

Apprendre à tout âge, c'est possible !

Par le Docteur **Lucie HERTZ-PANNIER**, pédiatre et radiologue, médecin-chercheur en neuro-imagerie du développement.

Dès la fin de la grossesse, on passe tous les instants de notre vie à apprendre, même quand on dort. Plus ou moins vite, plus ou moins efficacement... mais toujours.



Un cerveau en évolution permanente

À la naissance, notre cerveau est déjà très organisé et contient tous les réseaux de neurones qui vont nous permettre d'apprendre, mais ils ne sont pas matures et pourront se modeler en fonction de nos expériences de vie.

On distingue classiquement les acquisitions que fait l'enfant de façon quasi spontanée (voir, prendre, marcher, ...), des apprentissages qui nécessitent l'interaction de tiers et un effort (apprentissage scolaires, langue étrangère, musique, ...).



Au cours de la croissance, le cerveau grossit beaucoup, mais ce n'est pas tant en multipliant les neurones, qu'en modifiant les connexions entre eux : les synapses, en accélérant le flux d'informations, et en « recyclant » certains neurones, pour permettre des compétences de plus en plus complexes.

Chaque nouvelle acquisition ou nouvel apprentissage s'accompagne d'un remodelage

des connexions, pour ne garder que celles qui sont sollicitées, les rendre très efficaces, et éliminer les autres. C'est le principe de la **plasticité cérébrale**, qui est d'autant plus importante que l'enfant est jeune, mais qui persiste tout au long de la vie, chez l'adulte, et chez le sujet âgé... L'exemple classique est l'apprentissage d'une langue : les enfants exposés très tôt apprennent avec facilité et sans accent, mais il reste possible d'apprendre une langue étrangère à l'âge adulte ! Quel que soit l'âge, chaque nouvelle expérience, chaque nouveau visage, chaque nouveau souvenir laisse sa marque dans notre cerveau qui est en constant changement.

Qui pourrait prétendre qu'on ne peut plus rien apprendre après un certain âge ? **En pratique, le cerveau ne s'use que si l'on ne s'en sert pas !** Il faut donc s'en servir le plus et le mieux possible !

Un dysfonctionnement cérébral perturbe ces processus complexes, et ce, de façon variable en fonction du type de lésion cérébrale, de l'âge de survenue, des interventions mises en place, etc... Mais le plus souvent, le cerveau peut emprunter des voies différentes, et se réorganiser pour permettre certains apprentissages avec des stratégies différentes, à condition qu'on le stimule.

Apprendre : un domaine oublié, et pourtant essentiel pour l'autodétermination, l'inclusion et la participation des personnes dans la société

L'école est obligatoire jusqu'à 16 ans, l'accès à des formations supérieures est libre pour les bacheliers, la formation permanente est un droit des salariés.

Mais il faut reconnaître que, pour les personnes en situation de handicap et notamment celles en ESMS, tout (ou presque) s'arrête à 20 ans... et l'offre de formation devient extrêmement limitée. Pourtant, il faut rompre avec l'idée que l'acquisition des connaissances et la formation seraient uniquement accessibles à travers la scolarité initiale et les études.

Il faut proposer des réponses aux besoins d'une activité sociale à travers l'acquisition des connaissances, pour permettre à l'expérience de développer et d'ancrer l'autonomie et l'émancipation (autodétermination), combattre l'ennui et le renfermement sur soi, et lutter contre l'exclusion.

Il est essentiel d'agir pour favoriser les aptitudes et la participation des personnes et promouvoir leur auto-détermination. Parmi les pistes, on peut citer :

- La neuro-éducation chez l'enfant : utiliser les connaissances scientifiques pour permettre des apprentissages optimaux notamment en cas de dysfonctionnement cérébral.
- L'éducation thérapeutique mise en œuvre au quotidien chez les enfants, mais encore insuffisamment chez l'adulte.
- La mise en place de formations tout au long de la vie, qui s'appuient sur la motivation de la personne, avec un but précis exprimé par elle, et des modalités adaptées.
- Sans oublier l'importance cruciale des nouvelles technologies pour donner aux personnes l'accès à l'information, à la mémorisation et l'expression des acquis.



Pour certaines personnes en situation de handicap, cela peut permettre l'inclusion dans une formation professionnalisante, dans un ESAT ou favoriser l'employabilité en milieu « ordinaire »...

Pour d'autres, des activités d'ouverture au monde les inciteront à mettre en œuvre sa citoyenneté, sa participation sociale, avec un objectif : le bien-être de chacun et sa qualité de vie !

Merci à tous de s'engager avec détermination dans ce champ passionnant, encore insuffisamment cultivé, mais si prometteur et porteur d'avenir pour les personnes.

Les piliers de l'apprentissage sont :

- **l'attention** (l'attirer, la canaliser et éviter les interférences) ;
- **l'engagement actif**, la participation et donc la motivation ;
- **le retour d'information** sur les erreurs et les succès, et donc l'expérimentation, les tests et leur répétition ;
- **la consolidation** des acquis.