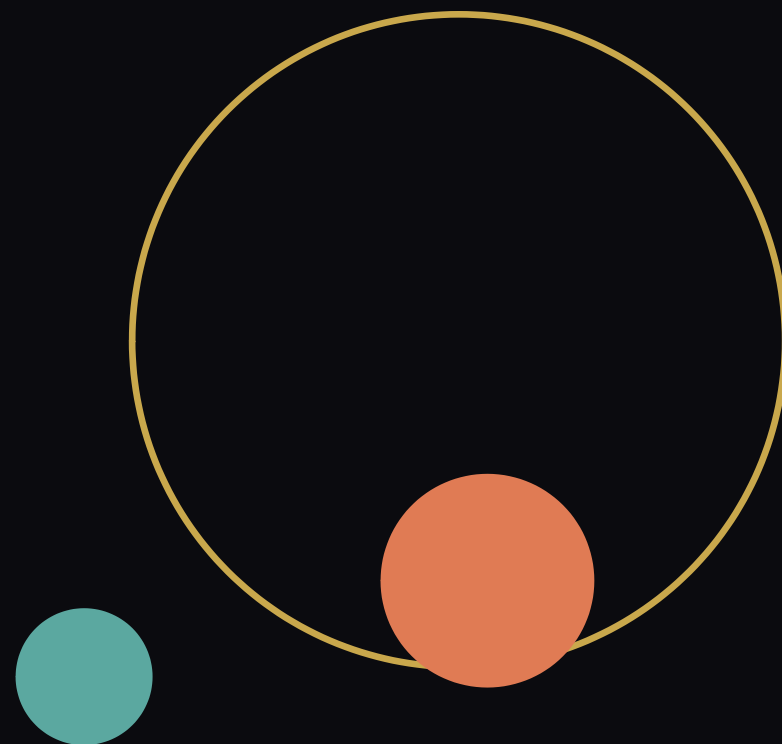


Les pépites de l'atelier

Le geste musical comme outil de compensation ·
9 octobre 2026 · ITEM, Le Mans

Ewen d'Aviau · InnoVaDys

La musique, la danse et la formation musicale avec les
élèves dys





01

Dans la peau d'un dys

« Fuite, figement, combat : ce sont des réflexes de survie. Et dans la survie, on ne peut pas apprendre. »

Ce qu'on a vécu à l'atelier

- On marche, on trouve sa place ; trois volontaires incarnent le trouble
- On change les rôles, puis on sort du rôle
- À reprendre en équipe pédagogique, plutôt qu'en cours
- Avec des élèves : seulement pour aider à inclure un élève dys en cas de conflit



01 bis

Les réflexes archaïques

« Quand il y a de la survie, on n'est pas dans l'apprentissage, on est dans le conditionnement. »

Ce que c'est

- Les réflexes du tout-petit : sursaut, agrippement, succion
- Ils apparaissent avant la naissance et s'effacent avant 2 ans
- Ils servent à grandir : téter, attraper, se retourner
- Vécus dans l'insécurité, ils laissent des conditionnements



02

Le couvert à l'envers

« Je ne sais pas si la chose que je vais apprendre est la bonne. Donc je ne vais pas apprendre. »

Ce qui se joue

- Au départ, une inversion est un mécanisme : gauche et droite, haut et bas, b et d
- L'élève ne sait jamais si ce qu'il retient est juste : il doute
- Le doute crée de l'inhibition : il n'ose plus apprendre
- C'est ce doute qui transforme une inversion en trouble des apprentissages
- Mon image : le couvert, couteau à gauche, fourchette à droite, une fois sur deux à l'envers



02 bis

La marche croisée

« Main gauche sur genou droit, main droite sur genou gauche. »

À retenir

- Debout, on marche sur place
- On lève un genou, on y pose la main opposée
- Puis l'autre genou, l'autre main
- On alterne, lentement, en rythme



02 ter

D'où vient la marche croisée

« C'est un exercice qui aide, quand les deux côtés du cerveau ont du mal à se coordonner. »

D'où ça vient

- On a une main, un pied, une oreille et un œil directeurs
- Ils ne sont pas toujours du même côté
- Pour lire et écrire, les deux côtés du cerveau doivent alors beaucoup collaborer
- Si cette collaboration ne s'est pas installée, des difficultés apparaissent : la marche croisée aide



03

Aider à lever le doute

« Le problème, ce n'est pas de se tromper, c'est de ne pas s'en rendre compte. »

À retenir

- Dire quand c'est juste : « Là, tu peux y aller »
- Nommer une inversion sans drame : « Ce n'est pas grave, je te le dis pour que tu le saches »
- Demander à l'élève ce qu'il a perçu avant de corriger
- Cinq oui pour un non



04

Croiser les sens, simplifier

« Plus c'est simple, mieux c'est. »

À retenir

- Couleur : colorer les notes plutôt que la portée
- Vibration : un instrument contre le corps, un bourdon ressenti
- Un seul ajout à la fois
- Demander d'abord à l'élève, puis regarder ce qui revient



