

Prise en charge cognitive et métacognitive des troubles de la mémoire chez l'enfant

Aline Miquée, Psychologue, docteur en neuropsychologie
Chef de service du SESSAD RESODY, Marseille
Activité libérale (Salon de Provence, CPA Celony)

- Les troubles de la mémoire sont très rarement spécifiques
- Ils sont souvent associés à:
 - ✓ un trouble dys-exécutif et/ou attentionnel
 - ✓ une mauvaise utilisation des compétences mnésiques (méthodologie).

Nécessité d'un bilan neuropsychologique complet pour établir le projet de rééducation.

Evaluer:

- l'efficacité intellectuelle
- les capacités mnésiques
- les capacités attentionnelles et exécutives

Plusieurs stratégies d'intervention...

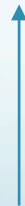
Remédiation Métacognitive

« Apprendre à apprendre », compréhension de son propre fonctionnement cognitif afin de faciliter l'utilisation de sa mémoire



Restauration top-down

Troubles de la mémoire



Restauration bottom-up

Remédiation cognitive

Restaurer ou compenser les fonctions défectueuses

Remédiation cognitive

1. Stimulation intensive de la fonction altérée

Jusqu'au début des années 1980: méthode ciblant les déficits et visant à **rétablir la fonction perturbée** via des exercices intensifs (Berg & coll.1991 ; Prigatano, 1984...).

+ : Performances s'améliorent dans les exercices utilisés

— : Absence de généralisation, de transfert aux autres fonctions et à la vie quotidienne

— : Nécessite un entraînement intensif et régulier afin de générer les mécanismes de plasticité cérébrale.

Cas particulier de la mémoire de travail (COGMED)

2. Utiliser les habiletés mnésiques préservées

- ✓ Déficit en mémoire épisodique

Utiliser **la mémoire visuelle** pour aider la mémoire verbale déficitaire grâce à l'imagerie mentale, utilisation de supports visuels, les silhouettes de mots,...

- ✓ déficit en mémoire visuelle

Utilise **la mémoire verbale** en décrivant verbalement l'image à mémoriser, épelant les mots à apprendre...

Encodage par association

Le principe d'association vise à **ajouter des indices** qui relieront les informations entre elles et **faciliteront la récupération en mémoire.**

Stratégies différentes selon que les informations sont ou non significantes ou reliées.

- **Matériel signifiant et relié:**
 - ✓ relier aux connaissances préexistantes
 - ✓ Association sémantique ou phonologique

Petite expérience(PiFAM F. Lussier)

Chronométrer le temps qu'il vous faut pour apprendre cette liste de mots par répétition mentale:

citron

marteau

fleur

soleil

fusée

neige

banane

planche

rose

glace

Chronométrer le temps qu'il me faut pour apprendre
cette liste de mots par association

vélo

rouge

chocolat

bateau

livre

girafe

cerise

lapin

noir

journaliste

Et vous combien de mots avez-vous retenu de cette seconde liste....

Preuve de l'efficacité de l'association et de l'apprentissage actif et multimodal.

Efficacité supérieure par rapport aux stratégies de répétition mentale (Glasgow, 1977)

Encodage par association

- **Matériel non signifiant et non relié:**
 - ✓ Procédés mnémotechniques
 - ✓ Images mentales interactives, dessins enchâssés
 - ✓ méthode des localisations
- Efficacité dépend de la capacité du patient à faire des images mentales. Nécessite un entraînement, pas intuitif.

3. Rééduquer les fonctions exécutives et attentionnelles

Mémoire, fonctions exécutives et attentionnelles sont étroitement impliquées.

Atteinte des FE n'entraîne pas un déficit mnésique en tant que tel, mais un défaut d'utilisation de la mémoire en lien avec :

- ✓ L'absence de résistance aux interférences externes et internes (déficit d'inhibition cognitive)
- ✓ Manque de sélectivité de l'information mémorisée (déficit attentionnel)
- ✓ Altération des mécanismes de récupération en mémoire (déficit de planification et de flexibilité cognitive)

il faut dissocier: difficultés d'accès au mot et manque du mot

L'enfant dysexécutif a des difficultés à **faire la preuve** de connaissances et de compétences

Pourtant elles sont acquises et globalement maîtrisées mais **le codage de l'information est déficitaire** et **la récupération en mémoire entravée.**

Développer le discours interne ou auto-instruction:



Le langage

Favorise la focalisation de l'attention

Améliore la mémorisation

Facilite la récupération en mémoire en renforçant l'encodage et la planification (créant du lien, organise les idées et diminue l'impulsivité).

