

Mode d'emploi des outils pour la maison

À garder près de votre support

Ces supports rendent visibles les étapes de la journée. Votre enfant n'a plus besoin de tout garder en tête : il regarde, il fait, il avance. Et vous n'avez plus besoin de répéter. C'est ce que nous appelons **externaliser les fonctions exécutives** : l'organisation passe de la tête de l'enfant au mur de la maison.

Apprendre l'outil en trois temps

Je montre	On fait ensemble	Tu fais seul
Je fais devant mon enfant, en disant à voix haute ce que je fais.	Il déplace le picto, je montre le suivant du doigt, j'encourage.	Je m'efface, je regarde de loin, je félicite à la fin.

Si votre enfant décroche (fatigue, vacances, changement), revenez sans inquiétude au « on fait ensemble » quelques jours. C'est normal, et cela fonctionne.

D'abord... ensuite...

Pour les moments où il est difficile de passer à autre chose : arrêter un jeu, aller à la douche, commencer les devoirs.

- Dans « D'abord », la tâche à faire. Dans « Ensuite », ce qui vient après.
- Au moment voulu, montrez le tableau plutôt que de répéter : « D'abord la douche, ensuite l'histoire. »
- Quand la première tâche est faite, retirez son picto : votre enfant voit qu'on passe à la suite.
- Tenez toujours la promesse de la case « Ensuite » : c'est ce qui donne confiance dans l'outil.

Astuce : « Ensuite » peut être un moment que votre enfant aime, ou simplement l'étape suivante. Inutile d'inventer une récompense : l'histoire après le bain suffit souvent.

Ma routine : « À faire / C'est fait »

Pour le matin ou le soir, quand il y a plusieurs étapes à enchaîner.

- Placez les pictos dans l'ordre réel de votre maison, dans la ligne « À faire ».
- Accrochez le tableau là où la routine commence : la chambre le matin, la salle de bain le soir.
- À chaque étape terminée, votre enfant fait descendre le picto dans « C'est fait ».
- Le soir, on remet tout en haut pour le lendemain.

Astuce : pour les plus jeunes, 3 à 4 étapes suffisent. On en ajoute quand la routine est bien installée.

Mon cartable est prêt ?

Pour les oublis et les départs du matin.

- Collez la check-list près de la porte, à hauteur des yeux de votre enfant.
- Préparez le cartable **la veille au soir**, ensemble, en cochant au feutre effaçable.
- Le matin, un coup d'œil suffit. Puis on efface.
- Les jours particuliers (sport, piscine), changez le picto de la ligne « Aujourd'hui en plus ».

Pour les grands

À cet âge, le besoin de repères reste le même ; seule la forme change. Proposez l'outil, laissez votre jeune le modifier : plus il décide, plus il s'en sert.

- **Avant de partir** : sa liste en mots, collée discrètement à l'intérieur de la porte.
- **Mon projet** : un exposé ou une révision découpé en étapes datées, une par post-it, qu'il fait passer dans « Fait ».
- **Je me lance** : la règle des 5 minutes. On commence juste 5 minutes ; souvent, la suite vient seule.

Le cercle du temps et la playlist

Pour voir le temps qui passe, sans savoir lire l'heure.

- **Le cercle du temps** : une part vaut 5 minutes. Votre enfant barre chaque part au feutre effaçable. Quand le cercle est plein, on passe à la suite.
- **La playlist-routine** : une chanson par étape, et une dernière chanson qui veut dire « on part ». Toujours les mêmes chansons, dans le même ordre, choisies avec votre enfant.

Les quatre règles d'or

- Choisir l'image que votre enfant comprend le mieux : objet, photo, picto ou mot.
- Placer l'outil là où l'action se passe.
- Peu d'images, toujours les mêmes, et si possible les mêmes qu'à l'école.
- Commencer par un seul outil, et en ajouter un autre quand le premier est devenu une habitude.

Parlez de votre outil à l'enseignant et à l'AEESH : quand l'école et la maison utilisent les mêmes images, votre enfant n'a qu'un seul repère à apprendre. Et si vous avez une question, nous sommes là.