



Aménagements à la maison¹

Fiche de la Boîte à outils pour et par des parents d'enfants dys, TDA/H et HP



¹ Mise à jour le 7 mai 2019

Aménagements à la maison

1. Introduction

Parfois, bien avant le diagnostic, des aménagements sont mis spontanément en place à la maison. Certains conviennent, d'autres sont écartés ou parfois remplacés par des aménagements plus adéquats. Et c'est ainsi qu'au fil du temps, des aménagements utiles à l'autonomie de nos enfants et leur permettant de vivre leur scolarité le mieux possible sont trouvés.

À la maison, il faut jongler dans la gestion du temps : intégrer celui de la rééducation, des activités parascolaires au temps consacré à la vie familiale. Trouver le lieu de sas de « décompression » et le lieu de l'étude (qui n'est pas nécessairement sa chambre...) : tout un travail !

Cette fiche ne se veut pas une liste de conseils, un recueil de recettes à appliquer aveuglément. Chaque parent connaît son enfant et pourra choisir ce qui pourrait le mieux convenir à son profil, à sa difficulté du moment. Il faudra aussi faire des choix pour éviter de l'assommer sous une tonne de recommandations.

Certains aménagements mis en place à la maison et facilement transférables peuvent être communiqués à l'école. N'hésitons pas à en parler avec l'équipe éducative.

2. Comment créer un climat propice au travail scolaire ?

- Aménager avec l'enfant un espace dans lequel il se sent bien pour étudier, loin des distracteurs (jeux, écrans...), suffisamment éclairé, soigné...
- Organiser son plan de travail
- Choisir le matériel et les outils adéquats :
 - Avoir le double des manuels ou en version informatique.
 - Pour éviter les oublis répétés, prévoir le plumier, du matériel (dictionnaire, équerre, calculatrice...) en double : les uns resteront à l'école, les autres à la maison.
 - En cas de besoin, avoir une liste toujours sous la main des numéros de téléphone des copains (ou de leurs parents) (feuille collée sur le frigo, épinglée dans la chambre...).

- Établir **une sorte de rituel** pour l'aider dans sa gestion du travail à domicile :
 - Prévenir à l'avance (5 à 15 minutes) avant le début de la mise au travail.
 - Commencer par un temps de silence, de recentrage, de braingym, de pleine conscience... pour bien rentrer dans le temps consacré à l'étude. 2-3 minutes suffisent !
 - Selon la fréquence d'oubli des feuilles/cahiers utiles pour les devoirs, vérifier, avant de quitter l'école, que tout se trouve bien dans la mallette (en se basant sur le journal de classe)
 - Ranger les objets susceptibles de distraire loin de la table de travail (GSM, smartphone...)
 - Établir un planning clair en collaboration avec le jeune en précisant les temps de pause et de reprise de la concentration pour l'ensemble de sa fin de journée. Une pause est nettement plus reposante si elle est accordée clairement par le parent.
 - Essayer de travailler au même endroit dans la maison chaque jour.
 - Pour certains enfants, la mise au défi est un bon moteur : « Tu as 12 minutes pour réaliser tel travail ». Cela devient un jeu et l'enfant retrouve de la motivation.
 - S'il y a plusieurs devoirs, définir l'ordre qui le rendra le plus performant (il conviendra mieux à certains enfants de commencer par le plus difficile alors que d'autres préféreront terminer par le plus difficile). L'aider à nous dire ce qu'il pense pouvoir réaliser seul et ce qui nécessitera notre aide.
 - Pour ceux qui ont besoin de bouger, plusieurs possibilités existent : coussin de mouvement, ballon-siège, vieilles chambres à air fixées aux deux pieds de la chaise.

3. Comment « alléger » le travail scolaire de nos enfants pour leur permettre d'aller à l'essentiel ?

Certaines tâches demandées sont parfois énergivores et chronophages pour nos enfants « dys ». À nous parents de leur laisser faire l'indispensable et de les délester de l'accessoire. Le principe n'est pas de faire leur travail à leur place, mais de les alléger au maximum et, ainsi, de leur permettre de se focaliser sur des tâches essentielles telles que celles de mémorisation, de compréhension...