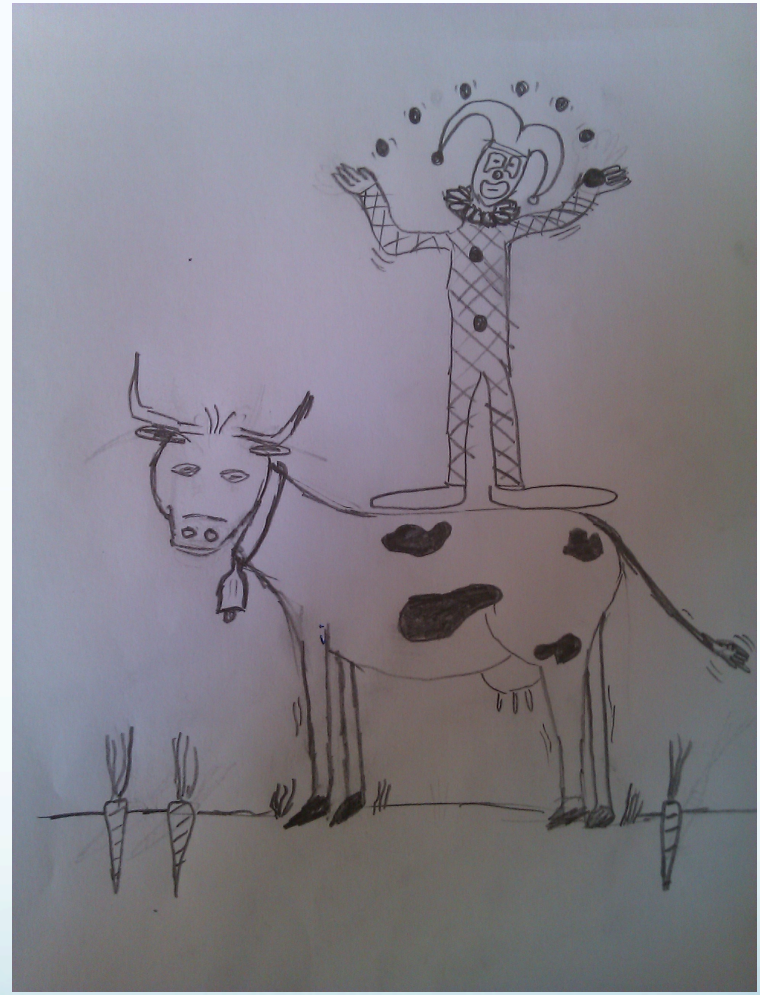
'Se parler à soi-même'

'La petite voix intérieure'

Exemple d'activités :

