

Françoise Guillaume

EXEMPLAIRE DE LECTURE

Éduquer l'attention



Composition : Myriam Labarre

© 2018, ESF sciences humaines
SAS Cognitia
20, rue d'Athènes
75009 Paris

www.esf-scienceshumaines.fr



ISBN : 978-2-7101-3706-1

Le Code de la propriété intellectuelle n'autorisant, aux termes de l'article L. 122-5, 2^e et 3^e a, d'une part, que les « copies ou reproductions strictement réservées à l'usage privé du copiste et non destinées à une utilisation collective » et, d'autre part, que les analyses et les courtes citations dans un but d'exemple et d'illustration, « toute représentation ou reproduction intégrale, ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou ses ayants droit, ou ayants cause, est illicite » (art. L. 122-4). Cette représentation ou reproduction, par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L. 335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

© 2018 ESF sciences humaines
www.esf-scienceshumaines.fr

Sommaire

Introduction.	5
-----------------------	---

Première partie
**Un regard contemporain
sur l'attention**

1. L'attention comme denrée rare	13
2. Une écologie de l'attention	19
3. L'aimant à attention qu'est Internet est un <i>pharmakon</i>	27

Deuxième partie
**Attention(s) :
de quoi parlons-nous ?**

1. L'attention conjointe	35
2. L'attention collective.	43
3. L'attention individuelle.	53
4. Que nous disent les sciences cognitives sur l'attention ?	65

Troisième partie
Quelle pédagogie
pour éduquer l'attention ?

1. Pourquoi l'école doit-elle éduquer l'attention ?	85
2. Les pédagogies actives pour éduquer l'attention.	101
3. Et pour les adolescents ?	137
Conclusion.	163
Références bibliographiques	167

EXEMPLAIRE DE LECTURE

Introduction

En quelques années, les questions liées à l'attention sont apparues au-devant de la scène, le plus souvent sur le mode problématique, voire alarmiste : après l'explosion des troubles de l'attention chez l'enfant mis en lumière au début des années 1990, les inquiétudes se sont exacerbées avec l'arrivée du numérique et de ses écrans qui agissent comme un véritable aimant sur un nombre non négligeable de jeunes (et de moins jeunes, d'ailleurs).

L'attention des enfants et des adolescents semble de plus en plus difficile à obtenir, en tout cas spontanément. Les enseignants ont l'impression que la classe se laisse de plus en plus facilement disperser, sous le moindre prétexte, ou même sans prétexte.

Le présent livre vise à montrer aux enseignants et aux éducateurs qu'il n'y a aucune fatalité dans la situation actuelle. Peut-être faut-il accepter de réfléchir autrement sa place de professionnel dans un monde qui avance de toute manière et de plus en plus vite. Car pourquoi n'y aurait-il pas nécessité d'une éducation de l'attention ? Pourquoi l'attention aujourd'hui complexe que nous attendons des enfants et adolescents, des élèves, serait-elle innée ?

Non qu'il faille nécessairement tout changer... Peut-être une manière de rendre explicite des éléments jusqu'ici restés dans l'implicite pourra-t-elle suffire ? Sans doute une façon d'envisager les apprentissages de manière moins frontale, aménageant plus d'allers-retours entre l'adulte et les élèves, sera-t-elle un moyen pour développer l'attention, tout en déployant une autre forme

de pensée, plus construite qu'acceptée, plus critique que subie ? Tout cela sans viser au résultat optimal tout de suite : enseigner, c'est accepter de cheminer avec les élèves, mais aussi d'avancer soi-même, car le monde change et la fonction de l'institution qu'est l'école vise aussi à former de futurs adultes qui prendront une place consistante dans la société telle qu'elle se profile.

Dans le langage le plus courant, le mot « attention » est utilisé dans de multiples circonstances : « Fais attention, tu vas te brûler » à l'enfant exubérant, « Attention ! » sur les panneaux routiers ou dans une bulle hérissée de picots d'une bande dessinée, « Puis-je avoir votre attention, s'il vous plaît ? » dans une assemblée, « Attention au chien » sur un portail... On voit bien le sens commun mais on remarque aussi à quel point les nuances sont importantes.

Dans le langage le plus courant, le mot « attention » est utilisé dans de multiples circonstances.

