



*Pour Qui ?*

ABED Kaouthar, Neuropsychologue  
HOPSORE Justine, Neuropsychologue



# Remédiation cognitive

- **Quand ?**

**Une fois les troubles cognitifs identifiés/diagnostic.**

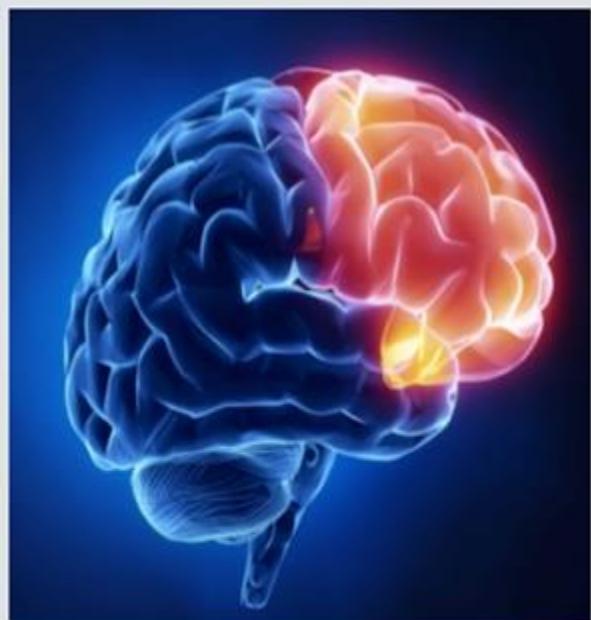
- **Pour qui?**

**Dans le cadre de troubles du neurodéveloppement, la remédiation cognitive c'est un peu comme l'utilisation de la rééducation orthophonique pour les dyslexies, ou l'ergothérapie/la psychomotricité pour les dyspraxies. La remédiation cognitive réalisée par un neuropsychologue se centrera plus généralement autour des difficultés attentionnelles, exécutives, mnésiques et de la cognition sociale.**

## La mémoire de travail a un rôle essentiel

dans :

- la compréhension du langage oral et écrit ;
- le calcul et la résolution de problèmes ;
- le raisonnement verbal et logique ;



attention  
(divisée, sélective, soutenue)

