

Les réponses à vos questions

# Webinaire

# ATOLE

COLLÈGE  
6<sup>e</sup>.5<sup>e</sup>.4<sup>e</sup>.3<sup>e</sup>



Webinaire du mercredi 15 octobre 2025



**Bénédicte DUBOIS,**  
responsable de formation dans  
le domaine de l'éducation inclusive



**Jean-Philippe LACHAUX,**  
neuroscientifique spécialiste  
de l'attention et créateur d'ATOLE

Vous avez été nombreux.ses à suivre ce webinaire en direct et nous vous remercions pour votre participation. Ce fut un plaisir d'échanger avec vous, même de façon virtuelle, et de pouvoir répondre à vos questions.

Vous trouverez ci-dessous la liste des questions posées lors de l'inscription à ce webinaire, ainsi que d'autres posées en direct auxquelles nous n'avons pas eu le temps de répondre le jour-même.

Nous vous rappelons que le webinaire est disponible en replay sur le site des éditions MDI ainsi que sur la chaîne YouTube :

[www.youtube.com/watch?v=K\\_6zT-iRa5s](http://www.youtube.com/watch?v=K_6zT-iRa5s).



## L'attention

### Quelle est la différence entre attention et concentration ?

Dans ATOLE, on explique que la concentration correspond à la mise en avant par le cerveau d'une Perception, d'une Intention et d'une Manière d'agir particulières, en adéquation avec la tâche que l'on souhaite accomplir. L'attention correspond uniquement à la composante Perceptive de ce « PIM » : ce que l'on perçoit dépend directement de ce à quoi on fait attention.

### Est-ce que l'attention peut être associée à la prise de conscience ?

Dans l'immense majorité des cas, effectivement, on est conscient de ce à quoi on fait attention, et réciproquement. C'est pourquoi l'attention est utilisée dans le cadre d'un PIM pour bien percevoir (remarquer) ce qui est important. Cela dit, il existe des expériences de laboratoire assez subtiles qui essaient de distinguer conscience et attention, mais dans le cadre qui nous intéresse, ce n'est pas pertinent.

### Quelles sont les différentes raisons du manque d'attention (la gêne, le mal-être, la difficulté scolaire...) ?

L'attention en classe dépend de très nombreux facteurs : le degré de motivation pour la tâche, le sentiment d'auto-efficacité, la confiance en soi, le sens qu'on donne à un apprentissage, les processus cognitifs exigés par la tâche elle-même, la pression pour réussir, le moment de la journée ou de la semaine, des soucis personnels, la quantité et la qualité du sommeil, le climat de la classe, la posture de l'enseignant.e... mais aussi une mauvaise compréhension de ce qu'est l'attention et de la façon dont elle s'utilise : d'où l'intérêt d'un programme comme ATOLE !

## Que peuvent être les distracteurs en classe ? Les affichages ?

Une étude<sup>1</sup> a examiné l'impact des affichages en classe maternelle. Elle a montré que les jeunes enfants peuvent avoir plus de difficultés à se concentrer et à apprendre quand il y a surcharge d'affichages décoratifs. Cependant, il n'est pas sûr que ce résultat de recherche s'applique aussi à des élèves plus âgés. Et au fur et à mesure que les élèves s'habituent à voir les affiches, celles-ci captent de moins en moins l'attention : elles font partie « du paysage » de la classe.

## Quel est le rôle des écrans, des réseaux sociaux dans les problèmes d'attention ?

Les applications les plus utilisées par les élèves (notamment certains jeux vidéo, les plateformes vidéo ou les réseaux sociaux) présentent des éléments de design spécialement conçus pour captiver l'attention et stimuler le circuit de la récompense (notamment sous la forme de libérations phasiques de dopamine).

Chez l'animal, il est clairement démontré que des stimulations très fréquentes de ce circuit par un même type de récompense entraîne un phénomène de polarisation motivationnelle (un attrait exagéré pour les stimuli associés à ces formes de récompense et le développement d'une aversion pour tout ce qui en éloigne), ainsi qu'un affaiblissement du contrôle cognitif (la capacité à inhiber le comportement compulsif). Transposé aux récompenses induites par certaines formes d'utilisation des écrans (récréatives notamment), ces résultats incitent à la vigilance concernant plusieurs indices comportementaux pouvant être induits par une exposition intensive :

- a) une difficulté à s'engager (et à maintenir l'engagement, y compris attentionnel) dans des processus sans gratification à court-terme (difficulté à maintenir un effort cognitif sur un temps moyen à long),
- b) une polarisation motivationnelle sur quelques centres d'intérêt restreints liés à l'utilisation des écrans, au détriment d'autres activités non-numériques qui intéressaient les adolescents auparavant,
- c) l'utilisation compulsive des interfaces numériques (sans raison particulière autre que de combler une sensation de mal-être, ou par automatisme),
- d) une difficulté à exercer un contrôle cognitif, en fonction d'objectifs que l'adolescent se fixe, à moyen ou long-terme (impulsivité notamment).