Dans le dictionnaire, le mot « attention » a deux acceptions : la première est la « *capacité de concentrer son esprit sur un objet déterminé ; cette concentration elle-même : il est incapable de fixer son attention* ». La deuxième est la « *sollicitude, gentillesse envers quelqu'un ; marque d'intérêt, d'affection (surtout au pluriel) : je suis très sensible aux attentions qu'il a pour moi* ».

Il y aurait déjà bien des éléments à commenter dans ces définitions : l'exemple pour le premier sens décrit, comme par hasard, le cas d'un garçon (et pas d'une fille) souffrant de difficultés de concentration ; et dans le deuxième, on insiste sur le caractère pluriel du mot, pourtant assez différent du singulier. Accorder de l'attention

à quelqu'un n'a pas grand-chose de commun avec le fait de recevoir des attentions de la même personne : le second sens est plus prosaïque, presque matériel.

Il faut donc sérieusement moduler ce que l'on entend par « attention », une analyse approfondie ne pouvant se contenter des définitions du *Petit Larousse*. L'approche de cet ouvrage en étonnera sans doute plus d'un. Les troubles de l'attention ne viendront que dans un deuxième lieu, la place des neurosciences sera réduite. Ce parti pris est volontaire et nous semble potentiellement bénéfique à tous.

La question s'est d'ailleurs posée tout au long de la rédaction de ce livre : faut-il parler d'éduquer l'attention ou d'éduquer à l'attention ? La première formulation pouvait être vue comme une entorse au fait que l'on considère l'enfant dans sa globalité, dans les pédagogies actives en général. La seconde laissait entendre que l'attention n'est pas une partie intrinsèque de chacun de nous comme sujet : on éduque à la santé, aux médias, etc. La première conception a prévalu, puisque nous pensons que l'attention qu'il y a en chacun d'entre nous, comme en chaque animal, interagit avec toutes les dimensions de ce qui nous définit, êtres humains : l'intellectuel, le relationnel, l'émotionnel, le corporel, le créatif, etc.

L'attention est un concept bien plus large que celui au travers duquel on a l'habitude de l'envisager, en particulier dans l'enseignement. Changer et élargir le point de vue ne peut qu'ouvrir des portes vers des actions positives qui nous éloignent de la déploration, peu fructueuse en éducation.

Notons enfin que, si l'écriture inclusive n'a pas été utilisée dans cet ouvrage, il ne faut y voir aucune prise de position quant à la question sociale des rapports

hommes-femmes : je partage la majeure partie des analyses des jeunes féministes d'aujourd'hui. Mais là n'est pas le sujet du livre et il a semblé préférable de privilégier la fluidité de la lecture, laissant aux lecteur.trice.s l'intelligence d'interpréter le propos pour tous les humains.

EXEMPLAIRE DE LECTURE

Première partie

**Un regard contemporain
sur l'attention**

Le concept d'attention relève d'une dimension commune à toutes les espèces animales : le guet qui sollicite tous les sens pour éviter l'attaque du prédateur, la vigilance comme instinct qui permet de fuir les dangers à temps, l'observation sélective de l'environnement pour y débusquer la nourriture qui assure la subsistance. Tous ces éléments sont communs à tout le monde animal, dans l'instinct de survie qui lui est propre. Cette dimension n'est pas absente chez les humains non plus, même si elle est peu présente ici, comme dans la vie quotidienne de nos sociétés industrielles.

Le concept d'attention relève d'une dimension commune à toutes les espèces animales.

L'attention telle que nous en parlerons relève donc principalement du rapport social. Comme tout rapport social, elle a une histoire et elle est liée à la culture. Aucun bébé ne naît doté de l'attention requise dans le monde des humains.

Un enfant d'aujourd'hui n'est pas éduqué de la même manière que son aïeul né quelques générations plus tôt. C'est vrai de manière générale mais aussi en matière d'attention, même si cette question particulière reste encore majoritairement implicite aujourd'hui.

De la même manière, l'attente vis-à-vis d'un enfant européen n'est pas identique à celle requise au Japon, par exemple : alors que, en France, les rythmes scolaires apparaissent souvent trop lourds et suscitent des discussions sans fin, au Japon, en plus de l'école obligatoire, il faut inscrire son enfant dans une école privée pour qu'il puisse bénéficier de cours du soir en vue d'améliorer ses chances de décrocher un « bon »

diplôme¹. Les conséquences de ces choix en matière d'attention sont importantes sur les enfants mais relèvent d'une forme d'approbation sociale.