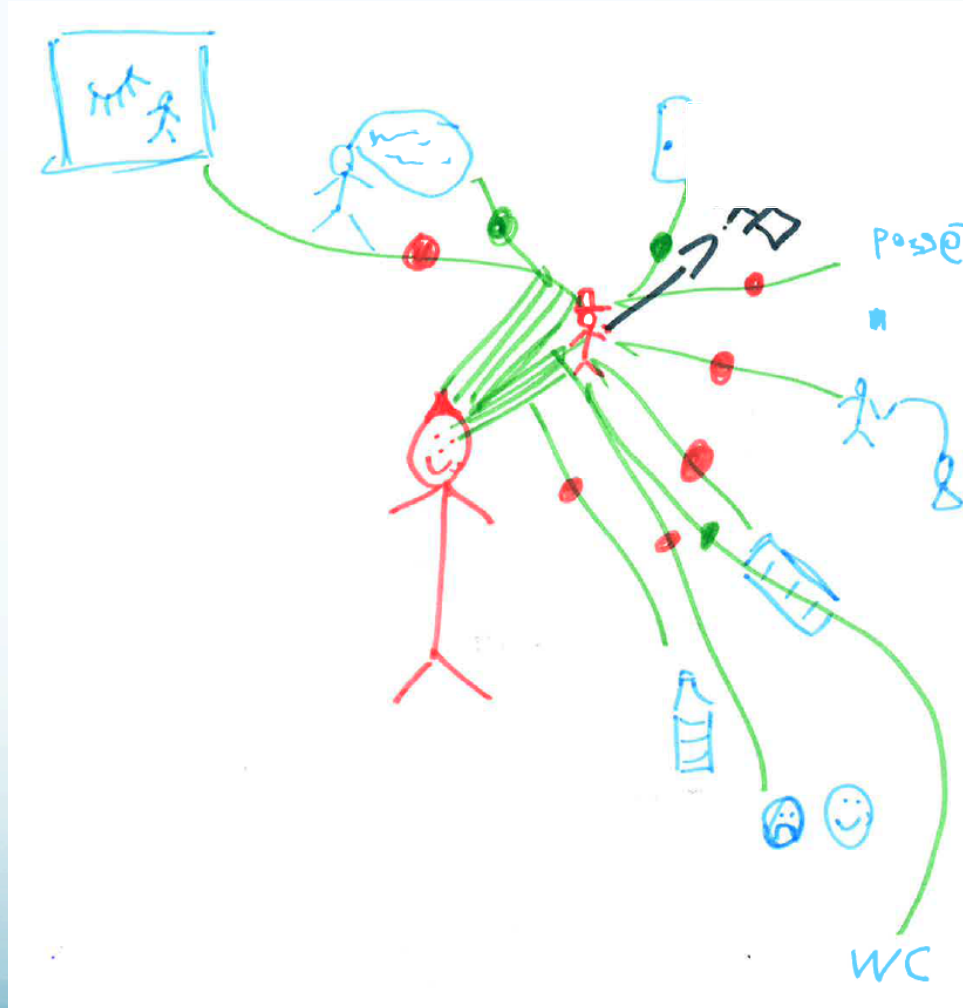
- Pour soutenir l'attention:
 - ✓ Compter les jetons en résistant aux distractions, interférences des autres membres du groupe
- Pour soutenir sa mémoire:
 - ✓ Retenir un numéro de téléphone, une liste de course
- Pour améliorer la planification
 - ✓ Rush Hour
 - ✓ Construction guidée verbalement en lego





Améliorer la gestion de l'impulsivité

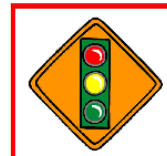
Technique du gendarme :



Stop / Réfléchis / GO



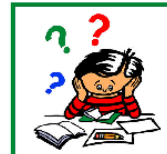
Lorsque je suis attentif...



**Je
m'arrête**



**Je
regarde**



**Je me
questionne**



**Je
décide**

4. Mettre en place des outils de compensation

La mise en place de « prothèses » mnésiques afin de faciliter le fonctionnement mnésique:

- ✓ Supports visuels à disposition
- ✓ Fiche méthode
- ✓ Agenda
- ✓ Bloc mémoire
- ✓ ...

Approche metacognitive

Introduite par Flavel en 1976, la métacognition utilise l'auto-questionnement pour :

« réfléchir à comment je réfléchis »

« comprendre comment j'apprends »

Elle se rapporte à la connaissance que l'on a de ses propres processus cognitifs et des produits qui peuvent en résulter.

Elle vise à optimiser le fonctionnement mnésique en fonction de son propre fonctionnement et diminuer la charge cognitive.

