

10
clés

Françoise Chée

Astuces pour dys
@astucespourdys

L'enfant dys

LE COMPRENDRE, L'ACCOMPAGNER,
LE VALORISER



Françoise Chée
du blog Astuces pour dys
@astucespourdys

L'enfant dys

LE COMPRENDRE, L'ACCOMPAGNER,
LE VALORISER



L'AUTEURE

Créatrice de la page Facebook « Astuces pour DYS », co-administratrice de groupes pour les DYS sur Facebook, bénévole pour les associations DMF (Dyspraxiques Mais Fantastiques) et FUSO (Familles Utilisatrices de la Solution Ordyslexie), **Françoise Chée** essaye par tous les moyens d'aider les enfants dys.

Née en 1972, Françoise est dyslexique-dysorthographique. Elle est aussi la maman d'un jeune homme, lui-même dyspraxique sévère et Asperger et d'une jeune fille EIP (Enfant Intellectuellement Précoce) atteinte d'un TDA (Trouble Déficitaire de l'Attention). En 2014, elle crée la page Facebook « Astuces pour DYS ». Chaque jour, elle délivre conseils et astuces à 90 000 abonnés, dans 45 pays différents ! Tous ont un point commun : ils s'intéressent aux troubles DYS (qui regroupent, entre autres, la dyslexie, la dysgraphie, la dysorthographie, la dyspraxie, la dysphasie ou encore la dyscalculie...), des troubles cognitifs et de l'apprentissage qui concernent environ 10 % de la population.

Début 2018, « Astuces pour DYS » est devenue une association à part entière. Sa communauté a attiré l'attention de Facebook, qui l'a invitée en février 2018 à un sommet à Londres et l'encourage à continuer.

SOMMAIRE

INTRODUCTION 4

PARTIE I Mieux comprendre les troubles dys 12

PARTIE II les 10 clés 24

CLÉ N°1 : DÉTERMINEZ UN PROTOCOLE DE SUIVI AVEC LE THÉRAPEUTE 26

CLÉ N°2 : ŒUVREZ POUR UNE MISE EN PLACE DU PROTOCOLE À L'ÉCOLE 32

CLÉ N°3 : RÉPÉTEZ CES PROTOCOLES À LA MAISON 38

CLÉ N°4 : AIDEZ VOTRE ENFANT À TROUVER SES PROPRES STRATÉGIES 45

CLÉ N°5 : RESTEZ À L'AFFÛT DES BONNES ASTUCES D'ÉQUIPEMENT 50

CLÉ N°6 : UTILISEZ TOUTES LES RESSOURCES UTILES DE L'ORDINATEUR 55

CLÉ N°7 : SOYEZ À L'ÉCOUTE DES BESOINS DE VOTRE ENFANT 61

CLÉ N°8 : BOOSTEZ L'ESTIME DE SOI DE VOTRE ENFANT 65

CLÉ N°9 : AIDEZ-LE À ASSUMER SA DIFFÉRENCE POUR EN FAIRE SA FORCE 69

CLÉ N°10 : DYSFFICULTÉS, OK, MAIS SURTOUT DYSTINCTIONS ! 73

CONCLUSION 78

RESSOURCES UTILES 79

INTRODUCTION

Depuis quelque temps, que cela soit dans un magazine, sur les ondes de la radio, à la télévision ou encore dans les librairies, on voit, on lit, on entend parler des troubles dys. On entend aussi malheureusement beaucoup le terme d'« effets de mode ». Or, non, ce n'est pas un effet de mode, bien au contraire. Seulement, avec l'évolution de la médecine, l'imagerie médicale et l'expertise des tests pour diagnostiquer les troubles neurologiques, on a cette chance de pouvoir faire reconnaître plus facilement nos enfants comme étant «dys».

Pourquoi ce regain d'exposition ?

Il y a sans doute là une prise de conscience collective d'un échec d'apprentissage d'un trop grand nombre d'enfants. Faute d'avoir trouvé comment les aider, des voix se font entendre et revendiquent l'accès aux soins médicaux qui, des décennies durant, étaient réservés à une élite sociale.