1. Leman B., *Écoles hors de l'école au Japon : le rôle des shingaku juku dans le parcours scolaire des élèves*, thèse de doctorat en études japonaises soutenue le 14 octobre 2016, Paris 1.

EXEMPLAIRE DE LECTURE

L'attention comme denrée rare

Si l'on remonte à l'ère préindustrielle, la sollicitation de l'attention n'avait aucune commune mesure avec la multitude de stimulations actuelles. Les temps de silence étaient les plus fréquents, les conversations avaient sans doute un caractère répétitif et conventionnel, non par principe mais par défaut de nouveautés à partager et commenter. Les éléments qui attiraient le regard relevaient le plus souvent d'un contact constant avec la nature. On peut d'ailleurs penser que l'apaisement que ressentent beaucoup de nos contemporains en contact avec les éléments naturels n'est qu'un prolongement de cette immersion millénaire. Certes, les villes ne devaient pas être si calmes, mais le taux de population vivant dans ce contexte restait très minoritaire. Durant la quasi-totalité de l'histoire, les humains ont donc vécu dans un milieu où les stimuli étaient plutôt rares, et grande la disponibilité pour les recevoir.

Émergence de l'économie de l'attention

Puis, à partir du début du XIX^e siècle et à un rythme sans cesse accéléré, le contexte de vie commence à changer : les machines sont inventées, plus diverses les unes que les autres ; elles changent toutes la place du travailleur. Il faut investir plus d'attention, de manière continue, pour que le travail soit effectué dans un rythme donné

par un mécanisme extérieur. De plus, le plus souvent, ces interventions ne demandent aucun investissement personnel. Le geste doit être répété, sans que l'ouvrier mette en œuvre aucun savoir de quelque type que ce soit. Il exécute sans comprendre le fonctionnement global du processus, sans avoir de

À partir du début du XIX^e siècle, l'attention prend une autre valeur sociale.

retour direct sur la production, sans en connaître l'histoire. C'est ce que Bernard Stiegler appelle « *la prolétarisation des esprits* ». Dans ce contexte, l'attention prend d'emblée une autre valeur sociale, qui ne va cesser d'évoluer jusqu'aujourd'hui.

Parallèlement, dans ce contexte de progrès technique généralisé, les moyens d'entrer en communication entre humains évoluent rapidement aussi : d'une part géographiquement, par l'invention de moyens de transport de plus en plus rapides et massifs ; d'autre part culturellement, sur le plan des idées, par la diffusion accélérée d'une presse papier, l'invention de la radio, puis de la télévision et enfin d'Internet. Sans entrer dans de nombreux détails qui viennent vite à l'esprit quand on y pense, on voit que les sollicitations de l'attention n'ont aucune commune mesure entre ce que nous vivons et ce que nos ancêtres, finalement pas si lointains, ont vécu.

En s'attardant un peu sur cette évolution historique, on peut expliquer un des présupposés de base de B. Stiegler : la technique a une influence certaine et non négligeable sur ce que nous sommes comme individus et comme êtres sociaux, sur l'individuation et la transindividuation. Nous ne sommes plus les mêmes et nous ne faisons plus société de la même manière que nos ancêtres, sans qu'aucun jugement de valeur soit de mise. Pour ne

prendre qu'un seul exemple, nos liens amicaux ne sont plus construits de la même manière depuis qu'il y a possibilité de communiquer *via* les applications de messageries : chacun d'entre nous peut établir des contacts plus ou moins suivis, plus ou moins connus de ses proches, plus ou moins personnels, voire intimes avec tel ou telle. On peut y voir des aspects positifs (plus de soutien dans les moments difficiles, moins de solitude) et des aspects négatifs (tendance à être dans une sociabilité permanente qui entrave parfois une réflexion plus personnelle et introspective). Cependant, contrairement à l'idée la plus répandue, les réseaux sociaux ont indéniablement enrichi nos relations car ils ne sont souvent que des prolongements de contacts vécus dans la réalité. Des livres entiers portent sur cette question, qui ne sera pas développée ici².

