



# Sommet Virtuel

de la

C

Du 23 au 27 avril 2025

**100 % en ligne et gratuit**



# Qu'est-ce-que la Psychopédagogie Positive ?

La psychopédagogie positive est une approche éducative innovante qui combine les principes de la psychologie positive et de la pédagogie pour favoriser l'épanouissement personnel, scolaire et professionnel des apprenants.

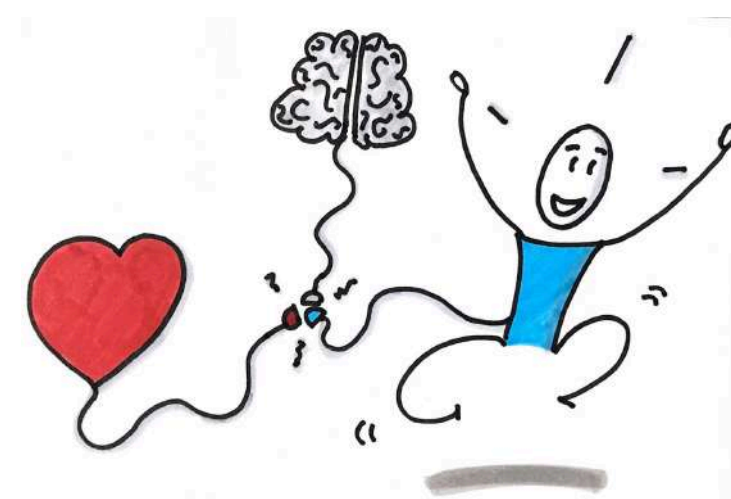
Elle vise à développer l'autonomie de l'enfant et/ou de l'adolescent en le rendant conscient de ses habitudes mentales et en lui donnant les moyens d'apprendre avec plaisir et confiance. Elle aide les familles à accompagner au mieux leurs enfants dans l'apprentissage.

Cette approche appelée "Tête-Coeur-Corps" repose sur ces trois piliers principaux :

- **Tête** : Elle aide l'apprenant à comprendre son fonctionnement mental et à développer des stratégies d'apprentissage efficaces.
- **Cœur** : Elle met l'accent sur l'identification, l'accueil et la régulation des émotions, ainsi que sur le développement de la confiance en soi.
- **Corps** : Elle prend en compte les besoins physiologiques et encourage l'écoute du corps pour en faire un allié dans l'apprentissage.

La psychopédagogie positive utilise divers outils, tels que des outils de pensée visuelle comme le mind mapping, la gestion mentale, la méthode Vittoz, et le Brain Gym. Elle s'adresse aux enfants, adolescents et adultes en situation d'apprentissage, et vise à transformer l'expérience éducative en un processus enrichissant et épanouissant.

En mettant l'accent sur les forces et les ressources de chaque individu plutôt que sur ses faiblesses, cette approche cherche à promouvoir la motivation intrinsèque, la confiance en soi et un sentiment d'appartenance à la communauté éducative.



# Thèmes abordés lors des interventions

## Céline VEITMANN

La prise en charge en Psychopédagogie Positive, une approche douce, bienveillante et créative



## Sandra SAINFLOU

La Psychopédagogie Positive en action à l'école



## Coralie CLAVIER

L'apport de la Psychopédagogie Positive dans l'accompagnement scolaire, professionnel et culturel



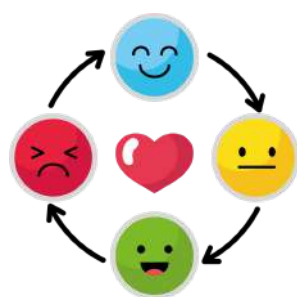
## Jessica HOLLENDER

L'importance du corps dans les apprentissages



## Pauline GIZARDIN

Des outils pour accompagner les émotions, l'estime de soi et se projeter sereinement dans l'avenir



## Sakina NHARI

Activer la motivation chez les enfants et les adolescents dans la pratique de Psychopédagogie Positive



## Valérie EICHENLAUB

La Psychopédagogie Positive, une approche pour être acteur de son apprentissage



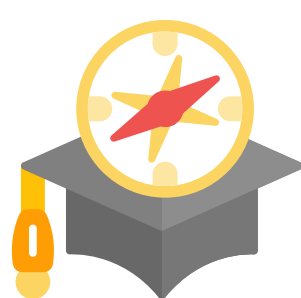
## Vincent DAMATO

L'apport des outils de pensée visuelle dans la prise en charge en Psychopédagogie Positive



## Anne-Claire LENOIR

Une approche de l'orientation scolaire en Psychopédagogie Positive



## Isabelle PAILLEAU & Jessica HOLLENDER

L'importance de la systémie familiale dans la prise en charge en Psychopédagogie Positive