Déterminer son mode d'évocation

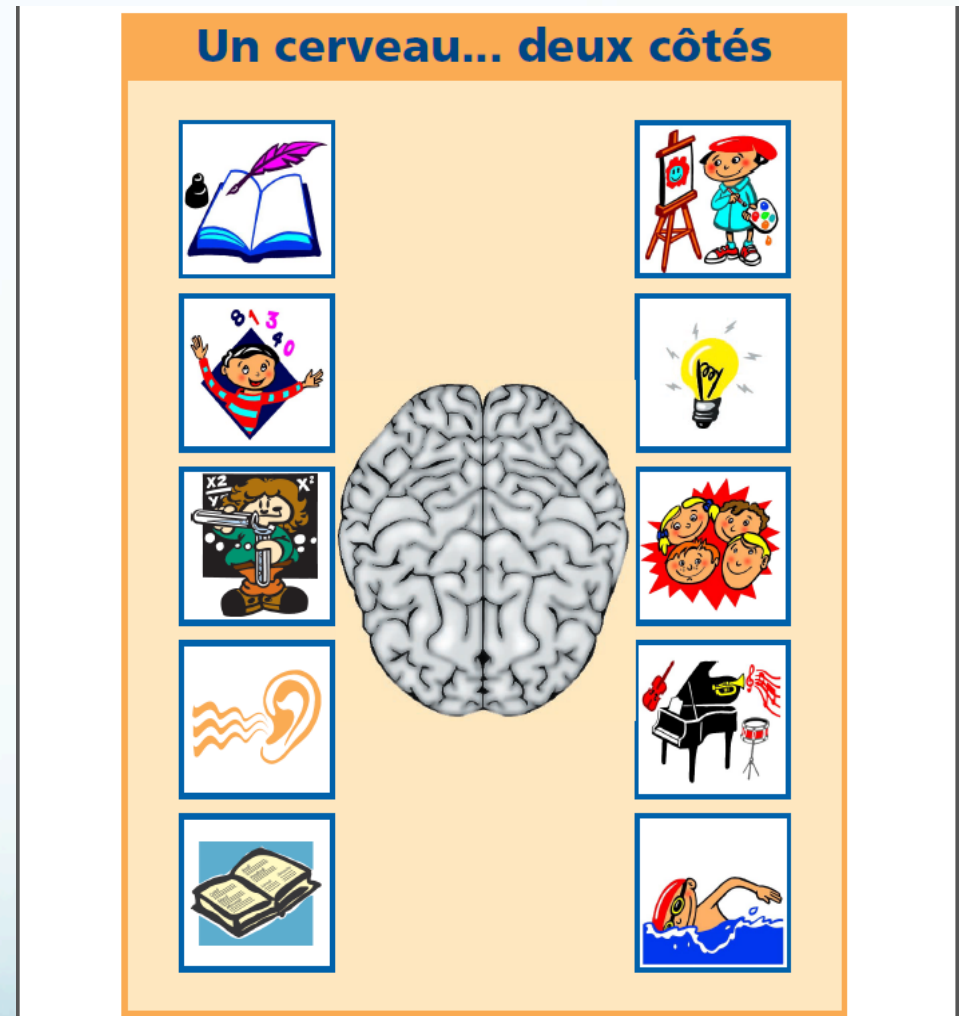
3 profils d'évocation:

- auditif/verbal
- visuel
- kinesthésique

2 approches :