Les troubles dys ne se limitent de loin pas à la dyslexie, qui est la vedette la plus médiatisée de ces troubles. En effet, que cela soit dans le monde du cinéma, du théâtre, des arts en général, des sciences aussi, bon nombre de personnes célèbres révèlent leur dyslexie (Richard Branson, Steven Spielberg, Tom Cruise, Nathalie Baye, Walt Disney, Mika, Bill Gates...) En revanche, peu parlent de leur dyspraxie, dyscalculie, ou encore d'autres troubles dys (Daniel Radcliffe, Stéphane Plaza, Cara Delevingne, Isabelle Nanty...)¹.

● *Les troubles dys*

- La dyslexie
- La dysorthographe
- La dyscalculie
- La dysgraphie
- La dyspraxie
- La dysphasie
- Les troubles dysexécutifs.

Les spécialistes parlent aisément des dyslexies, des dyspraxies... en mettant tous ces troubles dys au pluriel car il existe différentes formes de chacune de ces « dys-fficultés » : le DSM-5 (*Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*) classifie la

1. https://www.lexpress.fr/informations/dyslexie-l-intelligence-gachee_624733.html

dyspraxie, ce trouble neuro-développemental, dans les catégories des troubles moteurs, d'où ce nouveau terme de TDC : Troubles du Développement de la Coordination. Cela démontre bien que tout évolue : la façon dont on peut faire diagnostiquer nos enfants, la perception du monde médical des différents troubles et leurs classifications internationales.

Le diagnostic, un parcours du combattant

Il faut pourtant alerter les parents du parcours du combattant qui les attend. En effet, pour diagnostiquer un trouble dys chez un enfant il faut d'abord que la difficulté soit reconnue, non pas en tant que difficulté de retard due à un manque de travail ou de maturation, mais en tant que réel handicap.

- **Pour un dyslexique** par exemple, l'apprentissage de la lecture et de l'écriture orthographique est indispensable à sa reconnaissance. La dyslexie étant entre autres un trouble lié à la lecture, il est bien évident que l'enfant doit devenir lecteur pour qu'on constate qu'il est en difficulté. Ainsi, on ne peut se pencher sur son diagnostic qu'après le CP voire le CE1, ce qui est déjà tard pour commencer à l'aider.
- **La dysphasie** quant à elle, est souvent malheureusement mise sur le compte d'un retard de langage. Or c'est un trouble lié au langage. Plus vite les

orthophonistes sont sollicités pour aider ces enfants, mieux cela vaut pour eux. Il faut donc que le parent soit attentif à l'évolution ou non du langage de son enfant, qu'il ne soit pas ni trop alarmant ni pas assez inquiet, et que, ce faisant, il fasse appel à son médecin traitant pour consulter un orthophoniste.

● *Une question de détection*

Aujourd'hui, nous ne prenons plus le temps - ou on ne nous l'accorde plus - d'évoluer à notre rythme. Et c'est davantage encore le cas pour nos enfants. En effet, dès la maternelle, ils sont confrontés à des bulletins scolaires et des grilles de notions d'apprentissage à valider. On ne les laisse plus assez jouer et découvrir par eux-mêmes. Tout va plus vite et tout est plus stressant.

Dans ce contexte, un enfant de maternelle qui a des soucis d'organisation, d'habillage et de coloriage n'est pas forcément diagnostiqué comme étant un enfant dys, (dyspraxique pour l'exemple) car malheureusement, même si on en parle davantage, beaucoup d'entre nous ignorent encore que cela existe et que c'est un réel handicap.

Que ce soient les parents ou les enseignants, nous ne sommes pas beaucoup aidés. Par exemple, on ne retrouve pas forcément dans les PMI (services de Protection Maternelle et Infantile) ou chez les pédiatres des écritureaux qui alertent de l'existence des troubles dys.

