

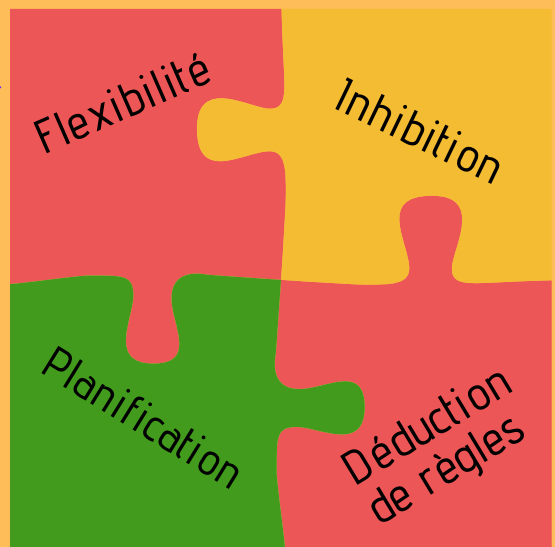
# FONCTIONS EXÉCUTIVES

Les fonctions exécutives sont un ensemble d'**habilités** permettant de mettre en place des **stratégies**, dans le but de résoudre des problèmes et atteindre un objectif.

Celles-ci sont donc utilisées dans la vie de tous les jours !



Elles ont pour fonction de passer d'une tâche à une autre, de décider du comportement le plus efficace, ainsi que de s'adapter aux situations nouvelles, complexes et non routinières.



## FLEXIBILITÉ

La flexibilité, appelé également "**shifting**" est notre capacité à **alterner** entre une tâche et une autre.

Pour illustrer tout cela, rien de mieux que de faire un gâteau au chocolat ! (encore de la bouffe, OUI)

Je mets de la farine, du sucre et de la levure dans un saladier, puis je fais fondre le beurre et le chocolat.



J'ajoute le lait et les œufs.

Je mélange la pâte. Lorsque le chocolat et le beurre sont fondus, je les ajoute à la pâte, puis je mélange le tout.

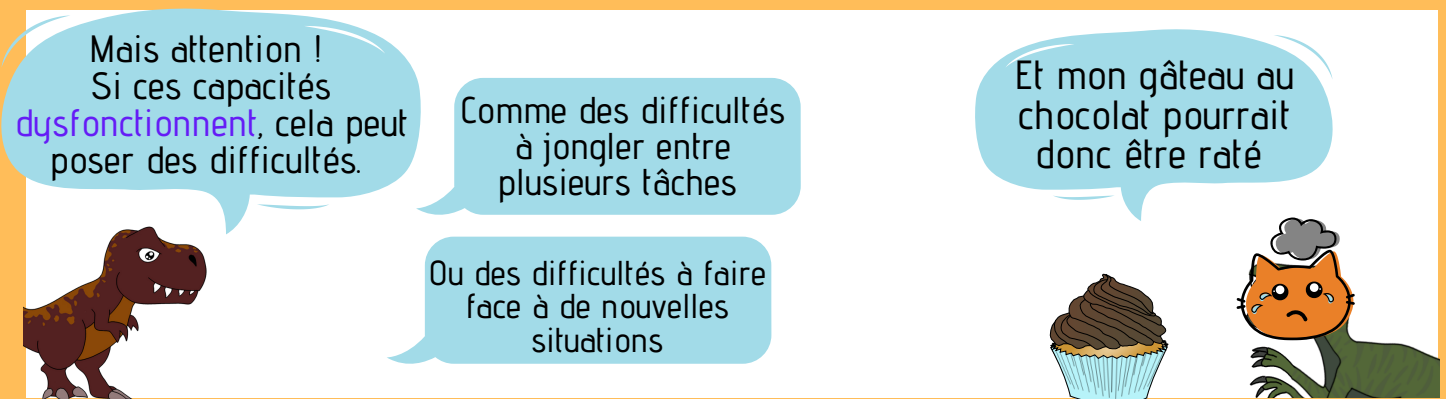
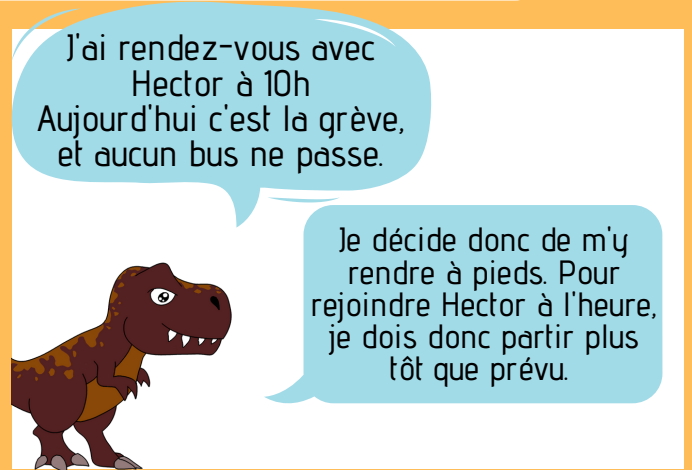
Je surveille le beurre et le chocolat qui sont en train de fondre.

Pendant ce temps, je mélange les ingrédients qui sont dans le saladier, puis je sors le lait et les œufs.

Et hop, dans un moule puis au four !



Il s'agit également de la capacité à **s'adapter** aux changements et à faire face à de nouvelles situations.



## INHIBITION

L'inhibition est notre capacité à **ignorer**, mettre de côté des éléments dont nous n'avons pas besoin ou qui peuvent nous gêner dans la réalisation d'une tâche.



# PLANIFICATION

La planification, c'est notre habilité à **mettre en place des étapes** afin de parvenir à un objectif que l'on s'est fixé

Aujourd'hui, je vais voir un film au cinéma avec Hector.



Le cinéma est à 5 minutes en bus.

Le prochain bus passe dans 10 minutes.

Le film commence dans une demi-heure.

Je dois avoir le temps d'acheter mes billets avant !

Mais attenti-



Oui, Lex, on connaît la chanson, dysfonctionnement de la fonction --> problème



Eh oui ! Comme des difficultés à respecter un horaire ou un délai...

...Ou encore des erreurs dans la réalisation de la tâche



# DÉDUCTION DE RÈGLES

La déduction de règles est notre capacité à **déduire** une règle ou une loi générale alors que nous ne possédons pas tous les éléments nécessaires.

Je suis allé à la boulangerie hier à 8h10

Aujourd'hui, je passe devant cette même boulangerie à 7h50, elle est fermée.

Je peux donc déduire que la boulangerie ouvre à 8h00

Laisse moi deviner, un dysfonctionnement peut être problématique ?

Effectivement ! Cela peut entraîner des difficultés dans la résolution de problèmes

Mais aussi des difficultés de compréhension, car les règles n'ont pas été acquises !