Ainsi, chaque fois qu'une nouvelle technique apparaît, elle fait évoluer la manière de devenir individu, la façon de nouer des relations et de faire société. Ce fait doit être pris en compte quand nous réfléchissons au monde dans lequel nous vivons aujourd'hui pris sous l'angle des ressources attentionnelles désormais pléthoriques, alors que la disponibilité n'a pas augmenté. Le sentiment d'être en crise est devenu permanent, par exemple sous forme de plainte d'un déficit chronique de temps, devenu un leitmotiv de nos conversations et de nos préoccupations. On est donc passé de la crise au problème structurel, à traiter comme tel.

2. Casilli A., *Les Liaisons numériques. Vers une nouvelle sociabilité ?*, Paris, Seuil, 2010, que l'on pourra actualiser en écoutant <https://www.franceculture.fr/emissions/matieres-a-penser-avec-serge-tisseron/splendeurs-et-miseres-des-reseaux-sociaux>

Ainsi est donc apparu un nouveau concept, celui d'économie de l'attention. Certes, l'économie traite principalement des biens et des services, produits, vendus, achetés. Cependant, en deux siècles, on est passé d'un monde où l'objectif était de produire pour assurer la subsistance de chacun à un monde où l'objectif est de vendre, ce qui implique d'attirer l'attention, de susciter l'envie. Pour donner une idée de la proportion de ce phénomène, notons qu'en France, de 1960 à 2010, la hausse

Ainsi est donc apparu un nouveau concept, celui d'économie de l'attention.

des dépenses de consommation des ménages français est quasi continue, de l'ordre de 3 % par an³, ce qui revient à dire que la consommation a plus que triplé en cinquante ans. Ce simple chiffre montre que l'expression « société de consommation » ne relève pas de l'idéologie mais d'un fait dont on commence à se rendre compte des limites, sans encore pouvoir dégager de voie de sortie claire.

Une ressource limitée pour chacun d'entre nous

Dans le monde économique vu sous cette perspective, si l'on veut entretenir la consommation, il faut que la plus grande majorité possible dispose de revenus à dépenser ; l'emploi apparaît donc de manière « naturelle » comme une priorité. Au nom du maintien de ce taux d'emploi (le plus souvent dissocié des revenus du capital), le gisement de richesses réside dans l'attention que les producteurs cherchent à susciter et à retenir tandis qu'une part

3. « Cinquante ans de consommation en France », édition 2009, Insee Références, 25/09/2009, <https://www.insee.fr/fr/statistiques/1372374?sommaire=1372388>, p. 15

non négligeable de la population peine à gérer, tant les questions de subsistance que d'attention.

Le développement concomitant des médias, devenus mass media, a accompagné cette évolution du monde de l'entreprise. À partir du moment où les radios se sont invitées dans la plupart des familles, l'information a pris un autre tour, la publicité aussi : un message conçu par quelques-uns pouvait atteindre des millions de personnes. Les responsables du marketing n'ont pas été les derniers à en prendre conscience et, bien avant Internet, la course aux slogans accrocheurs, aux publicités racoleuses faisait rage. Dans cet ordre d'idée, il est difficile de ne pas penser à Patrick Le Lay, patron de TF1, qui disait : « *Ce que nous vendons à Coca-Cola, c'est du temps de cerveau humain disponible*⁴. » Certes, cette phrase est connue des lecteurs ; elle est seulement l'occasion de replacer le discours sur l'attention dans un contexte plus large que celui lié uniquement à Internet, de ne pas se focaliser sur un bouc émissaire vite trouvé, mais situé dans une réalité historique et sociale plus large.

Aujourd'hui, dans nos sociétés, il est clair que la rareté se trouve dès lors du côté des récepteurs et la pléthore dans le camp des producteurs. L'attention devient donc une denrée de plus en plus convoitée dont il convient de prendre soin.

Nombreux sont ceux qui tirent un véritable signal d'alarme sur l'avenir de notre capital attentionnel. En effet, le propre de l'attention est qu'elle n'est disponible qu'en quantité finie. Pas dans le temps long mais dans l'instant, dans le court terme... Impossible d'accorder

4. Pour remettre dans un contexte plus large, lire l'article « Médias et publicité, l'impossible débat ? » de Valérie Patrin-Leclère, https://www.persee.fr/doc/colan_0336-1500_2005_num_143_1_3414

simultanément notre curiosité à de nombreux pôles d'attraction. Il faut donc choisir et, dans ce choix, il est possible d'adopter diverses attitudes, plus ou moins conscientes : parfois vagabonder d'une sollicitation à l'autre, parfois opter pour celle jugée la plus digne d'intérêt, parfois ne pas se résoudre à opérer ce choix.

