problème d'apprentissage, la pratique du Mind Mapping va tout arranger!

Deux arguments massues pour défendre cette position radicale :

- Créer une carte mentale ferait travailler les deux hémisphères cérébraux, le droit, parce qu'on crée des images, le gauche, parce qu'on utilise des mots. "*Dans l'apprentissage, le travail conjoint des deux hémisphères permet de mobiliser à la fois la compréhension et la réalisation. C'est pourquoi, le Mind Mapping présente de très nombreux bénéfices sur les cinq gestes d'apprentissage et améliore de fait considérablement les qualités d'attention, de réflexion, de compréhension, de mémorisation et d'imagination.*" (p. 140) Encore une fois, il me semble qu'il y a confusion entre production et évocation (la carte mentale est une mise en forme d'un travail mental, elle ne l'identifie pas pour autant) et, par ailleurs, les recherches actuelles des neurosciences remettent en question ce clivage net entre les deux hémisphères cérébraux, en arguant notamment de la plasticité cérébrale.
- Les cartes mentales obtenues auraient la même organisation que notre cerveau : une globalité contenant de nombreuses mises en liens. Cela signifierait-il que nous sommes tous à l'aise avec cette représentation de la pensée? Personnellement, j'ai des doutes à ce sujet. Les personnes qui sont prioritairement installées dans le Temps, qui font des liens, certes, mais dans la succession, se sentent rebutées par le Mind Mapping : je le constate bien souvent dans les groupes de formation. Certes, on peut les y amener dans un second temps et cela peut les aider à synthétiser sans se perdre dans les détails, mais il me semble dangereux de prétendre qu'il s'agisse là de LA façon de régler tous les problèmes d'apprentissage (y compris ceux des dys-, cf. p.166 ou ceux engendrés par les relations familiales, cf. p.168)

Vous l'aurez compris, je souhaite vraiment que les valeurs, les idées, les pratiques de la Gestion mentale se diffusent largement, je crois réellement que c'est l'une des manières de lutter contre la misère pédagogique de tant de jeunes (et moins jeunes), mais je crains vraiment que la réduire à ces caricatures mal fondées empêche la percolation progressive, profonde et adéquate que j'appelle de mes vœux.

On parle davantage de gestion mentale dans le grand public, mais cela reste trop souvent une coquille creuse (à deux compartiments : Visuel/Auditif), voire un fourre-tout. Récemment, il s'est avéré que des étudiants en pédagogie englobaient sous ce vocable tout ce qui n'est pas de la pédagogie traditionnelle : la PNL, la CNV, la sophrologie, la méthode Félicitée, les Intelligences multiples, la brain gym ... et un raton laveur!

Nous ne pouvons pas nous réjouir de cette notoriété douteuse qui donne la primauté au flou, à la généralisation insignifiante, aux slogans du type "Yaka", aux classements hâtifs et qui vide de sa substance une approche riche, complexe, nuancée, respectueuse des personnes, que nous croyons plus que jamais essentielle si nous voulons défendre une conception humaniste et positive de l'apprentissage dans un monde qui fait passer les apparences et le profit avant l'Être.