L'état des recherches actuel ne permet pas de conclure avec certitude que ces effets accompagnent forcément ces utilisations intensives du numérique, notamment à cause de différences entre le cerveau de l'animal et celui de l'être humain (l'influence du cortex préfrontal notamment), mais motivent tout un ensemble d'initiatives à l'heure actuelle pour limiter ces usages, notamment lorsqu'ils empiètent sur le temps de sommeil.

---

<sup>1</sup> *Environnement visuel, répartition de l'attention et apprentissage chez les jeunes enfants : quand trop de bonnes choses peuvent être mauvaises. Anna V. Fisher, Karrie E. Godwin et Howard Seltman - Université Carnegie Mellon, Département de psychologie, 335-I Baker Hall, 5000 Forbes Ave., Pittsburgh.*

## **Est-ce que la recherche a démontré qu'il y a davantage de problèmes d'attention aujourd'hui ?**

Non, principalement à cause de la difficulté technique à réaliser une telle démonstration. Elle nécessite une mesure à large échelle de la capacité à maîtriser son attention, répétée au fil du temps, chez des enfants ayant les mêmes caractéristiques (au niveau de l'âge, du milieu socioculturel, de la présence ou non de troubles neuropsychologiques, voire du type d'alimentation, des modes éducatifs, etc. – la liste devrait comprendre tous les facteurs pouvant influencer l'attention). En revanche, l'impression collective d'enseignants interagissant chaque année avec des élèves assez similaires du point de vue de la majorité de ces caractéristiques, surtout quand ils conservent le même niveau de classe d'année en année, mérite d'être prise en compte et constitue peut-être notre meilleure appréciation de l'évolution du niveau d'attention au fil des années, même si elle n'est pas « scientifique ».

## **Les grands principes d'ATOLE**

### **Est-ce que le programme ATOLE est validé scientifiquement ?**

Il faut distinguer la validité scientifique du programme, de la validation de son effet sur l'attention des élèves.

Concernant le premier point, tout ce qui est expliqué dans le cadre du programme ATOLE a été validé par de très nombreuses études, tant dans le domaine des neurosciences que dans celui de la psychologie cognitive.

Concernant le deuxième point, deux études réalisées par l'université de Genève<sup>2</sup> ont déjà démontré un impact positif d'ATOLE sur l'attention des participants. Mais tester la validité du programme à tous les niveaux de classe, sur toutes les variables dépendantes de l'attention prendra certainement de nombreuses années.

### **Est-ce que vous prenez en compte les découvertes d'Antoine de la Garanderie et de la gestion mentale ?**

Antoine de la Garanderie (1920-2010) a développé le concept de « gestion mentale ». Pour lui, il existe cinq gestes mentaux entrant en jeu dans tous les apprentissages : l'attention, la mémorisation, la compréhension, la réflexion et l'imagination créatrice. À ceux-ci s'ajoutent trois étapes essentielles : la perception, l'évocation et le projet mental. Il a mis en œuvre le principe d'apprendre à apprendre et de métacognition par le biais de ce qu'il a appelé « le dialogue pédagogique » entre l'élève et l'enseignant.e.

---

<sup>2</sup> Gentaz E., Glassey R., Sabine S., Deviscourt L., Vagneux L., Egger-Hammil L., Frei-Holzer M., de Reynal I. Évaluation des effets d'une adaptation du programme ATOLE « ATtentif à l'écOLE » sur le développement de capacités attentionnelles chez des élèves âgés de 4 à 12 ans : les apports d'une recherche interventionnelle et collaborative, A.N.A.E., vol. 182, n°1, pp. 97-108. <https://archive-ouverte.unige.ch/unige:167636>.