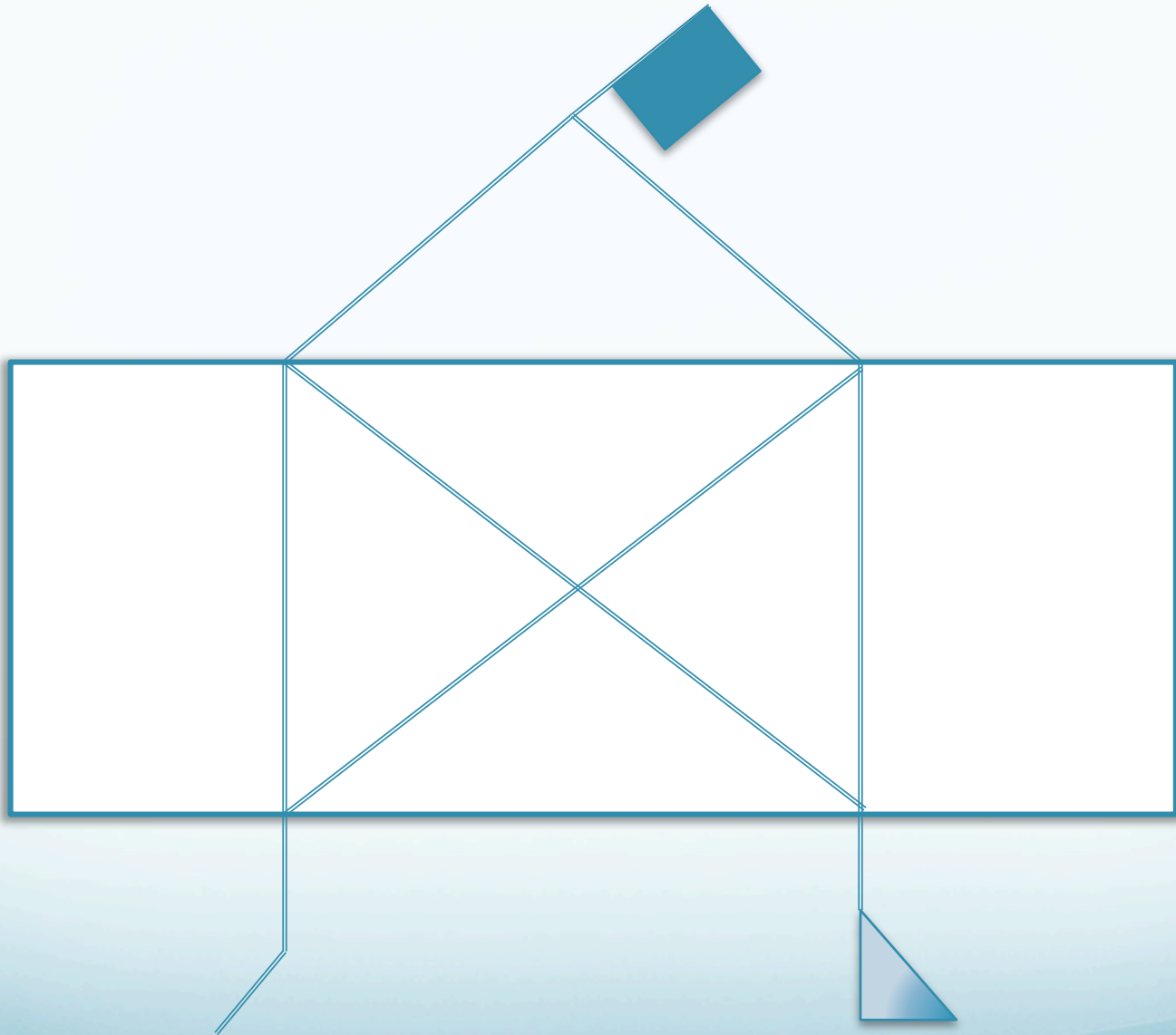
- séquentielle
- simultanée

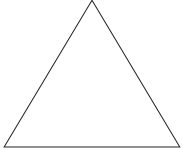
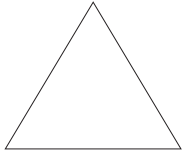
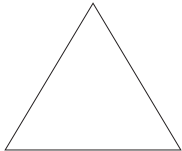
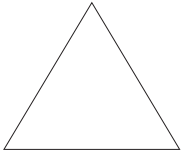
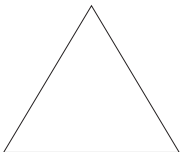
Etre conscient de son mode d'apprentissage permet de passer d'actes spontanés à des habitudes fondées sur des choix plus efficaces.



Verbal
Mode séquentiel

Image
Mode simultané



L'intervention métacognitive repose sur le principe de découverte et le principe de la signification.

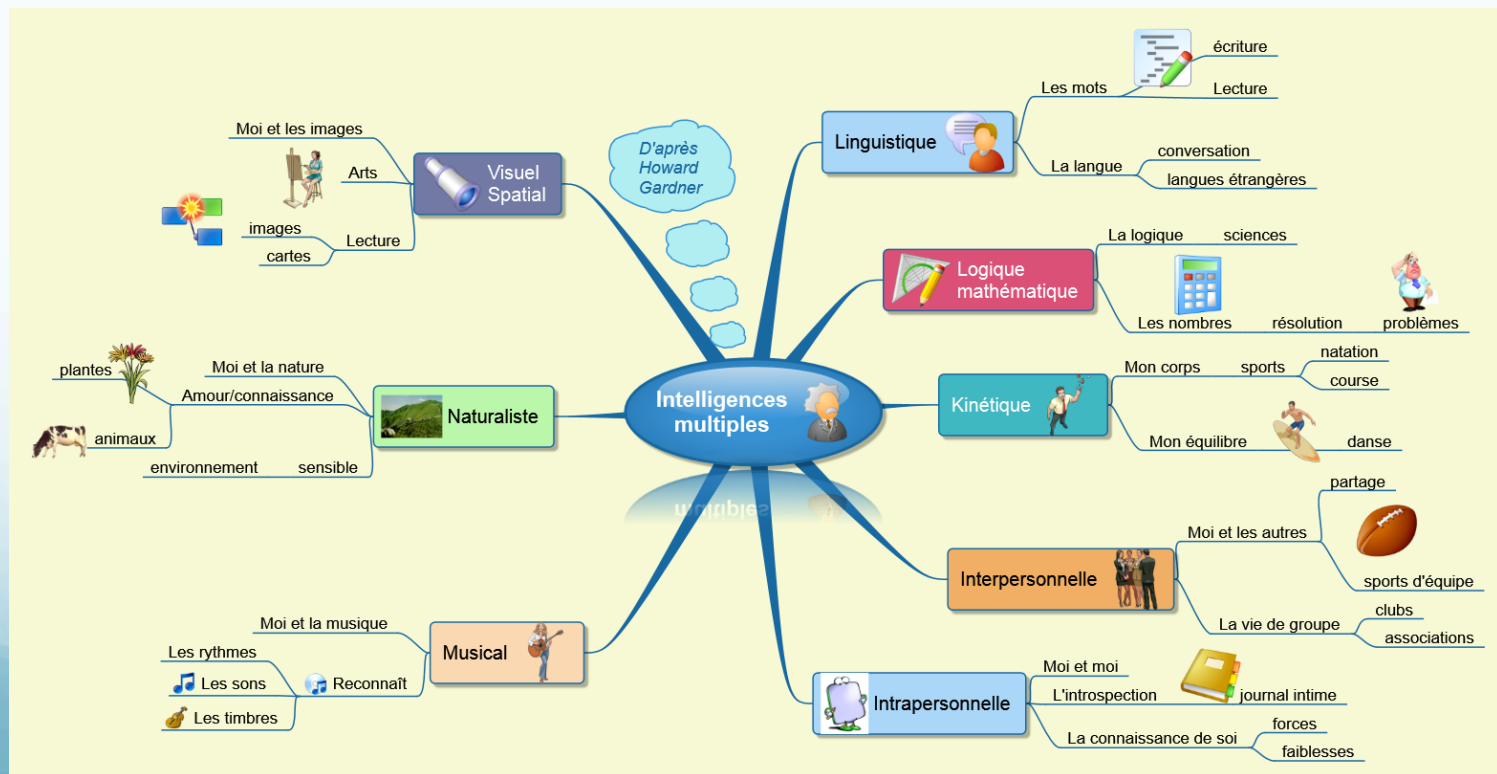
3 phases :