# Synthèses des interventions

## **Céline VEITMANN**

Formatrice spécialisée en stratégies d'apprentissages et techniques d'enseignement

Praticienne expert en psychopédagogie positive et psychologie positive au travail



Luxembourg - celine.veitmann@allagi.lu - www.celineveitmann.com

## **La prise en charge en Psychopédagogie Positive, une approche douce, bienveillante et créative**

### **Une approche unique de la Psychologie Positive :**

La Psychopédagogie Positive, une approche issue de la psychologie positive, vise à développer l'optimisme, la confiance et la résilience chez les enfants et les adolescents dans leur apprentissage. Cette méthode personnalisée va au-delà du simple soutien scolaire en travaillant sur le développement global de l'enfant, y compris ses compétences émotionnelles et langagières.

Il est important de redonner du plaisir et de l'espoir dans le processus d'apprentissage, tout en mettant l'accent sur la joie, la créativité et la qualité relationnelle dans l'éducation.

La Psychopédagogie Positive vise à développer l'optimisme, le sentiment d'efficacité personnelle, l'espoir et la résilience chez les enfants et les adolescents.

Il est important de créer une relation empathique avec les familles, de comprendre la "carte du monde" de l'enfant, et de déconstruire certaines croyances limitantes pour favoriser le bien-être scolaire et personnel.

### **Des stratégies éducatives adaptées :**

Il est primordial de redonner du plaisir et de la confiance dans le processus d'apprentissage, en utilisant des stratégies adaptées à chaque enfant. L'approche va au-delà du simple soutien scolaire, en travaillant sur le développement global de l'enfant, y compris ses compétences émotionnelles et langagières.

### **L'accompagnement en Psychopédagogie Positive :**

L'accompagnement en psychopédagogie positive permet d'accueillir la parole de l'enfant, de prendre au sérieux ses problèmes tout en apportant de la légèreté, avec une méthode personnalisée, adaptée à chaque enfant, qui inclut des activités ludiques et un accompagnement bienveillant.

### **Une formation positive pour les jeunes :**

Il est nécessaire de redonner de l'espoir et du pouvoir d'agir aux jeunes, tout en les aidant à développer leurs compétences et à trouver du plaisir dans l'apprentissage.

Et important de mettre l'accent sur la joie et la créativité dans leur approche, ainsi que sur la nécessité de remettre de la qualité relationnelle dans l'éducation.



### **Sandra SAINFLOU**

Praticienne en psychopédagogie positive, professeur de lettres modernes et chargée de mission CPS.

Soisy sous Montmorency (95) - sandrasainflou@gmail.com

## **La Psychopédagogie Positive en action à l'école**

### **L'enseignement et la Psychopédagogie Positive :**

Sandra Sainflou nous explique comment utiliser les outils tels que la météo des émotions et les évocations mentales afin d'améliorer sa pratique pédagogique, ce qui permet une meilleure compréhension des besoins individuels des élèves et une communication plus efficace.

Il s'agit de rendre explicites les processus d'apprentissage et d'adapter les consignes et l'évaluation en fonction des différents modes de fonctionnement des élèves.

### **Le Programme Optimiste Personnalisé :**

"POP" - Programme Optimiste Personnalisé - a été mis en place dans son établissement scolaire afin d'intégrer la psychopédagogie positive dans l'éducation.

Le programme propose des ateliers sur des compétences comme la gestion du stress, la régulation des émotions et la connaissance de soi, et s'étend au-delà des élèves pour inclure les parents et le personnel non enseignant.

Il est question de l'importance de l'évaluation du programme et de son adaptation aux besoins spécifiques des différents groupes, tout en mettant l'accent sur la création de liens et l'accès aux ressources personnelles de chacun.

### **Le Bien-être en éducation :**

L'importance du bien-être et de la confiance en soi dans l'éducation souligne que la réussite ne se limite pas aux notes mais inclut le développement personnel et émotionnel de l'élève.

Evolution du programme "POP" dans l'établissement scolaire, qui s'est étendu à tous les élèves de sixième et de seconde, ainsi qu'aux adultes, avec un focus particulier sur la gestion du stress pour les enseignants.

### **La Psychopédagogie Positive ... Une expérience enrichissante :**

La formation a permis à cette enseignante de retrouver de la joie dans son métier, de mieux se connaître et de se reconnecter à l'essentiel de sa vocation de prof.

Il est primordial pour les parents d'avoir confiance en leurs enfants et à ne pas se focaliser uniquement sur les résultats scolaires.