Par cette brève description des travaux d'Antoine de la Garanderie, on perçoit un bon nombre de points communs avec le programme ATOLE, comme l'idée de faire exister mentalement (ou évoquer) l'objet perçu (une image, un son, une phrase, etc.) quand on lit un texte ou pour retenir une information. Chez La Garanderie, comme dans le programme ATOLE, pour être attentif, on peut regarder ou écouter avec le projet (ou l'intention) de re-voir, ré-entendre ou re-dire (mentalement). Enfin, le geste d'attention développé par La Garanderie fait directement appel à la métacognition puisqu'il consiste, comme dans ATOLE, à rendre l'apprenant conscient de la manière dont il se concentre pour accomplir des tâches pour plus d'efficacité.

### **Comment peut-on soutenir le transfert des stratégies d'attention proposées par le programme ATOLE dans les tâches scolaires sans risquer de surcharger les fonctions exécutives ?**

Les stratégies proposées dans ATOLE permettent justement de développer et entraîner les fonctions exécutives au cours d'activités scolaires. Par exemple, apprendre à découper des tâches complexes développe l'habileté à planifier, mais aussi à soulager la mémoire de travail. Apprendre à repérer les premiers signes de la distraction entraîne la capacité à inhiber des distracteurs. C'est, au contraire, en ne mettant pas en place des stratégies cognitives comme celles présentées dans ATOLE que l'élève risque de se mettre en situation de surcharge cognitive (par exemple, en essayant de se concentrer sur plusieurs tâches à la fois).

### **Combien de temps dure l'attention des collégiens sur une tâche ?**

Plusieurs études ont été réalisées pour évaluer cette fameuse durée attentionnelle. Cependant, aucune n'a pu conclure à une durée universelle de l'attention, car il y a trop de facteurs qui peuvent l'influencer : l'âge des élèves, leur niveau de motivation, l'heure du test, la fatigue induite par les processus cognitifs engagés pour la tâche, la posture de l'enseignant·e, l'environnement sonore, le jour de la semaine, le niveau de stress des élèves durant la tâche, le climat de classe, etc.

### **Que conseillez-vous en guise de pauses attentionnelles en classe ?**

Les pauses actives ont fait l'objet de très nombreuses recherches depuis 2010, surtout au Québec, dont une<sup>3</sup> réalisée en 2020 sur les enfants et les adolescents.

Les pauses attentionnelles en classe peuvent se définir comme des moments de « repos actif » bien cadrées, avec l'annonce de règles claires pour éviter tout débordement.

Elles peuvent prendre plusieurs formes : répondre à un quiz facile impliquant le corps (vrai : se lever/ faux : s'asseoir), faire une courte activité motrice, des jeux de

---

<sup>3</sup> Verret, C., Massé, L., & Chesnais, N. (2020). La mise en place de mesures d'apaisement pour favoriser l'autocontrôle des élèves du primaire et du secondaire. In N. Gaudreau (dir.) *Les conduites agressives à l'école : Comprendre pour mieux intervenir* (pp. 229–252). Les Presses de l'Université du Québec.

respiration, des étirements... On peut même organiser dans la classe un tour d'animation de ces pauses par les élèves eux-mêmes.

Ces moments doivent être de courte durée et programmés en alternance d'activités exigeant une forte concentration. À chaque enseignant·e d'évaluer le moment le plus opportun pour les proposer aux élèves.

### **Qu'en est-il de l'attention d'un élève lorsqu'il doit simplement écouter (et non accomplir une tâche) ?**

La simple écoute (passive) fait essentiellement appel aux automatismes de compréhension du langage, qui nous permettent de comprendre immédiatement que le mot « lapin » fait référence à un rongeur, par exemple. L'élève doit simplement veiller à ramener son attention sur le flux sonore dès qu'il constate qu'elle s'en écarte. Il s'agit donc d'un exercice assez pur de stabilité attentionnelle. On peut développer cette forme d'écoute dès le plus jeune âge, en adaptant simplement la durée de l'écoute.

Mais il existe également des formes d'écoute actives, qui font appel à des PIM spécifiques, dont voici trois exemples, naturels pour certains élèves mais pas pour d'autres.

Le premier consiste à convertir tout ce qu'on entend et qui peut être imagé, sous la forme d'une image mentale (c'est le M du PIM), avec l'Intention (I) de se former progressivement un petit film mental de ce qui est décrit, de façon à pouvoir le réexpliquer juste après.

