

Comment faire l'école à la maison avec mon enfant porteur d'un trouble neurodéveloppemental ?

Samantha Astié, Léa Etchebarren et Emmanuelle Maes - Neuropsychologues

David Germanaud et Domitille Gras - Neuropédiatres

InovAND, Hôpital Robert-Debré (AP-HP), DMU Innov-RDB, Equipe de Neurocognition

Introduction

Cette fiche conseil est destinée aux parents d'un enfant scolarisé présentant un trouble du neurodéveloppement entraînant des difficultés d'apprentissage scolaires (*troubles « dys », déficit de l'attention et des fonctions exécutives, fonctionnement intellectuel limite, trouble du spectre autistique, déficience intellectuelle...*).

Devoir faire « l'école à la maison », jusqu'à la réouverture des établissements scolaires, est un défi pour chaque parent, plus encore pour vous parent d'un enfant ayant des troubles des apprentissages. Ce document souhaite vous guider dans votre accompagnement, plutôt que vous donner des méthodes de travail : vous pouvez piocher des idées, sans tout appliquer à la lettre !

Nous vous rappelons tout d'abord que vous pouvez :

- vous mettre en lien avec l'école de votre enfant afin d'ajuster la quantité de travail demandé dans le cadre de ses difficultés d'apprentissage spécifiques ; l'enseignante connaît votre enfant et saura vous aider à prioriser les axes à travailler ;
- contacter la psychologue scolaire de l'établissement de votre enfant : elle peut vous accompagner dans la mise en place de la continuité pédagogique et répondre à vos questions ;
- vous rapprocher des professionnels accompagnant habituellement votre enfant (*ergothérapeute, orthophoniste, psychologue, psychomotricien(ne)...*) pour être conseillés dans cette mise en place ;
- contacter l'aide humaine (*AVS, AESH*) de votre enfant, s'il en a une, afin d'échanger sur les adaptations mises en place en classe et bénéfiques à votre enfant ;
- vous rassurer : il n'existe pas "une" façon de faire les choses ni de "bonne" façon, mais seulement des moyens plus ou moins adaptés à votre enfant ;
- vous souvenir : il vaut souvent mieux privilégier la qualité à la quantité ! □

Expliquer l'école à la maison à l'enfant

Il est essentiel d'expliquer à votre enfant la situation. Afin d'introduire la raison du confinement, et donc de l'école à la maison, vous pouvez vous appuyer sur des supports existants pour les enfants, selon l'âge du vôtre, soit en recherchant des images adaptées sur internet à l'aide de mots clés comme "enfant" et "coronavirus" soit en consultant les liens ci-dessous, à choisir selon le niveau de compréhension de votre enfant :

1. <https://www.unicef.org/fr/coronavirus/comment-parler-a-votre-enfant-de-la-maladie-a-coronavirus-covid-19>
2. <https://www.1jour1actu.com/monde/coronavirus-mieux-comprendre-pour-mieux-se-proteger>
3. <https://pstitlibe.liberation.fr/coronavirus-dernieres-infos,101211>
4. https://www.youtube.com/watch?time_continue=48&v=9wA45oswxD0&feature=emb_title
5. <https://www.mindheart.co/descargables>

Une fois la situation sanitaire comprise, vous pouvez ainsi lui indiquer que ce ne sont pas des vacances et qu'il est important de continuer d'apprendre pour ensuite retourner à l'école avec ses camarades à la fin du confinement dans les meilleures conditions possibles.

Guidance pour réaliser l'école à la maison




- Des repères : un rythme et un lieu

La mise en place d'un cadre adapté est un élément primordial au bon déroulement d'une séance de travail. L'enfant doit avoir des repères lui indiquant clairement si « c'est l'heure de travailler », en un mot pouvoir distinguer les périodes de travail des autres moments de la journée. L'enfant sera d'autant plus motivé pour travailler, et sécurisé, s'il sait que le moment de se mettre au travail arrive, et qu'il a de la visibilité sur la période qui succédera au temps scolaire (jeu, repas...).