Sandra Sainflou recommande vivement la formation à ceux-elles qui hésitent, la décrivant comme une expérience enrichissante qui apporte "de la vie en plus grand".

**Coralie CLAVIER**

Praticienne en Psychopédagogie Positive et Orientation / Accompagnatrice scolaire /  
Médiatrice culturelle spécialisée Handicap

Bourg-Saint-Maurice (73) - coralieclavierpro@gmail.com - www.coralieclavierpro.com

## L'apport de la Psychopédagogie Positive dans l'accompagnement scolaire, professionnel et culturel

**Accompagner avec autonomie :**

Quelle est la différence entre le soutien scolaire et l'accompagnement scolaire ?

L'accompagnement scolaire vise à développer l'autonomie et à redonner du sens aux apprentissages, en prenant en compte les aspects émotionnels et personnels de l'élève.

Il est important d'écouter les jeunes, de les aider à fixer des objectifs et de leur fournir des outils pour progresser, tout en impliquant les parents dans le processus.

**Développer les compétences cognitives :**

L'importance de donner du sens aux apprentissages scolaires, en expliquant aux élèves pourquoi ils apprennent certaines matières et comment cela développe leurs compétences cognitives.

Il est souligné l'importance de comprendre les préférences et les difficultés individuelles des élèves, ainsi que de trouver le bon environnement et la bonne méthode de travail pour chacun.

Il faut dépasser la simple notion de "j'aime" ou "je n'aime pas" une matière, et aider les élèves à se connaître pour mieux apprendre.

**L'importance de l'accompagnement et de l'écoute dans les environnements culturels et professionnels :**

En tant que Médiatrice culturelle spécialisée Handicap, Coralie Clavier souligne la nécessité de comprendre et de s'adapter aux besoins des publics atypiques, tels que les personnes ayant des troubles du spectre autistique ou des troubles de l'attention. Elle a mis en avant l'importance de l'écoute active et de la prise en compte des personnes telles qu'elles sont. L'accompagnement et l'écoute active sont essentiels pour créer un environnement inclusif et favorable.

Il est impératif que les professionnels qui travaillent avec ces publics soient formés et puissent bénéficier d'un soutien supplémentaire.

**Une écoute active pour les enfants :**

Il est important de souligner la nécessité pour les parents et les professionnels de prendre le temps d'écouter sans jugement ni recherche immédiate de solutions.

La valeur des moments d'attention exclusive, même brefs, sont indispensables pour maintenir un lien fort et sécurisant avec les enfants. Chaque enfant a sa propre façon de communiquer et il est crucial d'adapter son approche en conséquence, en évitant les questions directes qui peuvent être perçues comme intrusives.

**Accompagnement en difficulté, approche positive :**

Il faut dédramatiser les situations, déculpabiliser les parents et adapter l'approche aux besoins de chaque enfant.

Les praticiennes mettent en avant l'utilisation du questionnement ouvert et l'importance de créer un espace bienveillant où l'enfant peut s'exprimer librement, ce qui permet de renforcer la confiance en soi et l'estime de soi.

## Jessica HOLLENDER

Praticienne en Psychopédagogie Positive, thérapeute en systémie familiale, formatrice et superviseure.

Depuis 2014, Jessica accompagne les enfants, les adolescents et les adultes sur les sujets d'apprentissage et de travail.

Auteure de "Mon petit cahier J'aime apprendre" Ed. Solar, "La crise d'ado n'aura pas lieu" Ed. Solar, et "Petits mouvements, grands bénéfices" Ed. Vuibert.

Paris (75) - hollender.jessica@gmail.com - www.jessicahollender.com



## L'importance du corps dans les apprentissages

### Réflexes archaïques et développement :

Qu'est-ce que les réflexes archaïques ? Des mouvements involontaires qui se développent entre la vie intra-utérine et la première année de vie ; ces réflexes peuvent ne pas être intégrés pour diverses raisons, mais qu'il est possible de les réintégrer plus tard. Ils sont importants pour la survie et le développement neuronal.

Les réflexes archaïques sont indispensables pour la vie quotidienne, notamment pour l'écriture et l'importance de vérifier ces réflexes avant d'entreprendre des thérapies spécifiques pour les enfants ayant des difficultés d'apprentissage.

### Développement moteur chez les enfants :

Chaque étape qui mène vers la marche, comme ramper et marcher à quatre pattes..., est cruciale pour l'intégration des réflexes et le développement neuronal. Les signes qui peuvent indiquer que certains réflexes archaïques ne sont pas intégrés, sont les difficultés d'attention, de concentration, ou une inhibition excessive.