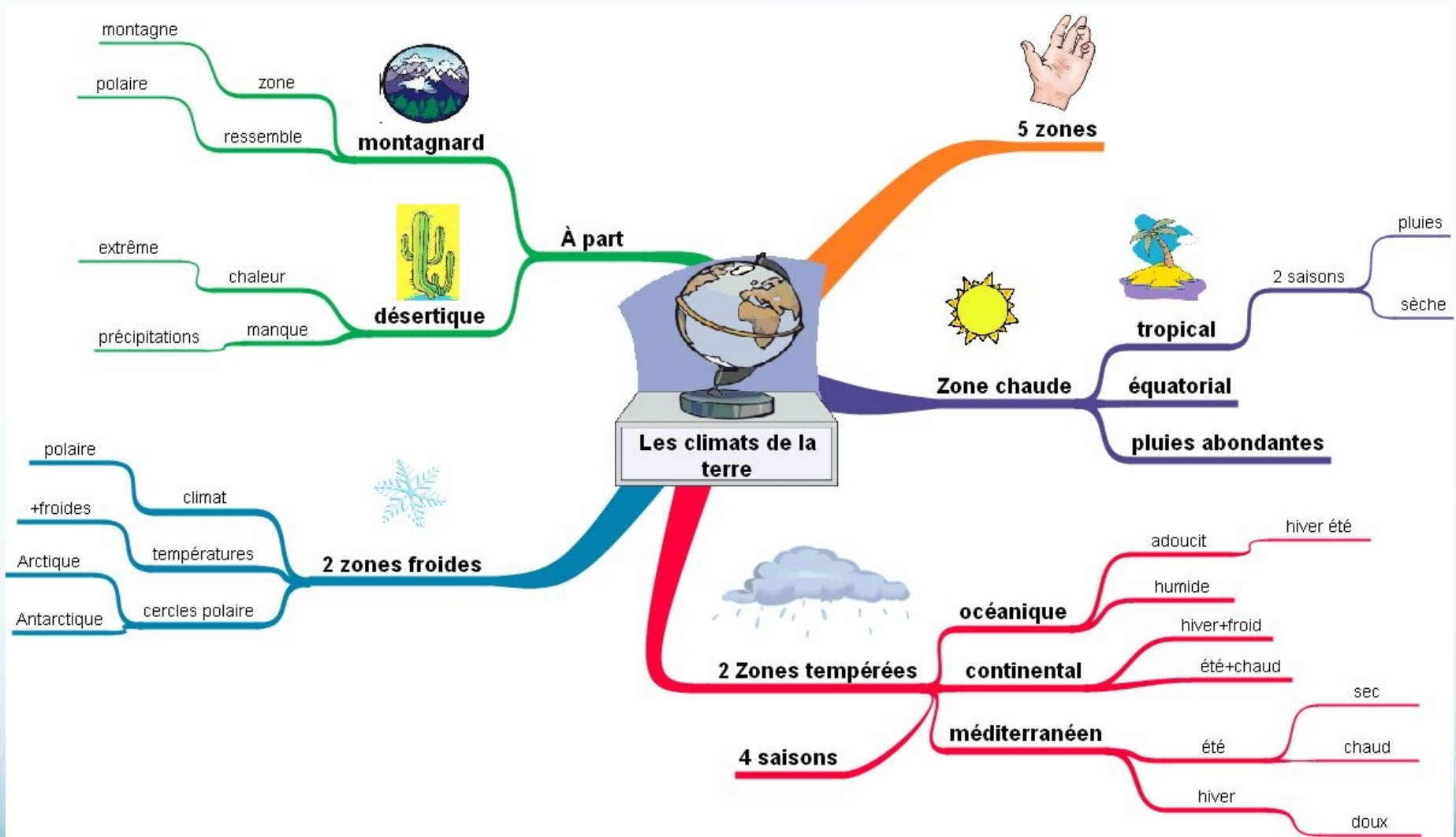
- Désautomatisation: le laisser prendre conscience de ses stratégies et de leurs limites.
- apprentissage (thérapeute et les autres enfants servent de modèle)
- automatisation par la répétition.