Cela passe par donner à l'enfant des repères dans le temps et dans l'espace.

▪ Organisation du temps de travail :

- Mettre en place **un emploi du temps** à respecter fixant le moment et la durée des périodes de travail chaque jour. Le mieux est de dessiner un emploi du temps papier, facilement compréhensible pour l'enfant, que l'on pourra accrocher au mur par exemple pour qu'il puisse s'y référer à tout moment de la journée (*voir exemple ci-dessous*). Pour les plus jeunes et les enfants n'ayant pas encore automatisé la lecture, vous pouvez aussi créer un emploi du temps visuel, à l'aide d'images ou de pictogrammes (<https://deux-minutes.org/video/faire-un-planning-visuel/>).

Heures 	Activités à réaliser 	Cocher quand l'activité est terminée 
8h à 9h	Réveil – Temps libre*	
9h – 9h30	Petit déjeuner – Toilette - Habillage	
9h30 – 11h30	Ecole à la maison (Préciser la matière abordée)	
11h30 – 12h30	Temps libre*	
12h30	Déjeuner	
Temps après repas	Temps libre*	
14h30 – 16h	Ecole à la maison (Préciser la matière abordée)	

16h – 18h30	Goûter – Détente – Activités physiques en intérieur	
18h30	Douche	
19h30	Dîner	
Temps après repas	Temps calme**	



* Dans la mesure du possible, faites attention au temps d'exposition aux écrans qui se cumule rapidement sur une journée.

**Il est aussi préférable d'éviter une utilisation des écrans trop prolongée avant le coucher. Privilégier d'autres activités, comme la lecture par exemple, plus favorables à l'endormissement.

- Le temps de travail envisagé chaque jour **ne doit pas être excessif**. L'important est de fractionner sur la journée : par exemple, en école élémentaire, 3 ou 4 sessions de 30 minutes sur la journée, 4 heures par jour étant un maximum pour cette tranche d'âge. Veillez à ce que l'enfant n'écrive pas de façon trop prolongée, séquencez le travail en alternant apprentissages à l'écrit et apprentissages à l'oral. Le volume horaire de travail doit être adapté à l'âge de l'enfant, et bien sûr à la fatigabilité de votre enfant en particulier. N'hésitez pas à étaler le travail à faire sur les cinq jours de la semaine. N'oubliez pas que la situation pour l'enfant de travailler seul à la maison avec vous est différente de celle de travailler au sein d'une classe regroupant 2 ou 3 dizaines d'élèves, et qu'il est donc normal que votre enfant n'ait pas un volume d'heures de classe aussi soutenu que celui de l'école car ce n'est pas le même rythme. Enfin, les vacances scolaires approchent, qui occasionneront une réduction importante des devoirs transmis par l'école, et permettront d'aborder ou réaborder sur des temps ponctuels certains exercices avec un rythme plus tranquille, entre les moments de détente.
- Mettre en place un **système d'alarme** qui rappelle à l'enfant quand il doit commencer à travailler, utiliser un minuteur visuel ou **Time Timer** (cf. image ci-dessous) pour cadrer les périodes de travail ou un autre outil du quotidien permettant à l'enfant de se repérer.



- **Créer une liste de “choses à faire”** (leçons à parcourir ; exercices à faire ...) chaque jour tout en veillant à ce que la quantité de travail ne soit pas excessive. Là encore, privilégiez la qualité à la quantité et ciblez les apprentissages fondamentaux (par exemple pour le CP : lecture et calcul). Il est possible de faire participer l'enfant à ce plan de travail de la journée, de façon à l'impliquer et le motiver au maximum. Pensez à alterner les matières pour éviter que l'enfant ne sature.
- **Organisation de l'espace de travail et du matériel :**
- L'enfant devrait être bien installé dans un **lieu calme et propice au travail** : travail sur table, bien assis et à la bonne hauteur vis à vis du plan de travail.