Le mouvement est primordial dans l'apprentissage, même à l'école et l'immobilisation prolongée des enfants en classe peut être problématique pour certains élèves.

### Hydratation, mouvement et apprentissage :

Boire de l'eau aide à mieux apprendre en hydratant le cerveau et en facilitant les connexions neuronales.

Le mouvement et l'activité physique sont essentiels pour le bien-être mental et l'apprentissage.

Partage d'expérience sur l'impact du sucre et de l'immobilité dans sa capacité à rester concentrée pendant de longues périodes. L'hydratation, l'évitement du sucre et l'incorporation de mouvements comme la gymnastique du cerveau sont des éléments importants pour réenergiser et réintégrer des réflexes ; cela est valable pour les enfants mais aussi pour les adultes. Cela peut entraîner des diagnostics inappropriés d'hyperactivité chez les enfants.

### Mouvement physique et repos :

Des mouvements physiques et du repos permettent de stimuler la réflexion et l'apprentissage.

Les pauses, bouger et/ou changer d'environnement lorsqu'on est bloqué sur un problème stimule le cerveau.

Un sommeil de qualité (en réduisant les stimuli avant le coucher, notamment l'utilisation des écrans, et les discussions stressantes en soirée) permet au corps et au cerveau de se détendre et de récupérer.

### La respiration consciente pour le bien-être de l'apprentissage :

La respiration est un outil puissant pour se calmer, s'ancrer et être présent, tant pour les adultes que pour les enfants. Les parents sont encouragés à observer la respiration de leurs enfants et à leur apprendre à respirer correctement, notant que la respiration consciente, comme boire de l'eau consciemment, peut améliorer la présence et la disponibilité pour le travail et l'apprentissage.

### Reconnecter le corps à l'apprentissage :

Le corps est une antenne à sensation qui envoie des signaux. Ces sensations doivent être interprétées à leur juste valeur pour une meilleure compréhension de soi-même.

Il est important d'observer le corps dans le processus d'apprentissage, en particulier pour les jeunes en difficulté ; en mettant l'accent sur la mobilité, la motricité et l'hygiène de vie, telles que le sommeil, la nourriture et la respiration. Il est primordial de se reconnecter avec le corps et ses émotions pour être plus disponible à l'apprentissage.



## **Pauline GIZARDIN**

Coach - Formatrice - Superviseure

Praticienne en psychopédagogie et en hypnose symbolique.

Accompagnement au développement des compétences psychosociales, pour renforcer l'estime de soi, améliorer son aisance relationnelle et mieux vivre ses émotions. Approche basée sur les fondements du coaching professionnel, de la psychologie positive et de la programmation neuro-linguistique.

Bordeaux (33) - paulinegizardin@formation-cps.com - www.formation-cps.com

## **Des outils pour accompagner les émotions, l'estime de soi et se projeter sereinement dans l'avenir**

### **La Psychopédagogie Positive :**

La Psychopédagogie Positive est importante dans divers domaines au-delà de l'accompagnement des enfants. L'approche intégrative de la formation qui combine différentes méthodes et s'applique à de nombreux contextes, y compris la préparation mentale pour les compétitions sportives. Il s'agit d'aller au-delà des résultats scolaires pour se concentrer sur le bien-être global et les compétences psychosociales des individus.

### **Posture et technique de transformation émotionnelle :**

L'importance de la posture et des techniques pour traiter les micro-traumatismes émotionnels de l'enfant. L'approche tête-cœur-corps dans la formation à l'hypnose symbolique, met l'accent sur la transformation des émotions par le travail symbolique et met en avant la qualité de la posture développée par les apprenants de la Fabrique à bonheurs, notant une amélioration significative observée lors des exercices pratiques.

### **Développer l'estime de soi :**

Exploration du concept de l'estime de soi, ses composantes (confiance en soi, image de soi et amour de soi) et son importance pour le bien-être personnel. Il est nécessaire de trouver un équilibre dans ces aspects et comment l'estime de soi se construit à travers les expériences et la responsabilisation, notamment chez les enfants.

### **Amour inconditionnel parental :**

L'amour inconditionnel des parents envers leurs enfants et la manière de le leur montrer au quotidien sont primordiales.

Les parents ne doivent pas hésiter à aller chercher de l'aide lorsqu'ils font face à des difficultés, notamment scolaires, et à consulter des professionnels pour débloquer des situations familiales compliquées.

### **Formation des Praticiens en Psychopédagogie :**

Les techniques et approches utilisées dans la formation des praticiens à la Fabrique à bonheurs, mettent l'accent sur l'hypnose symbolique, la gestion des émotions et le développement de l'estime de soi.

L'amour inconditionnel des parents est primordial.