Là encore, nous ne sommes pas égaux dans ces tactiques de gestion de l'attention. Pour une raison élémentaire d'abord : nous n'avons pas les mêmes moyens

Nous ne sommes pas égaux dans ces tactiques de gestion de l'attention.

(parfois matériels) d'y échapper. Par exemple, l'abonnement à un fournisseur d'accès garanti à toute la famille une occupation pour chaque instant de loisirs alors que les activités extérieures requièrent des moyens financiers,

le courage de se déplacer, la volonté de s'impliquer. Dans certaines familles, il est évident que les parents (le parent, parfois) doivent choisir où porter leur énergie. Les questions de survie élémentaire prennent le pas sur toute autre.

On pourrait multiplier les exemples, mais on voit bien ici que, compte tenu de la diversité acceptée des priorités mises en œuvre dans les familles (que ce soit volontairement ou non, peu importe pour la question qui nous occupe ici), le rôle de l'école est, comme souvent, de rétablir une certaine équité entre enfants. Ce fait ne doit pas être vu comme un boulet au pied mais comme une vraie responsabilité. Il faut prendre soin de l'attention des enfants, ce sera l'objet de toute la deuxième partie de cet ouvrage.

Une écologie de l'attention

Allant un pas plus loin, Yves Citton, professeur de littérature et média à l'université Paris 8, auteur de deux livres sur l'attention, dont un collectif, aborde ce phénomène sous un angle un peu différent en parlant d'« écologie de l'attention⁵ ». Au sens propre, une écologie est une science traitant de la relation entre des êtres vivants et leur environnement, ainsi qu'entre êtres vivants dans le même biotope. On voit bien le glissement puisque l'idée est ici de parler du milieu attentionnel dans lequel nous vivons aujourd'hui et d'examiner ses effets sur les humains que nous sommes, sur les transformations des liens entre nous mais aussi dans notre regard sur les objets de notre environnement. Passer du concept d'« économie » à celui d'« écologie » présente l'intérêt manifeste de globaliser la question. Même si elles ne s'estompent pas, il s'agit de remettre les questions marchandes dans un contexte plus large et de considérer qu'il y a une responsabilité commune à prendre soin du climat attentionnel général.

Le rôle des écrans

En matière d'environnement attentionnel, dès le début de sa généralisation, la télévision apparaît déjà comme un objet diabolique qui amène des changements

5. Citton Y., *Pour une écologie de l'attention*, Paris, Seuil, 2014

considérables dans l'éducation⁶. Elle est dans toutes les familles, aujourd'hui parfois dans la chambre des enfants ou des adolescents. Elle est un moyen de diffusion de l'information en général, mais colporte aussi des visions de la vie comme puissants moyens d'identification des jeunes, par exemple au travers des séries et de la télé-réalité. Les signaux d'alarme sonnaient déjà sans cesse pour dénoncer l'écran comme moyen d'accaparer l'attention.

Puis est apparu Internet, qui joue un rôle majeur sur toute question d'attention⁷, rôle sans cesse plus impressionnant au point que s'est répandue l'expression forte de « captation de l'attention ». En soi, capter l'attention n'est pas nécessairement une mauvaise chose :

Internet joue un rôle majeur sur toute question d'attention.

quel enseignant ne rêverait pas d'y parvenir aussi souvent que possible ? Le problème est qu'Internet a, structurellement, un effet de fragmentation de l'attention qui peut aboutir à un risque de désagrégation. Là est le problème, là se trouve l'enjeu de l'éducation, à court, moyen et long terme. Ce sera l'objet du chapitre suivant.

Revenons brièvement sur l'histoire d'Internet pour voir comment nous en sommes arrivés à ce stade. D'abord outil d'échange confiné aux sphères militaires et scientifiques, Internet s'est progressivement introduit dans les bureaux et les maisons. On est passé ensuite à la « toile » d'information, à la mise en place d'un réseau de réseaux dans les années 1990 jusqu'à l'apparition et au développement rapide du *World Wide Web* à la fin du xx^e siècle. Ainsi, au début des années 2000, le Web a

6. Dagnaud M., *Enfants, consommation et publicité télévisée*, La Documentation française, 2003

7. Revue *Esprit*, « Inattention : danger ! », janvier 2014