- Favoriser un maximum de calme : enlever les éléments distrayeurs (*pièce au calme si possible isolée du reste de la maison ; pas d'écrans allumés hors enjeu pédagogique ; pas de jeux accessibles ; environnement de travail épuré avec seulement le matériel nécessaire disposé sur le bureau*)
- Utiliser un **matériel adapté** aux difficultés de votre enfant : si possible celui utilisé à l'école ou à défaut le plus proche possible (*cf. aménagements pédagogiques - manchon de stylo ; guide de lecture ; règle antidérapante ; ordinateur...*)
- Essayer de créer un espace de rangement dédié au matériel/travail scolaire de l'enfant qui soit bien organisé (*un tiroir, une étagère ou une boîte où les cahiers et les livres sont rangés par matières et facilement accessibles*)

- Des adaptations : selon les difficultés de votre enfant

Il est conseillé de se référer à celles proposées en classe, qui sont souvent rappelées dans des écrits que vous pouvez redemander au besoin (*cf. bilan neuropsychologique, orthophonique ou ergothérapeutique, Geva-Sco, PAP...*). Nous pouvons néanmoins en recommander pour certaines situations types :

▪ **Votre enfant a des difficultés d'attention ou de planification/organisation :**

Si votre enfant est sous traitement par méthylphénidate (*Quasym®*, *Concerta®*, *Médikinet®*, *Ritaline®* ou un *générique*) : il est pertinent de poursuivre le traitement dans le contexte du confinement, de façon à conserver un niveau d'attention compatible avec le travail qu'il fournit chaque jour dans ce cadre particulier d'école à la maison, et aussi pour favoriser une bonne qualité de vie. Le confinement risque d'entraîner des rythmes moins réguliers qu'habituellement : souvenez-vous qu'il ne faut pas trop décaler la prise du médicament dans la journée (*le donner en première partie de matinée*). Si vous vous posez des questions sur le traitement durant la période de confinement, n'hésitez pas dans ce cas à contacter le médecin qui suit votre enfant pour son déficit attentionnel et a prescrit le médicament.

- Énoncer l'**objectif** de la séance de travail et en faire une synthèse à la fin
- Lui donner une seule consigne à la fois, fractionner les tâches longues en plusieurs petites tâches
- Contrôler la compréhension des consignes en les détaillant étape par étape et en soulignant les informations importantes
- Vérifier qu'il reste concentré, à intervalle régulier. Si nécessaire, lui demander de se remettre au travail
- Proposer un **programme visuel** coloré (*sur tableau, ardoise ou feuille*) des tâches à réaliser
- En fonction de son âge, lui proposer de faire les exercices dans un temps donné puis les vérifier avec lui pour favoriser son autonomie
- Lui conseiller d'utiliser un support visuel en parallèle du canal auditif pour optimiser l'apprentissage des leçons et en profiter pour découvrir les **cartes mentales** avec lui (<https://fantadys.com>)
- Lui fournir des fiches-mémoire (*tables de multiplication, conjugaison...*) pour limiter les situations de double-tâche

▪ **Votre enfant a des difficultés d'apprentissage globales (fonctionnement intellectuel limité ou trouble du développement intellectuel léger, associé ou non à d'autres troubles) :**

- **S'appuyer sur ses points forts**, partir des compétences de l'enfant pour lui permettre d'avancer dans son travail, en variant les supports si nécessaire : s'il aime s'exprimer, lui poser des questions sur un texte lu ensemble, s'il dessine bien, lui demander de faire un dessin en lien avec le texte, etc.

