



Les mots magiques

Soyez un modèle de compréhension et de compassion envers
soi-même!

Enseignez aux enfants comment être à l'aise avec leurs forces et
leurs faiblesses en matière de fonctions exécutives

« Cette fonction exécutive est difficile pour moi
aussi. »
« Beaucoup de gens ont du mal avec cette fonction
exécutive. »
« J'ai des stratégies pour surmonter ce problème. »
« C'est pareil pour moi! »
« Nous avons CETTE force en commun dans nos
fonctions exécutives! »
« Vous me connaissez... Cette fonction exécutive,
c'est mon super pouvoir! »
« Vous me connaissez... Devinez quelle fonction
exécutive me pose problème dans CETTE tâche. »

:

« Nous nous connaissons très bien. Quelle fonction
éducative posera problème à tout le monde dans
cette tâche? »
« Mon Dieu... J'ai mal dormi, et mes fonctions
exécutives sont rouillées! »
« Je viens d'avoir une conversation difficile. J'ai
besoin de me calmer avant qu'on commence... »
« Je me connais très bien! »
« Tu te connais très bien! »
« Pour m'aider dans cette situation, je... »
« Je comprends. Vraiment! »
« J'ai de la difficulté à effectuer cette tâche. Quelle
stratégie pourrais-je utiliser? »

Que sont les fonctions exécutives?



Les fonctions exécutives sont comme le chef
d'orchestre du cerveau.

Elles nous aident à diriger notre créativité et notre
intelligence propres de façon à atteindre nos
objectifs.



Chaque personne a des forces et des faiblesses différentes.

C'est comme les empreintes digitales.

Les fonctions exécutives nous aident à exprimer notre créativité et notre intelligence.



Les personnes très intelligentes, comme le personnel enseignant et les parents, vivent elles aussi des problèmes avec les fonctions exécutives.



Les fonctions exécutives s'améliorent tranquillement avec l'âge.



4 FAITS sur les fonctions exécutives