Un deuxième exemple plus expert, consiste à porter son attention spécifiquement sur les fins de phrases, en se mettant (M) dans un état d'attente de ce qui va être dit ensuite (en reproduisant l'état attentionnel caractéristique du jeu du « bérêt », où l'on attend impatiemment que son numéro soit appelé, avec une attention tendue vers ce qui suit).

Enfin, certains élèves ont confié utiliser parfois un troisième PIM expert, où la Manière d'agir consiste à visualiser sous-forme de « sous-titres » la plupart des mots qu'ils entendent (selon un principe inverse de la conversion grapho-phonémique). Tout dépend de ce que l'élève juge utile pour lui, de son niveau d'expertise et surtout de ce qu'il arrive à mettre en place facilement, sans que cela induise de coût cognitif important : un PIM doit toujours rendre la tâche plus facile pour l'élève, jamais plus compliquée.

### **Quel discours tenir aux élèves qui se laissent facilement distraire par ce qui se passe autour d'eux ?**

Le discours à tenir est que, pour tout le monde, y compris les adultes, l'attention n'est pas fixe, mais a tendance à fluctuer sans cesse sous l'action de systèmes cérébraux agissant sur l'attention comme des forces.

Dans la séquence 2 du programme ATOLE, on fait découvrir aux élèves les deux grandes forces qui déstabilisent l'attention, à savoir le système pré-attentif et le circuit de la récompense. La découverte de ces systèmes est assortie de stratégies pour ramener son attention sur sa cible dès qu'elle s'en écarte, à la manière d'un

gymnaste qui traverse une poutre, c'est ce qu'on appelle dans ATOLE « l'équilibre attentionnel ». Mais cette technique ne peut être appliquée par l'élève que s'il a conscience de la cible qu'il doit viser (séquence 1).

**Peut-on parler avec les élèves d'« automatismes » pour les tâches automatisées par apprentissage (comme la lecture), alors que les zones du cerveau qui les sous-tendent ne sont pas les mêmes que pour les automatismes innés (comme un bruit soudain) ?**

À force d'engager la même suite de processus (moteurs, cognitifs) dans la même situation (associer « 3 x 4 » au nombre « 12 », par exemple), le cerveau automatise cette suite au point qu'elle finit par se déclencher sans réelle intention volontaire (le simple fait de voir « 3 x 4 » évoque immédiatement le nombre « 12 »). Ces automatismes sont extrêmement précieux pour l'élève, en allégeant considérablement sa charge cognitive, ce qui explique qu'une partie importante de l'apprentissage scolaire consiste à développer de tels automatismes par la répétition.

Mais le même automatisme peut être utile dans un cadre et pas dans un autre, selon le contexte. Ainsi, l'association automatique « chat » / « cat » apprise en anglais doit être remplacée par l'association « chat » / « Katze » quand on traduit un texte en allemand. Le cerveau humain a cette capacité particulière d'activer les bons automatismes en fonction du contexte, mais c'est une compétence que l'on apprend à renforcer dans le programme ATOLE.

## Les outils d'ATOLE

**Est-il pertinent d'utiliser des objets pour capter l'attention des élèves ?  
Surligner un texte, est-ce pertinent ?**

N'oublions pas que l'attention est « sélective » : cela signifie qu'elle sélectionne les informations jugées importantes pour ce qu'on a à faire. Surligner les mots d'un texte ou d'une consigne, c'est donc apprendre à l'élève à sélectionner les informations prioritaires et laisser d'autres dans l'ombre, de manière à établir une hiérarchie des informations qui recevront plus de valeur en fonction de ce qu'on cherche à faire. Dans ATOLE, on apprend à réaliser et automatiser cette posture par le biais du concept de « cible attentionnelle » dès la première séquence.

**Avez-vous des données sur les objets d'aide à l'attention (balles...), le dessin ou d'autres outils ?**

Une étude<sup>4</sup> souvent citée dans la littérature sur les interventions TDAH a observé que l'utilisation d'un *fidget toy* (ou jouet antistress), silencieux et attaché au bureau, a permis aux élèves TDAH d'être moins souvent hors-tâche (moins distraits ou

---

<sup>4</sup> Kercood, S., Grskovic, J. A., Lee, D. L., & Emmert, S. (2007). The effects of fine motor movement and tactile stimulation on the math problem solving of students with attention problems. *Journal of Behavioral Education*, 16, 303-310.



perturbateurs) que lorsqu'ils n'avaient pas l'outil. Les étudiants avec et sans TDAH ont également eu de meilleurs résultats à une évaluation écrite.