05

La soupe des dys

« C'est tout mélangé, c'est tout au même niveau. »

À retenir

- Une soupe à la tomate : on reconnaît la tomate, sauf si tout arrive à plat
- Pareil pour une note : un do porte plein d'harmoniques
- Quand la personne compense, tout va bien ; la fatigue mélange tout
- Une seule consigne à la fois



06

Le geste lent, trois fois

« Qu'est-ce que ça fait dans ton corps ? »

À retenir

- Repérer le geste de l'élève : « Tu as fait ce geste-là »
- Le refaire trois fois, très lentement (une trentaine de secondes)
- Revenir à la sensation, puis reprendre le cours
- Surtout en cours individuel



06 bis

D'où vient le geste lent

« Ralenti, le geste devient remède. »

D'où ça vient

- Face au stress, trois réponses : fuir, combattre, se figer
- Quand on n'a pu ni fuir ni combattre, quelque chose reste figé dans le système nerveux
- Un geste est souvent associé à ce stress
- Ralenti, ce geste devient un remède : il aide à réintégrer, à décharger ce qui était figé



07

Lire une partition autrement

« Colorer les notes, pas la portée. »

À retenir

- Colorer les notes : l'élève choisit ses couleurs
- Cacher avec un ticket de métro ou une règle
- Lire par groupes : 2 notes, puis 3, puis 4
- Passer par le corps : argile, cerceaux, balancement



07 bis

Pourquoi colorer les notes

« En miroir, la portée ne change pas. Les notes, si. »

À retenir

- La portée a 5 lignes : un nombre impair
- Retournée en miroir, haut et bas, elle reste identique
- Les notes, elles, changent de place quand le miroir s'opère
- Colorées, elles restent bien différenciées
- Et l'élève choisit ses couleurs



07 ter

Le balancement, un projet d'établissement

« Il faut travailler en systémique, en réseau. »

À retenir

- Le balancement aide beaucoup les élèves
- Un hamac en cours : difficile à mettre en place tout seul
- Pour sortir de l'ordinaire : un projet pilote dans l'établissement
- Avec l'équipe de direction, le référent handicap, les collègues



08

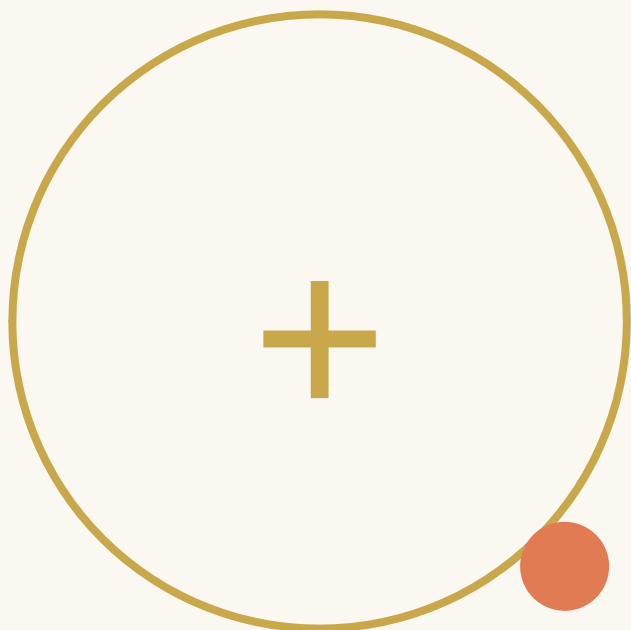
Une blessure qui devient lumière

« L'art, c'est une blessure qui devient lumière. »

À retenir

- La santé des apprentissages passe aussi par la possibilité de désapprendre
- Apprendre, c'est mettre de la conscience, et faire le tri
- Comme un jeu de Lego : on construit, puis on refait plus grand

Une phrase à garder dans un coin de son cœur.



**Pour aller plus
loin**

Pour creuser ce qui vous a parlé

Ressources

- Réflexes archaïques : Sally Goddard Blythe, Reflexes, Learning and Behavior (2005)
- L'étude de référence : McPhillips et coll., The Lancet, 2000
- Le geste lent : Peter Levine, Réveiller le tigre (Somatic Experiencing)
- Cinq oui pour un non : John Gottman, Les couples heureux ont leurs secrets

Pour aller plus loin avec votre équipe

La Journée en établissement

- Vivre de l'intérieur ce que vit un élève dys
- Lire ce que le corps de l'élève montre
- Repartir avec une séance prête

Le Parcours pilote

Un accompagnement de votre équipe sur l'année. On va beaucoup plus loin : on expérimente, on ne reste pas au théorique.

InnoVaDys, c'est aussi pour les **familles**, surtout, et pour les **entreprises**.

Prenons rendez-vous pour réfléchir à votre projet

innovadys.fr/contact

L'art, c'est une blessure qui
devient lumière.



innovadys.fr

InnoVaDys

La musique, la danse et la formation musicale avec les
élèves dys