mémoire de travail

inhibition

bloquer les informations  
et les automatismes non pertinents

**fonctions  
exécutives**

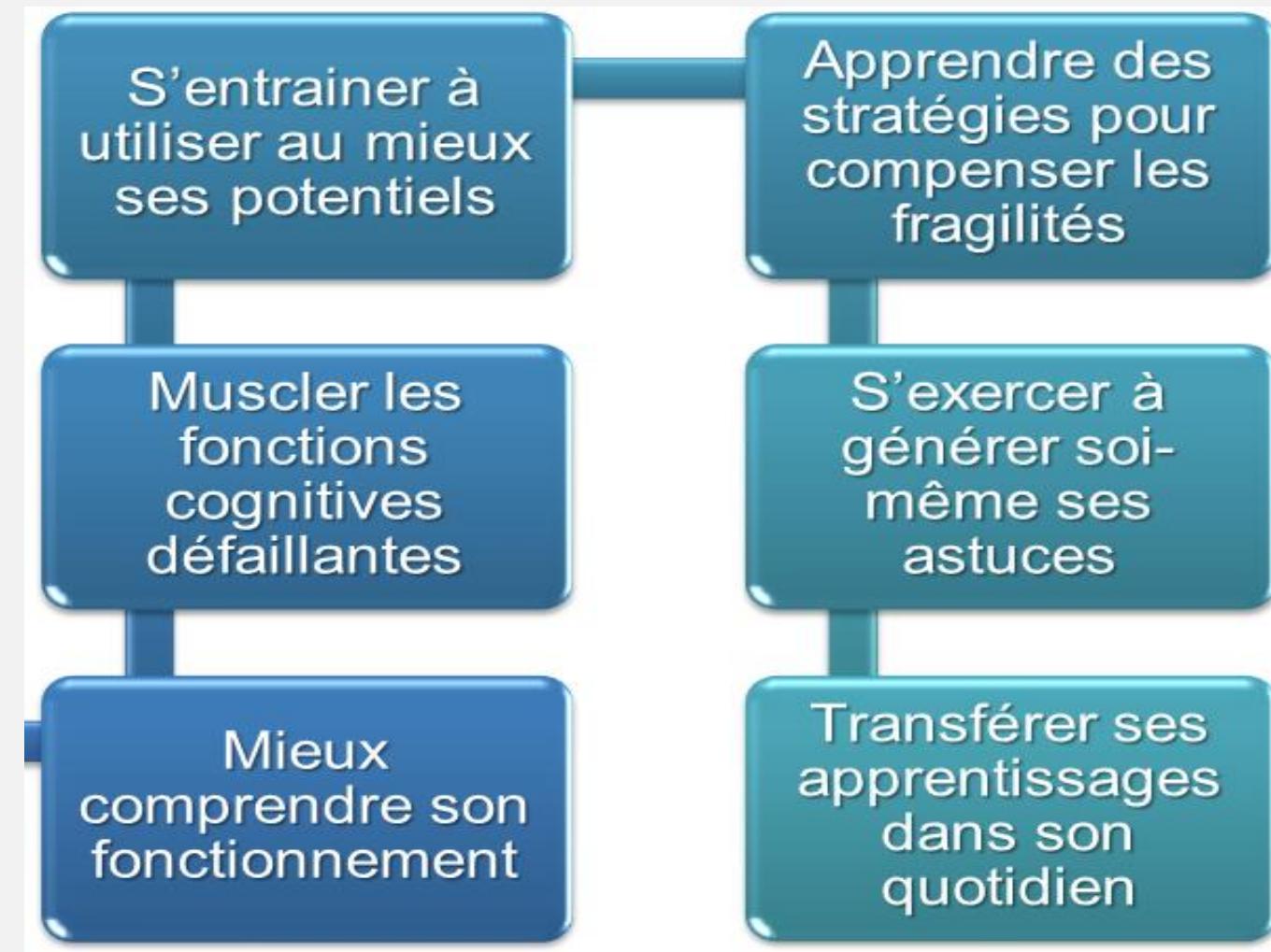
flexibilité

changer rapidement de point  
de vue ou de stratégie

prévoir mentalement des étapes  
à réaliser pour atteindre un objectif

planification

# Les objectifs de la Remédiation cognitive



# Les Supports de la Remédiation Cognitive

- **Le PiFAM: programme de remédiation conçu pour faciliter l'apprentissage**  
**Le programme met l'accent sur Attention, impulsivité et régulation émotionnelle/TDAH**

-4 à 6 enfants âgés de 10 à 14 ans  
-12 semaines  
- 90 minutes/séance

Compétences acquises pendant le programme:

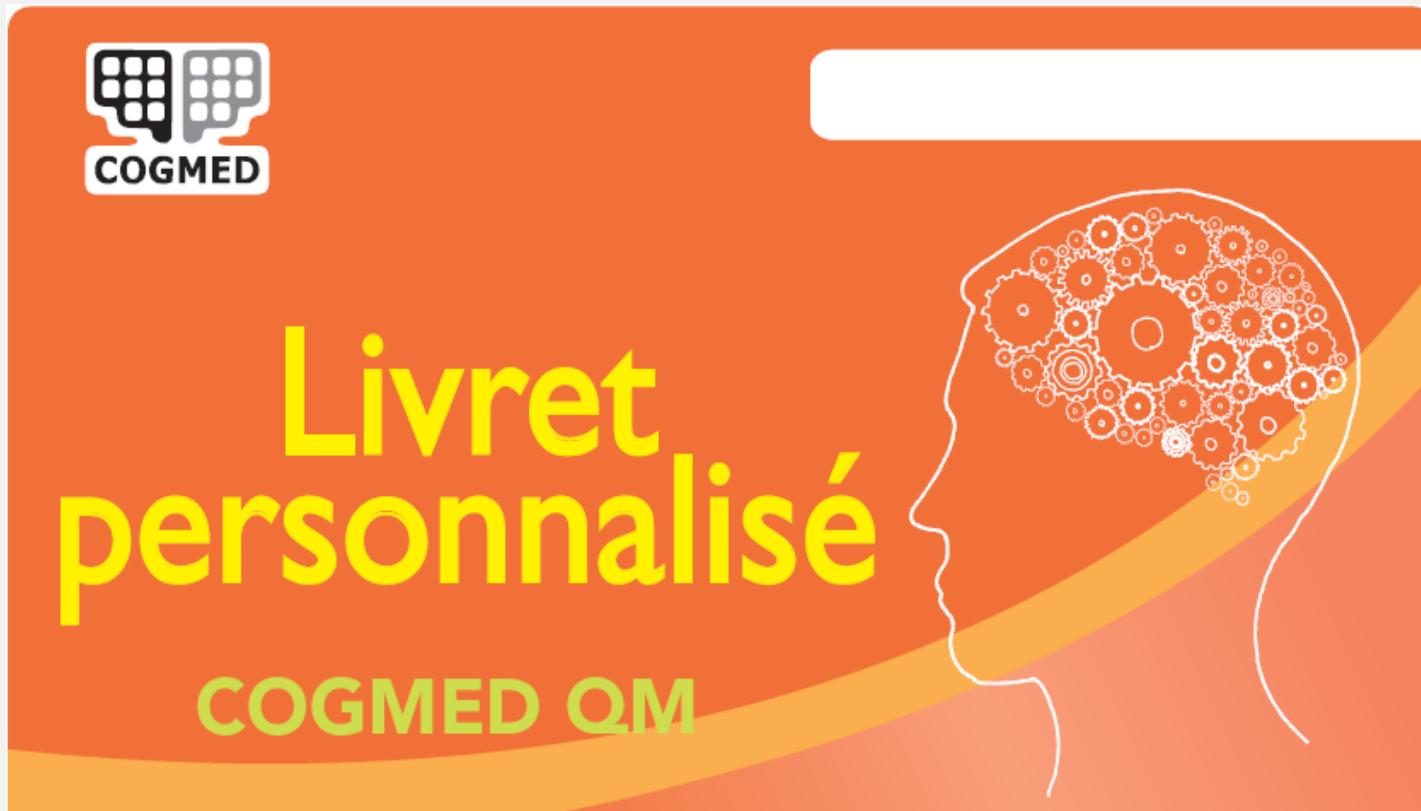
- Contrôle de l'impulsivité
- Résistance à la distraction
- Flexibilité et imagerie mentale
- Mémorisation
- Planification du travail
- Organisation de son temps et de sa pensée
- Respect de soi et des autres