● *La réalité des chiffres*

Le nombre d'enfants dys par classe augmente d'année en année, non pas parce qu'il y aurait plus d'enfants dys (attribué à tort aux changements climatiques, à l'alimentation ou autres théories...) mais parce que comme dit plus haut, leurs troubles sont mieux diagnostiqués.

Le moment où l'enseignant remarque qu'un élève a des difficultés et convoque ses parents pour leur en parler est stressant pour tout le monde, mais c'est une chose indispensable. Malheureusement, tous les enseignants ne sont pas bien informés sur ces troubles dys. Et c'est là que le bât blesse, car les formations sont trop succinctes et pas toujours accessibles. De plus, il est compliqué pour des associations d'intervenir dans les établissements scolaires. Or, souvent, ce sont ces associations qui ont le plus de pistes à partager avec les enseignants.

Par chance, il existe des enseignants référents, des conseillers pédagogiques. Mais sur le terrain, dans la réalité des classes surchargées, l'enseignant confronté aux difficultés de son élève n'a pas forcément de solutions, cartes en mains, pour lui venir en aide. De plus, il est rare qu'il n'y ait qu'un seul élève dys dans une classe. Les chiffres parlent de 8 à 12 % de la population. On estime que 4 à 5 % des élèves d'une classe d'âge sont dyslexiques, 3 % sont dyspraxiques, et 2 % sont dysphasiques.²

2. Source : https://www.sciencesetavenir.fr/sante/cerveau-et-psy/combien-de-personnes-souffrent-de-troubles-dys_104323

● *Quels professionnels ?*

- Une fois le parent alerté, il doit commencer la longue quête des rendez-vous médicaux pour faire des bilans : cela débute par **le médecin traitant** qui vous envoie dans un cabinet d'orthophonie ;
- souvent, cela va de pair avec un rendez-vous chez un **ORL** et un **ophtalmologiste** pour vérifier l'ouïe et la vue de l'enfant ;
- l'ophtalmologiste peut aussi diriger votre enfant chez un **orthoptiste** pour vérifier le balayage visuel de l'enfant, les saccades... ;
- en fonction des difficultés que rencontre votre enfant, ce dernier peut aussi vous diriger vers un **psychomotricien** et un **ergothérapeute**.

C'est donc bel et bien un parcours du combattant car il faut trouver des créneaux pour ces rendez-vous et cela peut prendre beaucoup de temps. Une fois tous ces bilans réalisés, vous devez aller voir un neuropédiatre pour qu'il prenne connaissance de tous les bilans et pose son diagnostic.

Certains médecins font aussi passer des IRM, ou demandent des tests QI (WISC 5 actuellement). Sachez également que la plupart de ces bilans, coûteux et indispensables pour un dossier MDPH, ne sont pas remboursés par la sécurité sociale.

Une fois le diagnostic établi, c'est la course aux rendez-vous de prise en charge, et la gymnastique de l'emploi du temps à gérer...

Trouver une nouvelle organisation pour le quotidien

Vous ne parviendrez pas toujours à obtenir des rendez-vous en dehors du temps scolaire : l'emploi du temps d'un thérapeute n'est pas non plus extensible. Votre enfant devra peut-être s'absenter de l'école pour suivre une ou plusieurs rééducations.

Vous vous sentirez alors coupable de lui faire rater l'école, et anxieux car vous devrez de surcroît aménager votre emploi du temps professionnel, parfois réduire vos heures de travail et passer à 80 %, voire à mi-temps...

Pour le parent : un retour sur soi inévitable

Il n'est pas rare en tant que mère d'un enfant dys de ressentir de la culpabilité : vous vous targuez d'en être la responsable, étant donné que vous lui avez donné le jour...

Vous vous questionnez, et l'on vous questionne en retour sur votre grossesse : ce que vous avez pu faire de contre-indiqué, on vous demande si vous avez accouché à terme, etc. Il faut être forte, et surtout vous détacher de tout cela : ce ne sont que des valises

trop lourdes à porter et qui ne servent à rien. Facile à dire, certes, mais indispensable à réaliser au plus vite pour avancer.

