

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

| Difficultés                                                                | Conseils et stratégies                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• écrire au tableau les étapes successives d'un travail</li> <li>• utiliser la pendule de la classe à l'école pour planifier les tâches</li> <li>• annoncer l'emploi du temps de la demi-journée l'écrire au tableau</li> <li>• 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</li> <li>• établir des listes de routines pour certaines tâches</li> <li>• instaurer des routines hebdomadaires</li> <li>• avertir à l'avance plusieurs fois de tout changement dans les routines ou l'organisation</li> <li>• 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</li> </ul>                                                                                      |
| <b>Difficultés à investir un travail</b><br><br><b>Lenteur d'exécution</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• accompagner l'élève, lui répéter la consigne</li> <li>• l'encourager, si besoin l'aider à démarrer</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Découragement, démobilisation</b>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• adapter la tâche au niveau de l'élève</li> <li>• 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</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Impulsivité, hyperactivité</b>                                          | <b>Limitier les comportements inadaptés : canaliser l'élève, anticiper son irrépressible besoin de bouger, prévenir une crise :</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• faire un renforcement positif fréquent, récompenser par des remarques agréables ses efforts comportementaux : travail, attention, respect des consignes, calme, etc.</li> <li>• lui permettre de se déplacer dans la salle dans un cadre précis : effacer le tableau, ramasser les cahiers</li> <li>• lui confier des responsabilités : accompagner un camarade à l'infirmerie, faire une commission</li> <li>• permettre l'utilisation d'une balle antistress à malaxer, atténuer les tensions par l'humour</li> <li>• 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.</li> </ul> |