La formation de praticien.ne en psychopédagogie positive peut se faire dans le cadre d'une reconversion professionnelle dans le domaine de l'accompagnement psychopédagogique pour contribuer positivement à la société.

Un point important pour les praticien.ne.s est la nécessité d'avoir une posture juste, accueillante et dédramatisante envers les parents et les enfants. Le parcours de formation permet aux stagiaires de découvrir diverses approches et de choisir leur spécialité, tout en développant une capacité d'adaptation pour offrir un accompagnement sur mesure.



### **Sakina NHARI**

Formatrice, consultante certifiée en PNL et en Pédagogie Positive. Spécialisée en gestion du stress et préparation mentale dans le milieu du sport. Travaille sur la motivation auprès d'adolescents.

## **Activer la motivation chez les enfants et les adolescents dans la pratique de Psychopédagogie Positive**

### **La motivation individuelle :**

Sakina Nhari souligne l'importance de comprendre les facteurs qui influencent la motivation, tels que la connaissance de ses capacités, la destination et le chemin pour y arriver. Autre point, l'importance de se fixer des objectifs réalisables et de visualiser les avantages potentiels de l'atteinte de ces objectifs car comprendre ce qui déclenche la motivation est crucial pour maintenir le moral.

Il est primordial de trouver un sens personnel à ce qu'on fait et de travailler avec les individus pour déterminer ses propres objectifs réalisables.

### **La motivation des enfants en difficultés :**

La confiance en soi se construit par l'expérience et les petits succès plutôt que par la simple volonté et il est essentiel de valoriser les progrès individuels et de fixer des objectifs réalistes pour les enfants et les jeunes, plutôt que de les comparer aux autres ou de viser uniquement l'excellence.

Attention à la tendance sociétale à ne reconnaître que la première place, rappelant la valeur intrinsèque de chaque individu et l'importance de trouver sa place dans la société.

### **Comprendre l'enfant unique :**

Comprendre le fonctionnement unique de chaque enfant dans l'accompagnement scolaire et parental.

Il est nécessaire d'aller à la rencontre de l'enfant, d'accueillir ses émotions et celles des parents, et d'utiliser un questionnement ouvert pour découvrir et s'adapter à son mode d'apprentissage.

Sakina Nhari insiste sur l'importance de la patience, de l'écoute et de l'adaptation aux différents styles d'apprentissages (visuel, auditif, kinesthésique) pour motiver efficacement les enfants et les adolescents.

### **Adaptation des méthodes d'apprentissage :**

Il est primordial d'adapter les méthodes d'apprentissage aux préférences individuelles, en utilisant des approches visuelles, auditives ou kinesthésiques selon les besoins de chacun. Les techniques comme la PNL et l'hypnose symbolique permettent d'améliorer la confiance, de gérer le stress et de transformer les croyances limitantes.

L'efficacité de ces méthodes permet d'aider les enfants et les jeunes à apprendre, mémoriser et réussir dans différentes situations, comme les examens ou l'apprentissage de nouvelles informations.

### **Psychopédagogie Positive - posture bienveillante :**

Une approche adaptée en psychopédagogie positive permet une posture bienveillante et une écoute attentive envers les enfants et les parents. Il s'agit de mettre en avant la flexibilité de cette méthode, applicable dans divers contextes, et encouragent les parents à être indulgents envers eux-mêmes et leurs enfants. Sakina Nhari insiste sur la responsabilité des parents sans culpabilisation, tandis qu'Isabelle Pailleau souligne la diversité des applications de la psychopédagogie positive, de l'accompagnement des jeunes à celui des personnes âgées.



### **Valérie EICHENLAUB**

Psychologue clinicienne du Travail et des apprentissages,  
spécialiste de la Gestion Mentale.

Formatrice pour adultes et pour enfants.

Ile-de-France-valerie.eichenlaub@gmail.com

Valérie-Eichenlaub-psycho.fr

## **La Psychopédagogie Positive, une approche pour être acteur de son apprentissage**

### **Activité cognitive et apprentissage :**

L'activité cognitive englobe toutes les capacités du cerveau liées à la connaissance, incluant l'attention, la mémorisation, la compréhension et la résolution de problèmes. L'importance de l'apprentissage continu tout au long de la vie et le rôle crucial de la cognition dans la détermination de notre rapport émotionnel au monde.

### **La Gestion Mentale :**

La gestion mentale est une discipline qui aide les personnes à mieux apprendre en se concentrant sur les processus mentaux impliqués dans l'apprentissage, rejetant l'idée de talents innés.