- Ne pas hésiter à commencer la séance de travail par un exercice concernant des notions qu'il maîtrise déjà, et/ou qu'il va parvenir facilement à réussir, pour le mettre en confiance
- S'assurer qu'il a bien compris la consigne, la **reformuler** avec d'autres mots si nécessaire et éventuellement d'autres supports (*dessins...*)
- Passer par le **concret** ; par exemple en maths, utiliser de petits objets que l'enfant peut compter, et manipuler lorsqu'il doit résoudre un problème
- Quand un exercice met l'enfant en difficulté, le **simplifier** (*avec l'aide de l'enseignante et/ou de l'AVS de votre enfant qui peut vous préciser les aides qu'elle fait habituellement en classe*), et le fractionner ; si l'exercice s'y prête, proposer-le en plusieurs parties à répartir dans la journée
- Si votre enfant emploie un mode de communication améliorée et alternative (CAA) : l'utiliser pour le travail du français ; ne pas hésiter à s'aider de supports sur internet reprenant poésies et comptines en gestes Makaton par exemple (*Makomptine sur YouTube®*)
- Être attentif à l'attitude de votre enfant : si malgré l'aide et les encouragements il manifeste anxiété, opposition ou énervement, passer à une tâche plus simple pour le remettre en confiance, ou faire une pause
- Tenir compte de la fatigabilité de votre enfant, et de sa lenteur ; réduire d'une ou plusieurs questions l'exercice si nécessaire ; en situation individuelle, la durée consacrée aux apprentissages scolaires peut être diminuée par rapport à une situation classique en classe
- **Valoriser votre** enfant lorsqu'il a achevé l'exercice, même si le résultat n'est pas optimal et qu'il y a des erreurs: mettre en avant les efforts qu'il a fournis et les aspects positifs (*le soin, la partie de l'exercice réussie, la concentration qu'il a bien mobilisée...*)
- Consacrer du temps à transmettre des savoirs sur le monde et les choses, oralement ou avec le support que votre enfant maîtrise le mieux,; c'est l'occasion de faire le lien avec la vie quotidienne et les tâches de tous les jours auxquelles votre enfant peut être associé

▪ **Votre enfant a des difficultés au niveau du langage écrit (lecture, écriture) :**

- En Grande Section de Maternelle : travailler la conscience phonologique à travers des jeux (<http://laclasseedeluccia.eklablog.com/>)
- Si votre enfant est en CP ou CE1, **lui proposer de lire tous les jours +++** : varier les sources de lecture (*magazines, premiers romans adaptés aux lecteurs débutants...*), et profitez de chaque occasion en cours de journée, car c'est l'entraînement et la répétition qui portent leurs fruits (*lire l'étiquette de la bouteille de lait durant le petit-déjeuner, lire une carte au cours d'un jeu de société, etc.*)
- Alternier séances de lecture et livre audio pour le plaisir d'écouter une histoire, de façon à enrichir le vocabulaire de votre enfant et surtout lui donner le goût des livres et des récits : n'hésitez pas à lui lire des histoires autour de ses thèmes préférés, télécharger des histoires à écouter... Les jeux de langage tels que charades, rébus, jeux de rimes, sont excellents pour renforcer le langage oral et écrit. Le récit de poésies, l'écoute de comptines et chansons, sont d'autres sources très appréciées des enfants de bain de langage !
Voici quelques sites et podcasts proposant des histoires à écouter, des poésies et des chansons
<https://www.franceinter.fr> : *Les Odyssées*
<https://www.ilétaitunehistoire.com> : *fables de la fontaine, autres poésies, contes, comptines...*
www.takatrouver.net
<http://www.litteratureaudio.com/livre-audio-gratuit-mp3/jules-verne-le-tour-du-monde-en-80-jours.html> : *pour les plus grands*
- En lecture, autoriser le suivi avec le doigt ou l'utilisation d'un cache comme une feuille de papier et encourager la lecture à voix haute
- Utiliser des lettres en carton, en bois... ou les faire avec l'enfant en papier lors d'une activité manuelle pour qu'il apprenne la correspondance graphème phonème sans avoir besoin de les écrire
- Avant la lecture d'un texte, lire les questions qui seront posées afin de faciliter la prise d'indices
- Surligner des mots clés et des passages importants pour faciliter la lecture
- Limiter et adapter les quantités d'écrits (*dictée à trous, à choix de mots...*)
- Avoir des objectifs humbles concernant l'écriture : privilégier une écriture en petite quantité, assez lisible

