

L'apprentissage de l'autorégulation

1. S'impliquer et s'investir dans son travail

- Croire à ce qu'on fait
 - motivation
 - contrôle
 - persévérance
 - autoévaluation
- Être un acteur optimiste
 - être toujours un apprenant
- Donner l'exemple
 - être un enseignant réflexif
- Garantir un minimum de liberté pédagogique
 - Se sentir responsable
 - Imaginer, construire
 - réguler son action

2. Essayer de comprendre ce qui se passe dans la tête de l'élève

- S'efforcer d'accéder aux processus mentaux et aux démarches des élèves
 - Utiliser des stratégies de diagnostic
 - Construire et mettre à disposition des listes de vérification "processus"
 - exploiter les erreurs caractéristiques
- Traiter l'erreur comme un outil pour enseigner
 - Instaurer un rapport positif à l'erreur
 - Analyser les erreurs pour affiner le diagnostic
 - Se doter de grilles d'analyse systématique des erreurs

3. Faire faire l'expérience de l'autocontrôle et de la maîtrise

- Faire réaliser l'apprentissage de la réussite
 - Accepter l'erreur, ricanon du tatouement
 - Épargner les erreurs inutiles
 - Donner confiance à l'élève
- Faire de l'autoévaluation une pratique courante
 - expliquer les critères de réalisation
 - expliciter les critères de réussite
 - ce qui fait de l'autoévaluation une condition de l'autonomie
- Elaborer des dispositifs permettant de travailler seul
 - Armer pour le travail seul lors du travail en classe de l'accroissement de l'autorégulation
 - Organiser la spirale de l'accroissement de l'autorégulation

4. Privilégier la prise de distance, cognitive et métacognitive

- Apprendre la conduite réfléchie
 - par le moyen de stratégies alternatives, ouvertes ou fermées
 - en recherchant des éléments structuraux communs
 - en travaillant sur les critères de réalisation et de réussite
 - en élaborant des ponts
- Apprendre l'autoévaluation
 - Double mouvement
 - acquérir de nouvelles stratégies
 - inhiber les stratégies inefficaces
 - développer l'auto-observation
 - observer les processus
 - exercer un regard critique
 - 3 grandes approches
 - Acquérir l'autodétermination
 - Acquérir le contrôle de soi
 - Développer le self

5. Doter l'apprenant d'un répertoire de stratégies d'apprentissage

- Stratégies cognitives
 - Répétition, mémorisation
 - Organisation, structuration interne
 - Elaboration
- Stratégies métacognitives
 - Anticipation, planification
 - Surveillance, monitoring et contrôle
 - Évaluation, contrôle terminal
- Adapter en fonction des élèves et du contexte

6. Proposer des activités pour favoriser l'apprentissage autonome

- Activités authentiques et complexes
- Activités trans ou inter disciplinaires
- Projet de longue durée
- Activités visant le développement de compétences

7. Concevoir des situations de nature à stimuler un pilotage réfléchi.

- Implication active des élèves
- Interactions sociales / problème à résoudre
- Utilisation de diverses modalités de symbolisation

8. Réduire la charge cognitive pesant sur les tâches scolaires

- Trier pour aller à l'essentiel (parcimonie)
- Favoriser l'acquisition de schémas
- Éviter la redondance (donner infos nécessaires)
- Favoriser la séquentialisation des tâches
- Dégager l'apprenant des tâches parasites

9. Réduire la charge affective par la régularisation des émotions et de l'affect

- Réguler l'émotion
- Contrôler l'environnement
- Réguler la motivation

10. Minimiser les risques pour le sujet apprenant

- Associer les apprenants aux critères de réussite
- Reconnaître la pluralité des points de vue
- Laïsser une place à l'erreur et au tâtonnement
- Instrumenter la démarche d'autoévaluation
- Rendre les apprenants pleinement acteurs
- Réguler la motivation
 - Renforcer la valeur de la tâche
 - Renforcer le sentiment d'efficacité personnelle