Par conséquent, les outils à privilégier (dans le sens où ils satisfont le besoin de mouvement et d'autorégulation sans attirer l'attention ni déranger les voisins) sont : les balles anti-stress non sonores, les tangles (boucles articulées que l'on peut tordre) et les bandes élastiques sur les pieds de chaise. Mais il est important que l'élève qui y a recours sache :

- a) identifier les moments où leur manipulation l'aide à se concentrer, et ceux où ils viennent interférer avec la tâche en cours (quand il faut écrire par exemple),
- b) éviter de se mettre en situation de double-tâche, en partie concentré sur la manipulation de l'objet.

### **Quels sont les gestes qui peuvent montrer aux élèves qu'ils ont besoin d'être attentifs ? Existe-t-il des rituels ou routines efficaces pour capter l'attention en début de cours ?**

La recherche<sup>5</sup> a prouvé que la posture pédagogique qui consiste à signaler son intention d'enseigner un point important est très efficace. Un contact visuel, des gestes et des phrases-clés telles que « Écoutez bien cette remarque », « Attention, ceci est très important », « Soyez attentifs maintenant » agissent comme de véritables déclencheurs attentionnels.

De même, annoncer la durée de concentration requise pour réaliser une tâche ou pour écouter une explication est très efficace. Par exemple : « Pendant les cinq prochaines minutes, je vais expliquer quelque chose de très utile pour l'exercice qui va suivre. »

Dans ATOLE, l'appel à l'attention utilise un mot-clé (« contact ») qui fait directement référence à un élément expliqué dans le programme (l'attention permet d'établir un *contact* entre le cerveau et la cible attentionnelle, de façon que celle-ci ait un effet sur notre activité mentale). Lorsqu'ils entendent ce mot-clé, les élèves sont donc capables de l'interpréter directement comme une action concrète à réaliser de leur part. Une étude réalisée au sein de l'académie de Lyon<sup>6</sup> a montré que ce type d'apprentissage, au sein d'ATOLE, améliore la rapidité de connexion entre l'enseignant·e et sa classe.

### **Comment favoriser la concentration des élèves sur une séance de cours entière ?**

Il est vain d'exiger des élèves une concentration soutenue durant une séance entière. On pourra concevoir sa situation d'enseignement en anticipant des moyens de maintenir et de relancer l'attention tout au long de la séance avec les quelques pistes suivantes :

#### 1. Capter et relancer

---

<sup>5</sup> Gergely, G., & Csibra, G. (2003). *Teleological reasoning in infancy: The naïve theory of rational action. Trends in Cognitive Sciences*, 7(7), 287–292. [https://doi.org/10.1016/S1364-6613\(03\)00128-1](https://doi.org/10.1016/S1364-6613(03)00128-1).

<sup>6</sup> Vittoz IRDC, *Développer son attention et sa concentration*, Lyon, *Chronique sociale*, 2014, (157 p.).



- Un démarrage impactant (Le fameux « *Hook* », hameçon) : commencer le cours par une question mystère, une anecdote, un défi concret, une image ou une vidéo courte qui crée immédiatement l'intérêt et justifie l'apprentissage à venir.
- Des micropauses et des changements de rythme où l'on alterne les moments de forte concentration (exposé magistral, lecture) avec des moments de détente active (étirements rapides, questionnaires courts ou sondages pour vérifier la compréhension, changement de support), puis une manipulation...
- Une « chronobiologie » de la séance où l'on prévoit les activités demandant le plus d'effort cognitif au début de la séance lorsque la concentration est maximale, et les activités plus légères pour la fin, telles qu'une séance de révisions avec des flashcards, un QCM, un quiz, une mise en commun ludique, un travail en binômes...

## 2. Rendre les élèves actifs

- Concrétiser le sens de l'apprentissage : relier régulièrement (et pas seulement en fin de séance) le contenu du cours à la vie réelle, à des problèmes concrets ou aux intérêts des élèves pour ancrer le sens et l'utilité de l'apprentissage.
- Organiser des travaux collaboratifs en binômes ou en petits groupes, même très courts (2 à 5 minutes), pour encourager les élèves à reformuler et à s'engager activement.
- Animer des questionnements stratégiques pour maintenir l'attente et impliquer tout le monde.
- Faire créer par les élèves eux-mêmes des quiz, flashcards et autres mini-évaluations ludiques.

