

« Je me sens mieux concentré » : à Melun, une nouvelle méthode pour aider les élèves en difficulté

Ils souffrent de troubles de l'attention, de la concentration, de problèmes d'apprentissage, de confiance et d'estime de soi... Et si ces élèves pouvaient récupérer leurs capacités de façon naturelle pour retrouver le chemin de la réussite ? En lutte contre le décrochage scolaire, la Communauté d'agglomération Val de Seine (CAMVS) veut y croire.

Dans le cadre de son programme de réussite éducative, elle vient de voter 20 000 euros pour aider les 7-15 ans en difficulté, scolarisés en établissements publics situés en quartier prioritaire de la ville (QPV). Objectif : suivre 50 élèves par an pendant trois ans lors de séances de rattrapage d'un nouveau type : le training neuro-sensoriel (TNS).

Il s'agit d'un entraînement cérébral, une pédagogie du cerveau qui permet de retrouver l'intégralité de ses capacités émotionnelles et cognitives. Il permet de développer vigilance, attention, concentration et mémoire de manière optimale. Les bilans des enfants du PRE viennent de commencer.

« L'idée, c'est favoriser une rééducation pour que ces jeunes vivent une scolarité plus longue, soient mieux dans leurs baskets, avec moins d'émotionnel ou d'agressivité », explique Gaétan Le Manchec, de l'association Aurore qui propose cette activité avec le neuropédagogue Frank Giraudeau. Ce dernier a poursuivi et développé le travail de Georges Quertant qui a reçu la Légion d'honneur en 1952 pour service rendu à l'Éducation nationale ! Il s'agit de mesurer objectivement le dérèglement du système nerveux central des personnes.

« 80 % des gens ont un problème non détecté. Les neurones sont sains, mais n'envoient pas la bonne information avec la bonne intensité, ce qui engendre des troubles fonctionnels, qu'ils soient neurovégétatifs (palpitations, allergies), anxieux (phobies, burn-out, dépression), cognitifs, neurosensoriels (bégaiements, etc.) », explique-t-il. Selon lui, la méthode « détecte et supprime à 90 % ces troubles fonctionnels ».

« Ces jeunes ont un système nerveux très dérégulé »

Pour cela, Frank Giraudeau utilise des appareils d'optique ou diplodoscopes car l'œil est une porte d'entrée directe dans le système nerveux central. Les mouvements oculaires traduisent les activités nerveuses de manière extrêmement fiable. Dans l'obscurité, la personne s'assoit face à une machine et regarde des images géométriques « Elles seront déformées si le système nerveux est dérégulé. En fonction du sens de la déformation, on va détecter le problème. » Une fois le diagnostic posé, il propose un travail de rééducation et d'entraînement. Ils ont convaincu le groupe Suez qui leur a versé 30 000 euros.

Depuis octobre 2022, l'expérimentation a commencé auprès de vingt-deux jeunes âgés de 16 à 25 ans, provenant de l'École de la 2e chance, de la Mission

locale, etc. Selon Frank Giraudeau, « ces jeunes ont un système nerveux très dérégulé. Les défauts de la modernité, avec l'informatique, les téléphones... Le rayonnement des écrans crée une fatigue et une oxydation dangereuse pour le système nerveux. Or, quand il est dérégulé, vous pouvez perdre jusqu'à 50 % de vos capacités. La capacité d'attention repose sur des bases neurophysiologiques. On remet la neurophysiologie sur les rails ! Plus on avance, plus le travail de rééducation est durable. Les automatismes sont réintégrés ».

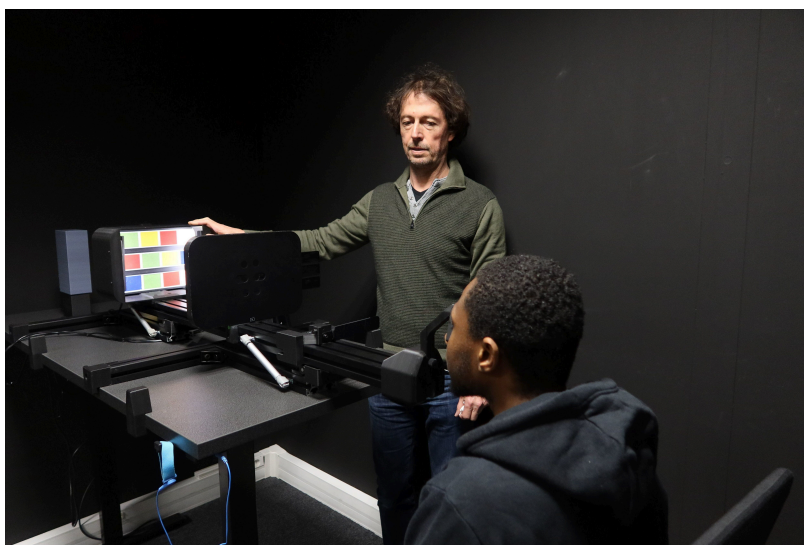
Steven, 23 ans, est motivé. « Ils m'ont dit que cela reconnectait les neurones pour retrouver nos capacités et notre plein potentiel. C'est bien parti pour ! » sourit le jeune homme, qui se rend donc à La Rochette une fois par semaine. « Je viens de Nangis. C'est une heure trente de bus aller et autant au retour... » Le jeu en vaut la chandelle car il ressent déjà les premiers effets du TNS.

« Je suis plus dynamique, j'ai davantage d'envies »

« Je me sens mieux concentré, plus attentif. Je me souviens aussi de plus de choses qu'avant. Et mes mains ne tremblent plus alors que ça m'était arrivé face à mon maître d'apprentissage en peinture quand ça ne se passait pas bien », commente Steven qui cherche pour l'instant un job d'été.

Tiago, lui, a commencé les séances il y a deux mois et demi. De 30 minutes par semaine, ce garçon de 20 ans est passé à une heure. Et l'effet est réel. « Je me sens mieux mentalement. Je suis plus dynamique, j'ai plus d'envies. Les relations avec ma famille se sont améliorées alors qu'avant, j'étais renfermé et il n'y avait pas un jour où on ne s'engueulait pas », confie le jeune homme qui aime jouer du piano, de la guitare et créer des compositions dans sa chambre.

Il s'est arrêté en 3e au collège. « Le brevet, j'aurais pu l'avoir mais ça me saoulait. Je voyais ça comme une compétition. » Inscrit à l'École de la 2e chance à Melun, il s'épanouit. « Même avec des gens que je ne connais pas, je me sens bien alors qu'avant, j'étais en retrait. » Le training neuro-sensoriel ? Il valide ! « Ce qui m'impressionne le plus, c'est la personne qui a trouvé cela ! »



par Sophie Bordier

