

Annexe 3. Conseils et stratégies à destination des parents et des enseignants

Conseils et stratégies à destination des parents

- Donner une consigne à la fois
- Établir des règles claires dans des temps limités
- Mettre en place des moments de pause en cours d'activité
- Utiliser des routines, des repères temporels et des rappels
- Favoriser la cohérence dans l'éducation, ainsi qu'un environnement calme et contrôlé
- Féliciter l'enfant, donner des encouragements et des récompenses
- Donner des responsabilités, des tâches qui peuvent être réussies

Conseils et stratégies à destination des enseignants

Difficultés	Conseils et stratégies
Inattention	limiter les sources de distraction :
Facilement distrait par les stimuli parasites	<ul style="list-style-type: none"> • placer le pupitre de l'élève près de l'enseignant • placer l'élève à côté d'un camarade calme • laisser sur le pupitre uniquement ce qui est nécessaire
Attention de courte durée	<ul style="list-style-type: none"> • établir un contact visuel fréquent • utiliser le tableau et des supports visuels • fragmenter les tâches longues en étapes courtes • favoriser l'action de l'élève : participation orale, prise de notes
Fatigue Compréhension partielle des consignes Faible niveau d'écoute	<ul style="list-style-type: none"> • privilégier la qualité à la quantité du travail • donner une seule consigne à la fois • s'assurer de l'attention de l'élève • utiliser un signe non verbal convenu • énoncer la consigne par une phrase courte, simple, affirmative et positive • faire reformuler la consigne par l'élève • écrire la consigne au tableau
Organisation	
Difficultés à s'organiser	<ul style="list-style-type: none"> • inscrire le nom de l'enfant sur chaque objet • préférer le cahier au classeur • utiliser un code de couleur par matière

Difficultés	Conseils et stratégies
	<ul style="list-style-type: none"> • écrire au tableau les étapes successives d'un travail • utiliser la pendule de la classe à l'école pour planifier les tâches • annoncer l'emploi du temps de la demi-journée l'écrire au tableau • au collège, au début de chaque cours, annoncer le chapitre de la leçon ou son étape, l'écrire au tableau ainsi que le plan du cours • établir des listes de routines pour certaines tâches • instaurer des routines hebdomadaires • avertir à l'avance plusieurs fois de tout changement dans les routines ou l'organisation • s'assurer que l'élève note tous les devoirs à faire à la maison dans son agenda et à la bonne date. Idem pour le matériel à apporter quand c'est inhabituel
<p>Difficultés à investir un travail</p> <p>Lenteur d'exécution</p>	<ul style="list-style-type: none"> • accompagner l'élève, lui répéter la consigne • l'encourager, si besoin l'aider à démarrer
<p>Découragement, démotivation</p>	<ul style="list-style-type: none"> • adapter la tâche au niveau de l'élève • chaque fois que l'élève termine une étape, le féliciter : « c'est bien, continue ainsi » et si l'enseignant passe à côté de l'élève, il peut poser sa main sur son épaule pour l'encourager
<p>Impulsivité, hyperactivité</p>	<p>limiter les comportements inadaptés : canaliser l'élève, anticiper son irrépressible besoin de bouger, prévenir une crise :</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • faire un renforcement positif fréquent, récompenser par des remarques agréables ses efforts comportementaux : travail, attention, respect des consignes, calme, etc. • lui permettre de se déplacer dans la salle dans un cadre précis : effacer le tableau, ramasser les cahiers • lui confier des responsabilités : accompagner un camarade à l'infirmerie, faire une commission • permettre l'utilisation d'une balle antistress à malaxer, atténuer les tensions par l'humour • prévoir la possibilité pour l'élève de quitter la salle pour se rendre à l'infirmerie (ou chez le CPE dans le second degré) afin d'éviter une crise. Cela lui permettra de s'apaiser.