## 3. Structurer et baliser

- Annoncer la feuille de route, c'est à dire énoncer clairement les objectifs de la séance et les différentes étapes. Par exemple : « Aujourd'hui, nous allons (1) découvrir le concept, (2) l'appliquer en groupes et (3) faire le bilan. »
- Signaler des moments-clés : utilisez des phrases de transition claires ou des signaux visuels/sonores pour indiquer les changements d'activité ou les informations essentielles (« Attention, ceci est une définition importante ! »).
- Clarté visuelle : s'assurer que le support (tableau, diaporama...) est aéré, lisible, utilise les couleurs pour hiérarchiser l'information, et éviter la surcharge cognitive (trop de texte ou d'images à la fois)

## 4. Des facteurs environnementaux optimaux

- Ergonomie et confort : s'assurer d'une bonne luminosité et d'une température adéquate.
  - Gestion du bruit : établir dès le début de l'année scolaire des règles claires sur le niveau sonore pendant les travaux coopératifs et intégrer des moments où le silence total est nécessaire pour le travail individuel.
- Les outils suivants sont intéressants à utiliser (et à varier) lors des travaux de groupes des élèves :

- *Bouncy Balls* : transforme le niveau sonore de la pièce (capté par le micro de l'ordinateur) en un ensemble de balles qui rebondissent à l'écran. Plus c'est bruyant, plus les balles s'agitent.
- *Zero Noise Classroom* (extension) : combine un chronomètre et un indicateur de bruit qui passe au rouge si le niveau recommandé est dépassé.
- *Shhht* (application) : fait apparaître un dessin ou une « surprise » à l'écran si le niveau sonore est respecté. C'est intéressant, car ça encourage « la récompense du silence. »
- Minimalisme (si possible) : demandez aux élèves de ranger ce qui n'est pas nécessaire pour la tâche en cours, afin d'éviter les distractions visuelles inutiles sur la table.

### **Comment aider des élèves à rester concentrés sur une tâche, même en cas de forte distractibilité ?**

Un orage, une forte pluie, la tombée de la neige ou les cris des élèves en séance d'EPS dans la cour sont des sources de distractions très fréquentes. La séquence 2 du programme ATOLE fait découvrir aux élèves les deux systèmes de la distraction afin qu'ils puissent apprendre à réagir pour rester concentrés. Ils apprennent à développer une forme de stabilité, qualifiée de sens de « l'équilibre attentionnel », qui implique la détection rapide de la dérive de l'attention, suivi d'une restabilisation de celle-ci vers la cible qu'ils doivent viser pendant la tâche du moment.

Ce sens de l'équilibre ne peut être développé que par la répétition : répéter encore et encore, tout au long de l'année, les situations où l'élève a conscience de la cible qu'il doit viser et a comme consigne explicite de ramener son attention vers celle-ci dès qu'il remarque qu'elle s'en écarte. Ce type d'exercices, même dans des formats très courts de quelques dizaines de secondes, permet le développement progressif d'habitudes de restabilisation de l'attention et une robustesse face aux distractions.

## **Le programme ATOLE au collège**

### **Quelles nouveautés dans la version collège du programme ATOLE par rapport à la version précédente ?**

Les outils, concepts et stratégies cognitives expliquées dans la version collège sont exactement les mêmes que ceux de la version pour l'école élémentaire. En revanche, la version collège est beaucoup plus resserrée dans le temps à cause des contraintes particulières d'emploi du temps de ce niveau scolaire. Cela implique de susciter régulièrement l'emploi de ces stratégies attentionnelles dans les autres temps de classe, pour faciliter leur appropriation progressive par les élèves au-delà des 12 heures du programme.

Le vocabulaire utilisé est aussi différent de celui du programme élémentaire : il est important en effet d'utiliser les termes scientifiques (« circuit de la récompense », « cortex préfrontal ») pour être en accord avec le programme de SVT, par exemple.

Enfin, le ton général des séquences est plus adapté à des élèves qui avancent progressivement vers l'âge adulte, avec parfois une teneur presque philosophique de certains messages : est-on vraiment libre lorsque l'on scrolle machinalement pendant des heures sur les réseaux sociaux ? Comment décider librement de ce qui occupe notre vie mentale ?