La pose du diagnostic dys de votre enfant peut aussi être pour vous, parents, une révélation. Vous pouvez vous rendre compte que vous étiez peut-être dans la même situation, enfant, ou encore aujourd'hui, et vous aurez envie d'en savoir plus. Ainsi, il arrive parfois que le parent se fasse diagnostiquer grâce aux bilans réalisés pour son enfant.

Il faut aussi comprendre qu'être dys, c'est avoir des difficultés 24 heures sur 24, c'est-à-dire pendant le temps scolaire mais aussi tout le reste du temps.

Les adaptations sont donc nécessaires non-stop, et il vous faut composer avec les besoins de chaque membre de la famille.

Comment faire ? C'est ce que vous allez découvrir dans les 10 clés de cet ouvrage. Bonne lecture !



PARTIE I

Mieux comprendre les troubles dys

LES PREMIÈRES
DÉMARCHES
À EFFECTUER

ORIGINES ET
SIGNIFICATIONS

CE QU'IL FAUT SAVOIR
SUR LES TROUBLES DYS

LES THÉRAPEUTES
À CONSULTER

LES CONSULTATIONS
CHEZ LE NEUROPÉDIATRE



Un trouble dys est un trouble cognitif spécifique qui apparaît au cours du développement de l'enfant, au moment de ses premiers apprentissages, et qui persiste lorsque l'enfant devient adulte. On dit souvent : « On naît dys, on meurt dys ». Ce sont des troubles neuro-développementaux, dits « troubles invisibles ».

➔ **Origine et signification**

Penchons-nous à présent sur l'étymologie des termes : *dys*, en grec, signifie difficulté. À ce préfixe *-dys* on associera alors les noms suivants...

● *-lexie*

Le terme générique de dyslexie désigne un trouble spécifique durable, de l'acquisition et de

l'automatisation du langage écrit (de la lecture). Il en existe plusieurs types : dyslexie de surface, dyslexie mixte, dyslexie phonologique, ou visuo-attentionnelle...

- **-praxie**

La dyspraxie est maintenant nommée TDC, Trouble Développementale de la Coordination, qui indique l'incapacité à automatiser un geste. C'est un trouble durable. Il existe plusieurs dyspraxies, notamment la dyspraxie visuo-spatiale qui aura un impact direct sur la lecture et l'écriture.

- **-graphie**

La dysgraphie est un trouble de l'acquisition du geste graphique. Les écrits sont coûteux en effort du fait du rendu visuel, de la rapidité d'écriture, de la qualité de la trace écrite (des lettres ou des figures de géométrie), de la planification du tracé sur la page qui est difficile à réaliser... La dysgraphie peut être aussi une conséquence de la dyspraxie.

- **-orthographe**

La dysorthographe est un trouble de l'acquisition et de l'automatisation des règles orthographiques ou un souci phonologique ou linguistique. Comme pour les autres dys, il existe plusieurs types de dysorthographe. Ce dys peut aussi être lié à un problème oculomoteur, notamment si l'enfant a des difficultés de perception

des mouvements (dyspraxiques visuo-spatiaux), des troubles de la vision tels que des problèmes avec les saccades ou la fixation du regard sur un endroit précis.

- **-calculie**

La dyscalculie, comme la racine du mot l'indique, est un trouble de l'acquisition des compétences numériques ; il en existe aussi plusieurs types. La personne qui en est atteinte a une mauvaise compréhension du nombre. Elle a donc du mal à le manipuler, par exemple lors des séances de calculs à l'école. Adulte, cela impacte aussi sa vie quotidienne : incapacité à mesurer, à quantifier, à calculer ses dépenses...

- **-phasie**

La dysphasie est un trouble cognitif spécifique de l'apprentissage et du développement du langage oral. Comme pour les autres dys, il y en a plusieurs types : la dysphasie réceptive, expressive, ou mixte, sémantique, pragmatique.... Cela entraîne des difficultés phonologiques, lexicales, de syntaxe et de ce que les orthophonistes nomment le décodage du langage reçu.