La gestion mentale se base sur cinq gestes mentaux (être attentif, mémoriser, comprendre, imaginer et réfléchir) et peut s'appliquer à tout âge, permettant à chacun de devenir acteur de son apprentissage.

La méthode d'Antoine de La Garanderie, basée sur le principe d'éducabilité, vise à aider tous les élèves à progresser, quelles que soient leurs capacités initiales.

### **Stratégies d'apprentissage innovantes :**

L'approche innovante de la gestion mentale se concentre sur l'introspection et l'accompagnement des élèves pour comprendre leurs stratégies d'apprentissage. Comprendre ce qui se passe dans la tête des élèves et reconnaître que tout peut être une source d'apprentissage. L'accent est mis sur le chemin plutôt que le résultat, et l'approche est conçue pour être inclusive et respectueuse du fonctionnement de chacun.

### **Approche pédagogique personnalisée et positive :**

Une approche pédagogique personnalisée et positive, mettant l'accent sur la découverte des forces individuelles de l'apprenant. On part des intérêts de l'élève pour développer sa confiance et ses compétences cognitives, tout en l'accompagnant dans le transfert de ces compétences vers d'autres domaines.

Cette méthode, basée sur le questionnement et l'accompagnement, permet aux apprenants de progresser à leur rythme et de manière durable, tout en prenant du plaisir dans le processus d'apprentissage.

### **Gestion Mentale et apprentissage :**

L'intérêt de connaître son propre fonctionnement cognitif est d'améliorer ses compétences et aider les autres, tout en reconnaissant que chaque personne a sa propre "langue d'apprentissage".

### **Diversité des processus mentaux :**

Comprendre les différentes façons dont les enfants et les adultes apprennent et traitent l'information.

L'intérêt de la gestion mentale pour améliorer la communication entre parents et enfants, notamment lors des devoirs.

Encourager les parents à être curieux et ouverts aux différentes manières de penser, en utilisant des exemples comme la visualisation du mot "chocolat" ou d'un triangle pour illustrer la diversité des processus mentaux.

# La Psychopédagogie Positive, une approche pour être acteur de son apprentissage (suite)

## **Apprendre en gestion de soi :**

Il ne s'agit pas d'une méthode rigide ou d'une typologie d'apprenants, mais plutôt d'une approche pour aider les individus à mieux utiliser leurs ressources cognitives.

Il ne faut pas enfermer les apprenants dans des catégories. La gestion mentale vise à développer les capacités d'apprentissage pour faire face à diverses situations. Valérie Eichenlaub décrit son approche pour former les praticiens en psychopédagogie positive, qui consiste à leur faire expérimenter leur propre vie mentale et cognitive à travers diverses activités pratiques.

## **Formation en Psychopédagogie Positive :**

L'importance du projet et de l'attention dans le processus cognitif.

La nécessité pour les parents d'aider leurs enfants à devenir acteurs de leur vie mentale, notamment en les questionnant sur leur façon de mémoriser et de comprendre. Valérie Eichenlaub met en avant la formation en psychopédagogie positive, qui permet de développer une posture d'accompagnement bienveillante et d'acquérir des outils variés pour soutenir l'apprentissage.

## Vincent DAMATO

Professeur des écoles, psychopédagogue, spécialiste dans les outils visuels  
Spécialisé depuis plus de 10 ans dans les outils visuels, dont le mind mapping et le sketchnoting, et leurs applications dans les apprentissages et les méthodes de travail. Auteur du livre "Aider son enfant à mieux apprendre grâce au visuel"



Ancien enseignant devenu Praticien en Psychopédagogie Positive, Vincent est formé en hypnose, PNL et premiers secours en santé mentale et accompagne des jeunes aux profils atypiques dans son cabinet. Ses compétences diversifiées, lui permettent notamment pour faire face à l'anxiété croissante chez les jeunes, particulièrement depuis la période post-COVID.

Cracher (38) - A pas de fourmi - apasdefourmi38@gmail.com

# L'apport des outils de pensée visuelle dans la prise en charge en Psychopédagogie Positive

### **Pensée visuelle pour l'apprentissage :**

Les avantages de l'utilisation de la pensée visuelle et des outils de cartographie mentale pour faciliter la compréhension et l'apprentissage.

La pensée visuelle aide à transformer des concepts abstraits en images concrètes, structurer l'information et identifier les mots clés essentiels. Il est important de s'entraîner, de pratiquer pour développer ces compétences et d'apprendre à faire du tri afin d'identifier les mots clés. Les outils de cartographie mentale sont adaptés à tous les profils et peuvent être utilisés pour stimuler l'utilisation de la totalité du cerveau dans l'apprentissage.