- Limiter le travail de copie, très couteux pour l'enfant qui a des difficultés d'écriture et peu rentable
- Lors des productions écrites/travail de rédaction, viser la qualité du texte produit en termes de clarté et de construction des phrases ; l'objectif n'est pas un texte sans faute d'orthographe (*cibler les mots à bien orthographier*), ni un texte rédigé avec une écriture de qualité (*ne pas reprendre le geste de l'enfant sur ce type de travail rédactionnel*)
- Favoriser l'apprentissage des mots en passant par l'oral (*épeler, faire le geste dans l'espace*)
- **Privilégier l'oral pour l'apprentissage et la restitution des connaissances**

▪ **Votre enfant est en cours d'apprentissage du clavier :**

- « Profiter » du confinement et des cours en ligne pour favoriser l'usage quotidien de l'ordinateur ! Ne pas hésiter dans ce sens à resolliciter l'ergothérapeute qui accompagne votre enfant ou l'équipe référente.
- Faire très régulièrement 15 mns du logiciel d'apprentissage du clavier (*par exemple, Tap'Touche ou Tux Typing en vérifiant auprès de l'ergothérapeute celui qu'il utilise*)
- Proposer un défi à son enfant en apprenant le clavier en parallèle
- Récompenser l'enfant s'il a amélioré ses performances par un temps équivalent d'écrans
- Utiliser les logiciels qui aident votre enfant et dont l'ergothérapeute lui a appris l'utilisation (*Matheos ou Gdmaths par exemple pour les maths, Geogebra pour la géométrie, logiciel de dictée vocale, prédicteur de mots, correcteur d'orthographe, ruban Word adapté aux enfants « dys »...*)

Lorsque le confinement sera terminé, il se pourrait que le clavier soit automatisé ☐

Ce temps est également l'occasion de découvrir avec votre enfant et de lui demander quels sont les aménagements qui l'aident vraiment, ce qui sera très utile pour l'enseignant et/ou l'AVS au retour en classe.

- De la « positive attitude » :

- ✓ **Ne vous fixez pas d'objectifs insurmontables**, ne vous mettez pas plus de pression que cette situation très stressante n'en occasionne déjà... Si un exercice rebute trop l'enfant ou le met en échec, on n'insiste pas, on passe à un autre, puis on revient plus tard sur le travail qui a occasionné un problème, uniquement pour identifier la source de la difficulté et tenter de la résoudre, sans insister sur l'intégralité de l'exercice. On va à l'essentiel. On réduit la charge de travail si c'est trop pour l'enfant.
- ✓ **Encouragez votre enfant** au moment (*parfois délicat !*) de se mettre au travail : rappelez- lui l'objectif du travail, le temps limité, le fait que c'est « le jour et l'heure de l'école », la période de jeu qui lui succédera.
- ✓ **Faites-vous confiance**, improvisez, apprenez à votre enfant à chaque moment propice de la journée, le confinement vous fait passer une longue période aux côtés de votre enfant, c'est aussi l'occasion de partager ensemble des moments...et d'apprendre autrement ! Un atelier pâtisserie, c'est lire une recette ensemble, apprendre à s'organiser et procéder étape par étape, faire des maths en évaluant quantités et proportions, exercer sa motricité fine en cassant les œufs !
- ✓ **Valorisez votre enfant** lorsqu'il réussit une tâche même si elle paraît simple pour son âge.
- ✓ Aidez-le à accepter qu'il ait besoin de plus de temps pour faire divers apprentissages.
- ✓ **Félicitez-le** à bon escient : lorsqu'il est parvenu à se montrer attentif, lorsqu'il a lu un texte qui lui a demandé des efforts, lorsqu'il a achevé le temps de travail. Montrez lui que vous êtes fier de lui.