- Après les devoirs, et pour repartir sur de bonnes bases le lendemain, il est parfois nécessaire de passer 5 minutes (avec lui si nécessaire) à reclasser les « feuilles volantes ». Si votre enfant dispose d'un ordinateur en classe, cette étape s'avère indispensable, car certains travaux seront réalisés dans les cahiers par les autres élèves. Votre enfant devra sans doute alors les coller dans le cahier en question afin de se conformer aux mêmes consignes.
- Travail de précision, minutieux (exemples : découpage, collage...) effectué par le parent si trop énergivore ou impossible à réaliser par l'enfant.
- Adapter la mise en page des documents :
 - Polices conseillées : Arial, Verdana, Cambria...
 - Taille 12 (14)
 - Interligne 1,5
 - Texte aligné à gauche
 - Aérer le document
 - Éviter les R/V pour un même exercice, un même paragraphe
 - Numérotter les pages.
- **Dictionnaire** : pour éviter à l'enfant de devoir réciter l'alphabet pour trouver la lettre désirée, lui laisser à sa disposition un alphabet pour ses recherches dans le dictionnaire ; fabriquer un marque-page sur lequel se trouve l'alphabet et qui sera relié au dictionnaire par une ficelle ; coller des onglets à la première page de chaque lettre.

✚ **Voir la fiche-outil sur l'utilisation du dictionnaire dans rubrique « Fiches pratico-pratiques ».**

➤ **Journal de classe**

- Pré-dater, pré-remplir au maximum le journal de classe
- Fixer un trombone, un élastique,agrafer les pages pour aider l'enfant à s'y retrouver rapidement.
- S'assurer que les abréviations soient bien comprises : CM (calcul mental), EE (expression écrite) ...
- Indiquer sur un planning de la semaine les devoirs et leçons afin d'aider l'enfant à visualiser les échéances

✚ **Voir les fiches-outils sur le journal de classe en primaire et sur le journal de classe en secondaire dans rubrique « Fiches pratico-pratiques ».**

- Encodage préalable dans **quizlet** pour mémorisation de vocabulaire ou temps primitifs en langues étrangères, de dates en histoire, des capitales en géographie...

✚ **Voir fiche-outil sur les outils de mémorisation en ligne dans rubrique « Fiches outils numériques ».**

- **Lectures obligatoires** : Lire le livre en parallèle de l'enfant pour pouvoir en discuter avec lui, l'encourager et expliquer ce qu'il ne comprendrait pas. Nous pouvons également solliciter un adulte de notre entourage (oncle, tante, grands-parents...) pour cet échange.

✚ **Voir fiche-outil lectures obligatoires dans rubrique « Fiches pratico-pratiques ».**

4. Comment aider nos enfants à organiser leur travail scolaire ?

- Réaliser des fiches « modus operandi » : liste des choses à faire (ordre des tâches, temps imparti, matériel nécessaire...).
- Aider l'enfant à comprendre comment il fonctionne.
- Aider nos enfants à savoir comment se mettre en route pour travailler.
- Aider nos enfants à savoir ce que le professeur exige, va évaluer, sur quoi il a insisté aux cours.
- Apprendre à nos enfants à gérer le temps : pouvoir anticiper, distinguer l'essentiel de l'accessoire.
- Demander à nos enfants quels aménagements ils ont mis en place à l'école, les évaluer.

- Pour les dyspraxiques, si la tâche est plus graphique ou de découpage, il est parfois précieux d'avoir fait une copie de la feuille à compléter avant de commencer. Cela permet de recommencer le travail si nécessaire sur une « belle feuille ». Sinon, pensons aux stylos à bille effaçables si le professeur interdit le crayon.

✚ **Voir fiche-outil travail à domicile dans rubrique « Fiches pratico-pratiques ».**

5. Comment rester parent dans tout ça ? Comment maintenir l'estime de soi de nos enfants ?

- Repenser à l'évaluation de ses connaissances comme par exemple, revisiter les dictées en appliquant une autre manière de coter l'orthographe. Comptabiliser le nombre de mots écrits correctement par rapport au nombre de mots de la dictée. Un « 4/10 » peut se transformer en 48 mots écrits correctement sur un total de 60 écrits.
- Trouver ce qui l'apaise pour qu'il dorme bien.
- Appuyer sur ce qui va bien.
- Essayer de ne pas comparer.
- Garder l'HUMOUR en toute circonstance !
- Privilégier l'essentiel.
- Éviter le burn-out scolaire du parent !

✚ Voir fiches-outils dans la rubrique thématique.