### **Pensée visuelle pour une meilleure compréhension :**

Les avantages de l'utilisation de la pensée visuelle et des outils tels que les cartes mentales et le Sketchnoting.

L'importance de la représentation visuelle, du double codage et de l'association d'idées pour améliorer la mémorisation et la compréhension. L'avantage de l'outil visuel pour présenter une présentation sur une seule feuille, offrant une vision globale et une facilité de recherche.

L'utilisation de la pensée visuelle nécessite un travail cognitif important, mais elle conduit à une meilleure présentation et compréhension des informations.

### **Cartes mentales pour l'apprentissage et la mémorisation :**

Il est essentiel d'expliquer et d'expérimenter la technique pour en comprendre les avantages, plutôt que de simplement l'imposer sans contexte. Il s'agit d'un défi que d'introduire cette méthode dans les écoles, notamment les perceptions erronées des élèves et des parents, ainsi que le manque de formation des enseignants sur son utilisation efficace.

### **Mindmapping VS Sketchnoting :**

Les avantages et différences entre le mindmapping (carte mentale) et le Sketchnoting (croquis-note).

Le mindmapping suit des règles plus strictes avec une structure arborescente, tandis que le Sketchnoting offre plus de liberté créative en mélangeant texte et visuels.

Les deux techniques sont présentées comme des outils puissants pour organiser les idées, stimuler la créativité et synthétiser l'information, avec une mention particulière de leur popularité auprès des jeunes et des étudiants pour la prise de notes et la révision.

### **Avantages des outils de pensée visuelle :**

Ces méthodes facilitent la mémorisation, la compréhension et l'engagement, en particulier pour les enfants ayant des besoins éducatifs spécifiques comme la dyslexie. Ces outils s'adaptent à différents profils d'apprentissage, réduisent la fatigue cognitive et renforcent la confiance en soi des apprenants.

## L'apport des outils de pensée visuelle dans la prise en charge en Psychopédagogie Positive (suite)

### **Mind Mapping pour apprendre :**

L'importance du support visuel dans l'apprentissage, en particulier pour les enfants qui ont du mal avec les méthodes purement verbales.

L'utilisation du Mindmapping et du Sketchnoting comme outils visuels pour améliorer la compréhension et la mémorisation.

Vincent Damato explique comment il intègre ces techniques dans ses séances de psychopédagogie positive, en commençant par le Mindmapping puis en introduisant le Sketchnoting, ainsi qu'une technique de mémorisation basée sur la méthode des Loci.

Il est souligné l'importance de la spatialisation de l'information et le fait que ces outils rendent l'apprentissage plus agréable et efficace.

### **Apprentissage visuel et cartes mentales :**

Rendre l'apprentissage plus dynamique et agréable grâce à l'utilisation de couleurs, de pictogrammes et d'ombres.

### **Pédagogie Positive et Visualisation :**

L'importance de la Psychopédagogie Positive et des outils de pensée visuelle dans l'enseignement.

Les avantages de ces approches sont la créativité, l'adaptation aux besoins individuels et l'amélioration de la mémorisation.



### **Anne-Claire LENOIR**

Coach scolaire & d'orientation.

Praticienne en Psychopédagogie positive. J'accompagne jeunes & adultes à retrouver du plaisir en famille et à l'école autour des apprentissages, des émotions et de l'orientation.

Vannes (56) - [anne-claire@coaching-scolaire-arboressence.fr](mailto:anne-claire@coaching-scolaire-arboressence.fr)

## **Une approche de l'orientation scolaire en Psychopédagogie Positive**

### **Orientation scolaire sereine par la Psychopédagogie Positive :**

Comment vivre sereinement l'orientation scolaire grâce à la Psychopédagogie Positive ?

Anne-Claire Lenoir partage son parcours professionnel, passant du commerce à la formation d'adultes puis à l'accompagnement des jeunes, ce qui l'a amenée à se spécialiser en Psychopédagogie Positive et en orientation.

Les défis de l'orientation scolaire : notamment la pression ressentie par les jeunes dès le collège, et comment l'approche de la Psychopédagogie Positive peut aider à alléger ce fardeau.

### **Orientation professionnelle progressive :**

L'importance de l'exploration personnelle, de la connaissance de soi et de l'expérimentation pratique à travers des stages pour faire des choix éclairés.

L'orientation est un processus progressif, fait de petits pas, qui peut évoluer au fil du temps et des rencontres.

Encourager les parents à rester patients et positifs face aux hésitations de leurs enfants, rappelant que le chemin vers une carrière épanouissante peut prendre du temps et comporter des détours inattendus.

### **Orientation positive des jeunes :**

L'importance de placer l'enfant au centre et de laisser émerger ses solutions.