- ✓ Appuyez-vous sur ses points forts et ses centres d'intérêts : faites succéder à la matière qui donne du fil à retordre à votre enfant un exercice où il est à l'aise, varier les disciplines.
- ✓ Relevez les efforts et les progrès avant d'évoquer les points qui restent à travailler.
- ✓ Veillez à la qualité des temps de détente, et bien sûr à leur quantité ! Les jeux d'imagination, de « faire semblant » ou de construction, les jeux de société, les activités artistiques, sont tout aussi précieux et indispensables pour le développement de l'enfant que les apprentissages scolaires !

- Des soutiens :

- ✓ Pour les plus jeunes, **gardez le lien avec son enseignant/e**, surtout si votre enfant a un lien de qualité avec lui/elle, cela l'encouragera dans son travail et le sécurisera dans ses repères : par exemple, adressez une photo d'un travail qui a demandé un investissement particulier chez votre enfant à l'enseignant, puis montrer à votre enfant le retour/félicitations de son maître/maîtresse.
- ✓ Dans le même ordre d'idée, retournez régulièrement sur le blog de la classe s'il en existe un, pour que votre enfant voit que la vie de classe continue malgré tout, et reprendra complètement après le confinement.
- ✓ **Variez les supports d'apprentissage** : documents donnés par l'enseignant, manuels scolaires de votre enfant, mais aussi sites pédagogiques sur internet et à la télévision.

<https://www.lumni.fr/>

France 4 : mission "Nation apprenante"

fiche-maternelle.com

Et pour se détendre : <https://www.teteamodeler.com>

- ✓ Echangez entre parents pour vous soutenir, vous apporter mutuellement aides et conseils; partagez éventuellement des vidéos des enfants pour que chacun puisse voir à distance ses camarades.

- Des récompenses :

La motivation est un élément essentiel au cours des apprentissages. L'intérêt pour l'activité proposée est un ressort important, mais vous pouvez aussi essayer de remobiliser ou de maintenir la mobilisation de votre enfant grâce à des stratégies spécifiques. Ainsi, pour encourager votre enfant à poursuivre ses efforts, il faut accorder votre attention à ses comportements positifs et les renforcer à travers des récompenses différées : par exemple en utilisant un système d'économie de jetons pour les plus jeunes et du temps d'écrans (*télévision, ordinateur, tablette, jeux vidéo...*), ou ce que votre enfant/adolescent a envie de faire, pour les autres. Cette stratégie d'économie de jetons est assez générale et adaptable aux différentes situations ou objectifs.

Nous vous conseillons de définir **ensemble, parents et enfant**, sur papier (*à l'écrit ou par images*) :

- les comportements désirables : par exemple, "lire 1 chapitre du livre indiqué par l'école" ou "me concentrer pendant 30 minutes et faire des devoirs" ;
- les récompenses : par exemple, "faire mon gâteau préféré avec maman" ou "regarder un film à la télévision" ;
- et les règles : par exemple, "après 2 comportements désirables réalisés, tu as le droit à 30 minutes d'écrans" ou pour les plus jeunes "après chaque comportement désirable réalisé, tu as 1 jeton, et au

bout de 5 jetons tu as le droit à une récompense parmi la liste réalisée ensemble” ou bien en modifiant le bénéfice et le coût des jetons selon les objectifs et les récompenses :

Mes objectifs : les bons comportements		Mes récompenses	
Faire 1 exercice de mathématiques	= 2 jetons	Faire mon gâteau préféré avec maman	= 10 jetons
Lire 4 pages du livre de l'école	= 1 jeton	Regarder un épisode du dessin animé	= 8 jetons
Apprendre 1 paragraphe de la poésie	= 3 jetons	Me coucher 15 minutes plus tard	= 8 jetons
<i>etc.</i>		<i>etc.</i>	

N'hésitez pas à consulter le lien suivant :

<http://ekldata.com/Skm1ynw0SLWRY2FzLOOBcVjRZZI/Systeme-d-economie-jetons.pdf>

- Des ressources internet :

1. <https://www.dys-positif.fr/>
2. <https://www.cartablefantastique.fr/>
3. <https://astucespourdys.com/>