UNIVERSITÉ DE FRIBOURG
UNIVERSITÄT FREIBURG

Hes·so

MAINTENIR L'ATTENTION
DANS L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR

# FONDEMENTS **PEDAGOGIQUES**

# MAINTENIR L'ATTENTION

## DANS L'ENSEIGNEMENT SUPERIEUR.

L'attention est un élément crucial dans le processus d'apprentissage, en particulier dans l'enseignement supérieur. Ce document vise à fournir aux enseignant·e·s du supérieur des ressources pour optimiser l'attention des étudiant·e·s, en s'appuyant sur des théories pédagogiques, des recherches récentes et des pratiques recommandées.

### COMPRENDRE L'ATTENTION

Jean-Philippe Lachaux, directeur de recherche en neurosciences cognitives, définit l'attention comme "un processus de sélection, d'activation et de facilitation de certains réseaux de neurones aux dépends des autres" (Lachaux, 2024). Elle joue un rôle crucial dans l'apprentissage en permettant de moduler nos perceptions et de prioriser certaines informations (Lachaux et al., 2019).

Lachaux (2024) distingue deux types d'attention :

1. L'attention réflexe, déclenchée par un stimulus externe ou interne.
2. L'attention volontaire, sous le contrôle endogène du lobe frontal.

Pour illustrer le fonctionnement de l'attention, Lachaux utilise une métaphore évocatrice : "Rester attentif, c'est comme traverser une poutre sans tomber" (Lachaux, 2024). Cette image souligne l'équilibre précaire et l'effort constant nécessaires pour maintenir l'attention.

# PRATIQUES PEDAGOGIQUES

## POUR FAVORISER L'ATTENTION.

Des études récentes ont mis en lumière des approches efficaces pour favoriser et maintenir l'attention dans l'enseignement supérieur :

### PAUSE ACTIVE

Bradbury (2016) a montré que de courtes pauses actives pendant les cours magistraux améliorent l'attention et la rétention.
Les étudiant·e·s ont rapporté que "les pauses les aidaient à être attentifs en classe et leur permettaient de se recentrer sur le contenu du cours" (Bradbury, 2016).

### CLASSE INVERSEE

Abeysekera et Dawson (2015) suggèrent que cette approche "a le potentiel d'améliorer la motivation et l'engagement des étudiant·e·s en libérant du temps en classe pour des activités interactives".

### DEFINIR CLAIREMENT LA CIBLE ATTENTIONNELLE

Lachaux insiste sur l'importance d'expliquer le fonctionnement de l'attention, et la nécessité "d'enseigner l'attention elle-même" (Lachaux, 2024). Il insiste également sur la primauté de définir clairement la cible attentionnelle
"Il ne suffit pas de dire 'concentrez-vous', mais il faut préciser sur quoi l'attention doit être portée" (Lachaux, 2024).

### APPRENTISSAGE PAR PROBLEME

Dochy et al. (2003) ont constaté que cette approche améliore la rétention à long terme et l'application des connaissances.
"Les étudiant·e·s en APP sont plus performants pour appliquer leurs connaissances à de nouvelles situations" (Dochy et al., 2003).

### APPRENTISSAGE PAR LES PAIRS

Crouch et Mazur (2001) ont montré que cette méthode améliore la compréhension conceptuelle et l'engagement.
Leurs résultats "indiquent une augmentation de la maîtrise par les étudiant·e·s du raisonnement conceptuel et de la résolution de problèmes quantitatifs".

### DECOUPER LES TÂCHES COMPLEXES

Il est également primordial de prendre en compte les limites attentionnelles et d'adapter la conception des cours en conséquence (Lachaux, 2024). Cela se matérialise par le choix des informations transmises (ni trop peu, ni trop) et le découpage des tâches complexes sous forme de "minimissions" avec des intentions claires et concrètes (Lachaux, 2020).