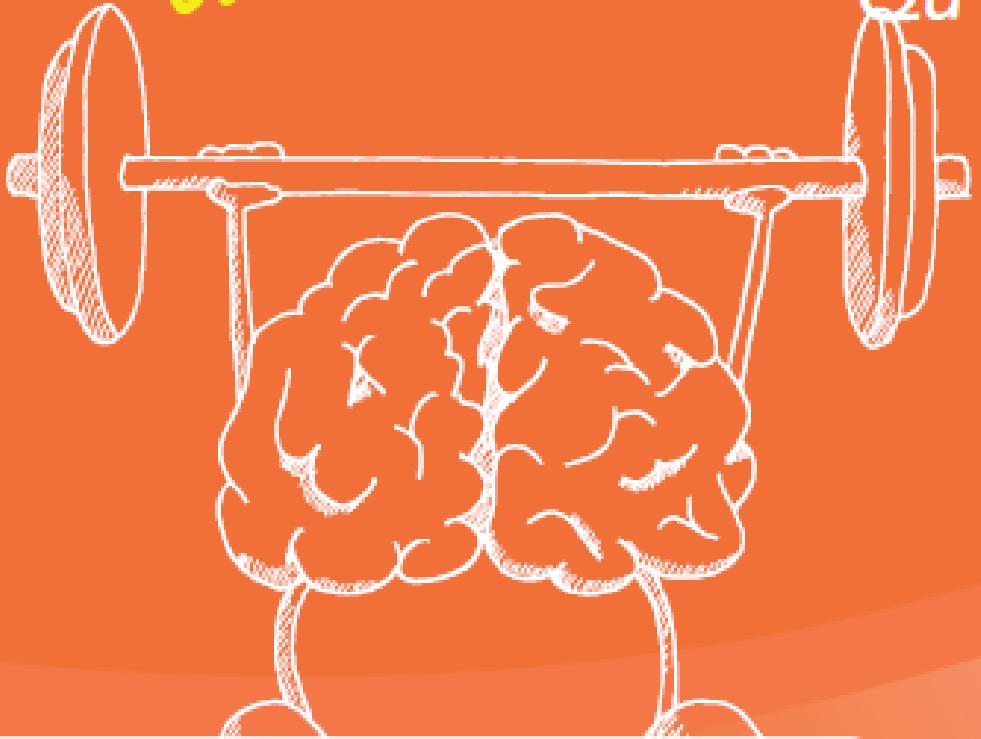
# Les Supports de la Remédiation Cognitive

❑ **Cogmed** : programme de remédiation cognitive en ligne pour améliorer la mémoire de travail, l'attention et augmenter le contrôle de l'impulsivité.