### **Est-ce que ce programme peut s'adresser à un public en lycée professionnel, UPE2A ou ULIS ?**

Ce programme s'adresse à tous les enseignants du second degré, y compris ceux qui travaillent dans des postes spécialisés. Le programme ATOLE mise sur un enseignement universel, dont les outils sont profitables à tous, y compris les adultes !

### **Peut-on n'utiliser que certaines séquences et pas le programme entier (pour des raisons temporelles surtout) ?**

Tout ce qui est mis en œuvre pour apprendre aux élèves à se concentrer aura un impact positif pour chacun et pour le climat de classe. On constate que la réflexion sur ce que signifie « être attentif à l'Autre », par exemple, génère bien souvent des prises de conscience et entraîne un impact positif sur le groupe.

Les quatre séquences ont été pensées dans une logique de progression que nous conseillons de respecter, mais il est tout à fait possible de ne choisir que les activités qui vous « parlent » et que vous trouvez pertinentes pour votre groupe d'élèves.

## **La mise en œuvre d'ATOLE**

### **Nous désirons faire entrer l'ensemble d'un collège dans votre démarche. Nous serons 25 professeurs, AED, AESH et nous attendons cette conférence pour démarrer. Comment rejoindre le réseau ADOLE ?**

Dans l'introduction du guide ATOLE, nous proposons un questionnaire qui permet de se poser les bonnes questions en équipe d'établissement avant de se lancer dans le programme ATOLE.

Par ailleurs, il est possible de rejoindre le groupe Facebook pour échanger avec les utilisateurs du programme (voir page suivante).

### **À quel moment intervient le livret de l'élève au cours du programme ?**

Le livret suit l'ordre des séquences. Il est donc utilisable dès les premières activités du programme.

### **Est-ce que vous proposez des interventions et des formations dans les établissements scolaires ?**

Le guide ATOLE a été pensé pour être « clé en main », donc le plus opérationnel possible. Cependant, les enseignants peuvent se former, pour répondre à la rubrique

du référentiel de compétences du professorat : « être acteur de son développement professionnel ».

- Dans l'enseignement privé : comme pour toute demande de formation en établissement, il faut se rapprocher de son ISFEC (Institut Supérieur de Formation de l'Enseignement Catholique) de référence.
- Dans l'enseignement public : il faut se rapprocher de l'EAFC (École Académique de la Formation Continue) de son académie.
- Une série de 34 vidéos d'environ dix minutes, en accès libre et gratuit, explique chacun des points importants du programme, ainsi que des exemples d'applications des outils lors de tâches scolaires : [www.youtube.com/watch?v=1gDxT9BBWd4](http://www.youtube.com/watch?v=1gDxT9BBWd4).
- Le réseau Canopé propose quelques dispositifs de formation ainsi que des ressources en ligne : [www.reseau-canope.fr/notice/lattention-ca-sapprend\\_25565](http://www.reseau-canope.fr/notice/lattention-ca-sapprend_25565). Il est enfin en train de concevoir une formation de formateurs ATOLE, de manière à répondre à cette importante demande de formation sur le programme.

## Le guide ATOLE Collège

### Comment en savoir plus sur le guide ? Comment se le procurer ?

Toutes les informations utiles concernant le guide *ATOLE Collège* sont à retrouver sur la page dédiée du site des éditions MDI : [www.mdi-editions.com/pedagogie/atole-college-guide-des-seances-9782223010882.html](http://www.mdi-editions.com/pedagogie/atole-college-guide-des-seances-9782223010882.html).

Un extrait à feuilleter est même disponible en ligne : [www.calameo.com/read/005358335a492ec519865](http://www.calameo.com/read/005358335a492ec519865).

### Où retrouver l'ensemble des ressources numériques à projeter ou à imprimer ?

La version numérique et ses ressources (diaporamas, audios et vidéos, et livret de l'élève à imprimer) sont accessibles sur la plateforme Biblio Manuels via le code d'activation unique présent dans le fichier papier : [biblio.manuel-numerique.com](http://biblio.manuel-numerique.com).

Le livret de l'élève est également téléchargeable depuis le site compagnon de la collection : [atole.mdi-editions.com/9782223010882](http://atole.mdi-editions.com/9782223010882).

### Comment rejoindre le groupe Facebook ?

Le groupe Facebook *ATOLE éduquer l'attention* est un groupe de partage autour de l'attention en classe, de la maternelle au collège. Il est accessible ici :



**Groupe Facebook :**

[www.facebook.com/groups/1280841329045018](http://www.facebook.com/groups/1280841329045018)