# ALLER PLUS LOIN

## PRATIQUES PEDAGOGIQUES POUR FAVORISER L'ATTENTION ET LE TRANSFERT DES APPRENTISSAGES

En s'appuyant sur le modèle de Tardif et Meirieu (1996), voici des pratiques pédagogiques recommandées pour maintenir l'attention des étudiant·e·s et favoriser le transfert des apprentissages :

**ETAPE 01**

### CONTEXTUALISER LES APPRENTISSAGES.

- Proposer des situations d'apprentissage authentiques, liées à la réalité professionnelle ou quotidienne des étudiant·e·s (Presseau, 2000).
- Utiliser des études de cas ou des projets thématiques dans la zone proche de développement des étudiant·e·s (Presseau, 2000).

**ETAPE 02**

### DECONTEXTUALISER LES APPRENTISSAGES.

Favoriser la décontextualisation des apprentissages en :

- Encourageant les étudiant·e·s à expliciter leurs actions et à dégager des règles ou des modèles d'action (Tardif & Meirieu, 1996).
- Mettant en place des activités de métacognition, qui permettent aux étudiant·e·s de réfléchir sur leur processus d'apprentissage.

**ETAPE 03**

### FACILITER LA RECONTEXTUALISATION.

- Proposer des occasions de réutiliser les apprentissages dans de nouveaux contextes (Presseau, 2003).
- Amener les étudiant·e·s à anticiper les applications futures de leurs apprentissages (Presseau, 2003).

**ETAPE 04**

### DEVELOPPER DES COMPETENCES TRANSFERABLES

- Concevoir des activités qui développent des compétences applicables dans diverses situations (Perrenoud, 2002).
- Encourager la réflexion sur les conditions de transférabilité des compétences (Barth, 1993).

# BIBLIOGRAPHIE


Abeysekera, L., & Dawson, P. (2015). Motivation and cognitive load in the flipped classroom: definition, rationale and a call for research. Higher Education Research & Development.

Barth, B.-M. (1993). Le savoir en construction. Former à une pédagogie de la compréhension. Retz.

Bradbury, N. A. (2016). Attention span during lectures: 8 seconds, 10 minutes, or more? Advances in Physiology Education

Crouch, C. H., & Mazur, E. (2001). Peer instruction: Ten years of experience and results. American Journal of Physics

Dochy, F., Segers, M., Van den Bossche, P., & Gijbels, D. (2003). Effects of problem-based learning: A meta-analysis. Learning and Instruction.

Lachaux, J.-P. (2020). La Magie de la concentration. Un parcours ludique et initiatique. Odile Jacob.

Lachaux, J.-P. (2024). Dans le cerveau des champions. Odile Jacob.

Lachaux, J.-P., et al. (2019). The Neural Correlates of Consciousness and Attention: Two Sister Processes of the Brain. Frontiers in Psychology

Lachaux, J.-P. (2011). Le cerveau attentif : Contrôle, maîtrise et lâcher-prise. Odile Jacob.

Perrenoud, P. (2002). D'une métaphore à l'autre : transférer ou mobiliser ses connaissances ? In J. Dolz & E. Ollagnier (Eds.), L'énigme de la compétence en éducation. De Boeck Université.

Presseau, A. (2000). Analyse de l'efficacité d'interventions sur le transfert des apprentissages en mathématiques. Revue des sciences de l'éducation

Presseau, A. (2003). La gestion du transfert des apprentissages. In C. Gauthier, J.-F. Desbiens, & S. Martineau (Eds.), Mots de passe pour mieux enseigner (2e éd.). Les Presses de l'Université Laval.

Tardif, J., & Meirieu, P. (1996). Stratégie pour favoriser le transfert des connaissances.



2025 - Service DidaNum (Unifr) et Centre DevPro (HES-SO)

Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale

Partage dans les Mêmes Conditions 3.0 Suisse (CC BY-NC-SA 3.0 CH)