La nécessité de déconstruire les représentations sur les métiers et les filières d'études, en valorisant toutes les voies, y compris l'apprentissage. Écouter les rêves des jeunes sans jugement, tout en accompagnant les parents dans leurs inquiétudes, afin de permettre à chacun de trouver sa voie d'épanouissement.

### **Dialogue entre générations :**

L'importance pour les jeunes de suivre leur propre voie professionnelle, malgré les attentes parfois différentes de leurs parents.

Partage d'anecdotes sur des personnes qui ont d'abord suivi les souhaits de leurs parents avant de choisir leur propre carrière.

### **L'approche en psychopédagogie positive pour l'orientation scolaire des jeunes :**

L'importance d'utiliser des outils visuels et ludiques, comme les cartes Dixit, pour aider les jeunes à s'exprimer et à découvrir leurs talents.

La nécessité de porter un regard bienveillant sur les jeunes, de croire en leurs capacités, et de les aider à trouver leur voie tout en acceptant que les parcours professionnels puissent évoluer au fil du temps.

Conseil aux parents de croire en leurs enfants et de faire appel à un professionnel pour les accompagner dans leur orientation.



**Isabelle PAILLEAU** - Dirigeante de la Fabrique à bonheurs

Psychologue clinicienne du travail et thérapeute familiale systémique, formatrice certifiée en Mind Mapping et outils de pensée visuelle, conférencière.

Intervient en entreprise pour la prévention des risques psychosociaux, le travail collaboratif et le bien-être au travail.

Auteure de "J'éleve mon enfant du mieux que je peux...et c'est déjà bien", "Apprendre autrement avec la Pédagogie Positive", "Apprendre autrement avec le sketchnoting", "Positive Sketching".

**et Jessica HOLLENDER**

## L'importance de la systémie familiale dans la prise en charge en Psychopédagogie Positive

### **Thérapie familiale et Psychopédagogie Positive :**

Impliquer toute la famille dans le processus de changement, en particulier lors de crises légères comme des difficultés d'apprentissage ou des tensions autour des devoirs.

L'objectif étant d'améliorer la communication et les interactions au sein du système familial, permettant à chaque membre d'évoluer sans nuire aux autres.

Intégrer les bases de systémie familiale dans la formation en psychopédagogie positive pour mieux accompagner les familles.

### **Approche systémique familiale :**

Travailler sur la relation entre parents et enfants plutôt que sur l'individu seul. Cette méthode implique d'accompagner toute la famille, d'améliorer la communication et de comprendre les attentes et les préoccupations de chacun.

Mise en avant du concept de "patient identifié" et la nécessité d'impliquer les parents dans le processus thérapeutique, contrairement à d'autres approches où les parents restent en dehors des séances.

### **Psychopédagogie Positive et systémie familiale :**

L'utilité d'outils comme "l'exception" pour aider les familles à identifier les aspects positifs et à changer leur perspective.

Considérer l'enfant dans son contexte familial global, en impliquant les parents comme partenaires dans le processus d'accompagnement, et en leur fournissant des connaissances sur le développement de l'enfant pour mieux comprendre et soutenir leur enfant.

### **Compréhension des problèmes de concentration :**

Comprendre les problèmes de concentration et d'attention chez les enfants, en particulier dans le contexte de la situation familiale.

Cette approche permet une vision plus large et globale des problèmes, conduisant à des solutions plus efficaces et à un gain de temps et d'énergie pour les familles.

### **Reconnaître les qualités des enfants :**

Utiliser des échelles en thérapie systémique pour objectiver les ressentis et faciliter le dialogue entre parents et enfants.

Partager les perceptions et éviter les projections. Et reconnaître les qualités des enfants, même dans des situations difficiles, et de la manière dont le thérapeute peut aider à recadrer les perceptions négatives.

## L'importance de la systémie familiale dans la prise en charge en Psychopédagogie Positive (suite)

### **Psychopédagogie Positive :**

Accueillir les familles sans jugement, comprendre les défis parentaux, et utiliser des outils comme la "baguette magique" pour aider les enfants à exprimer leurs besoins.

Remettre de l'humain dans la relation, prendre du recul, et trouver une juste place en tant qu'accompagnant.

### **Approche systémique pour l'accompagnement scolaire :**

Soutenir et "renarciser" les parents souvent culpabilisés, tout en évitant de les juger. Encourager les parents à ne pas avoir peur, à questionner leurs projections et à se reconnecter avec leur enfant au-delà de son statut d'élève.

La formation en psychopédagogie positive offre des outils pour accompagner l'ensemble de la famille avec une posture juste.