- 3 séances/semaine
- 35 minutes/séance
- 10 semaines



# La mémoire de travail... Qu'est-ce que c'est ?



Quand utilises-tu ta mémoire de travail ?

---

---

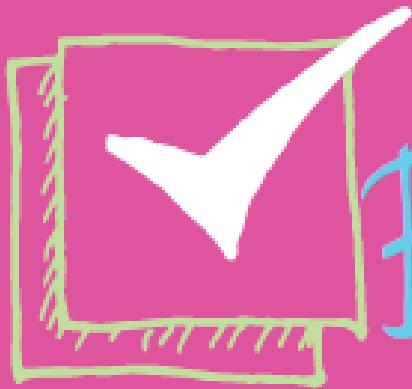
---

La mémoire de travail est utilisée pour se souvenir des informations sur une courte durée.

Par exemple, on fait appel à la mémoire de travail pour se souvenir de ce que quelqu'un vient de nous dire ou pour se souvenir de ce qu'on vient de lire.

Quand on lit une phrase longue, on utilise la mémoire de travail pour se souvenir encore du début de la phrase quand on arrive à la fin de cette phrase.

Si tu remarques que tu as des problèmes pour comprendre ce que tu lis, pour faire du calcul mental ou pour suivre des consignes, tu peux entraîner ta mémoire de travail pour l'améliorer.



# Bien se préparer...

- Trouve un endroit calme
- Met un casque s'il y a du bruit
- Si tu travailles sur un ordinateur portable,  
branche une souris pour que ce soit plus facile
- Fais tes exercices quand tu te sens bien reposé et plein d'énergie
- Va au bout de la session et n'en fais pas plus d'une par jour
- Essaye de faire de ton mieux pour être fier de toi
- Si tu as l'impression que ça devient de plus en plus compliqué,  
ça veut dire que tu réussis de mieux en mieux



# Calendrier

## Mois

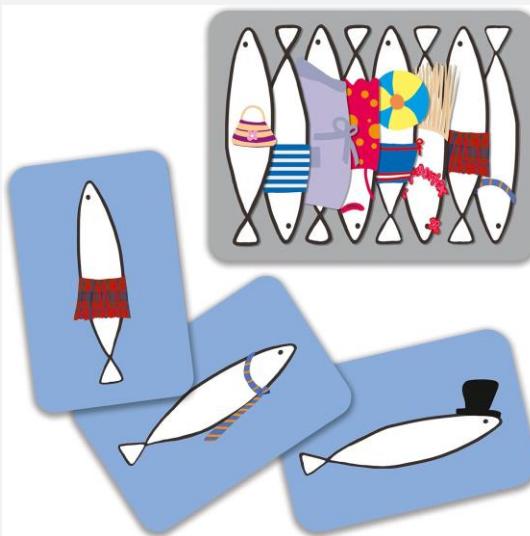
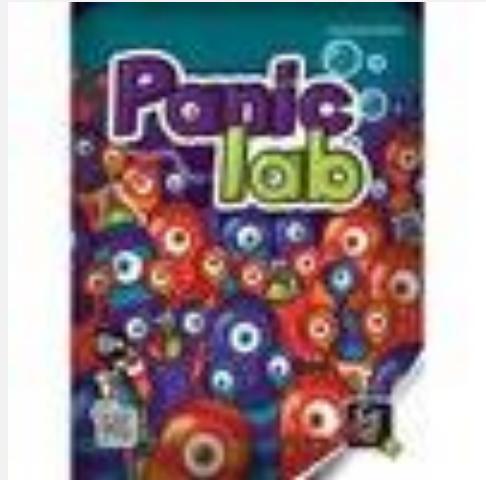
□ **Réflecto**: méthode de **développement de compétences cognitives où les élèves apprennent à gérer des stratégies** à travers sept personnages :

un détective, un explorateur, un bibliothécaire, un contrôleur,

un architecte, un menuisier et un arbitre.

- Ces personnages amènent les enfants à porter un regard de métacognition sur leurs tâches mentales.
- Par exemple, il compare les différentes étapes de résolution d'un problème aux différentes tâches exécutées par des représentants de métiers divers : l'architecte qui trace le plan, le menuisier qui l'exécute, l'inspecteur qui vérifie, le bibliothécaire qui fait des recherches, le détective qui pose des questions, etc.

# Les Supports de la Roméodidation Cognitive



MERCI.