Enseigner le « mind mapping »

Il repose sur:

- l'apprentissage actif
- approche séquentielle et globale
- l'encodage multimodal
- le principe d'association





habille le nom

une maison hantée



devant ou derrière le nom

une petite maison hantée



se place

L'ADJECTIF



s'accorde avec le nom

nombre

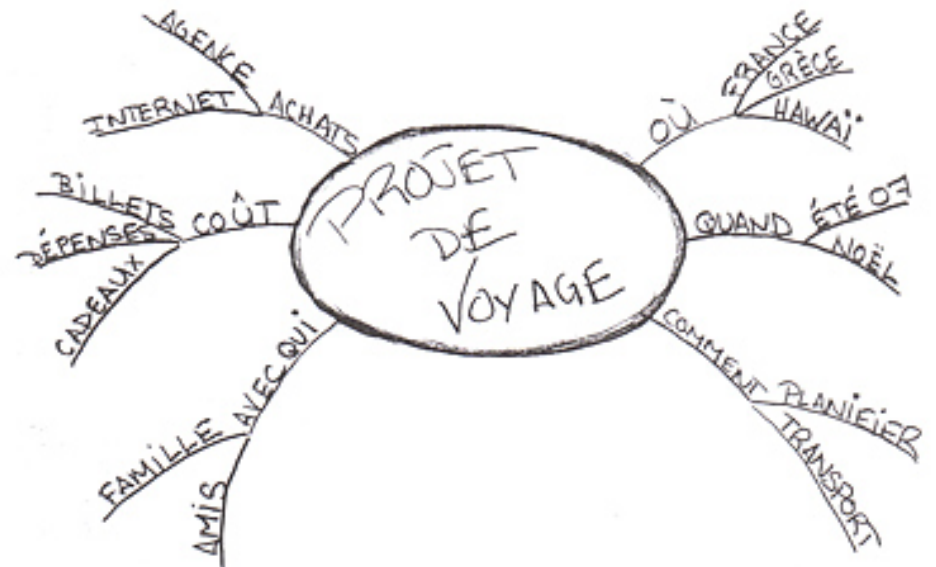
une maison hantée
des maisons hantées



genre

une maison hantée
un château hanté

classedameline.fr



Prendre conscience du lien entre apprentissage et émotion

Plaintes mnésiques des sujets anxieux sont très fréquentes et en lien avec une diminution des capacités attentionnelles, des ressources de la mémoire de travail et des difficultés d'inhibition.

Les pensées anxieuses intrusives viennent diminuer les ressources de l'administrateur central de la mémoire de travail.

Un léger stress est positif mais rapidement il peut bloquer la mémoire déclarative et la mémoire de travail.

Nécessité d'intégrer dans la prise en charge un travail de gestion émotionnelle.

Merci pour votre attention