- **Les troubles dysexécutifs**

Ils sont souvent rattachés aux troubles TDA (Trouble De l'Attention avec ou sans hyperactivité). Les fonctions exécutives sont des fonctions mentales qui permettent la réussite des enfants à l'école : le contrôle

des impulsions (soit trop soit pas assez), le changement d'activités en classe, la capacité à se souvenir de ce que l'on vient de voir, à contrôler son attention (que la tâche soit attirante ou intéressante pour l'enfant ou non), etc.

→ Le diagnostic

Le diagnostic d'un trouble dys repose sur la réalisation d'un bilan complet. Ces bilans aident le neuropédiatre à définir la sévérité des troubles, les prises en charge à envisager et les outils de compensation qui pourront accompagner l'enfant dans ses apprentissages.

Il n'est pas rare qu'un trouble dys s'accompagne d'un autre trouble dys, on parle alors de comorbidité.

● *Les premières démarches*

Au vu des difficultés pour poser un diagnostic, il est essentiel de faire appel à des professionnels de santé, d'un CRTLA par exemple (Centre Référent des Troubles du Langage et de l'Apprentissage). En effet, l'intervention d'une équipe pluridisciplinaire permet aux différents professionnels de croiser leurs points de vue et de poser plus facilement un diagnostic.

Néanmoins, au vu des délais pour avoir des rendez-vous dans ces centres, faire appel à des thérapeutes en libéral est tout aussi efficace. Mais le regard croisé des diagnostics manquera et sera remplacé par celui d'un neuropédiatre libéral. L'autre différence est aussi

le coût car en libéral peu de bilans sont pris en charge par la sécurité sociale.

Ainsi, selon les résultats du bilan pluridisciplinaire, l'enfant dys est alors suivi par différents professionnels de santé.

● *Les thérapeutes*

- Sans aucun doute, **les orthophonistes** sont les premiers piliers des intervenants auprès des enfants dys. En effet, leur champ de compétences est excessivement large. L'orthophoniste est par définition le professionnel de la communication, aussi bien orale qu'écrite. Il gère les soucis «mécaniques» tels que la déglutition, ou comment bien poser sa voix. Il aide aussi à la prononciation et intervient à tout âge : des très jeunes enfants aux personnes âgées. Les orthophonistes interviennent aussi pour aider les enfants qui ont des troubles logico-mathématiques. Ainsi, ces professionnels interviennent pour les dyslexiques, dysphasiques, dyscalculiques et aussi pour les dyspraxiques.
- Le **psychomotricien** s'attache à aider l'enfant dans la perception de son corps en entier. En effet, certains dys ont du mal avec la latéralisation (c'est-à-dire notre bi-côté : droit/gauche). Ils interviennent aussi pour la proprioception, la coordination motrice... Leur champ de compétences est très large. On voit dans sa patientèle par exemple des dyspraxiques et

des dysgraphiques. Leurs interventions se font sous forme de jeux, surtout pour les plus jeunes enfants.

- En continuité ou en parallèle de l'intervention des psychomotriciens, les **ergothérapeutes** sont les prochains thérapeutes que l'enfant consultera. Eux travaillent plus sur l'autonomie des patients. Ils les aident à adapter leur quotidien, à trouver des outils de compensation. Ils peuvent aussi les rééduquer au sens physique du terme.

BON À SAVOIR

✓ Les consultations des ergothérapeutes ou des psychomotriciens ne sont pas prises en charge par la sécurité sociale.

- Après avoir éliminé les problèmes d'ouïe et de vue, **l'orthoptiste** est le prochain professionnel de santé à aller consulter. En effet, le premier outil utile des enfants est leurs yeux ; l'orthoptie est donc primordiale. Savoir poser son regard là où il faut, être capable de ressortir l'information clé d'un texte, exécuter les saccades et le balayage visuel sans soucis pour pouvoir lire... Voilà tout ce que peut apporter un orthoptiste à votre enfant. Il est donc indispensable d'aller consulter un orthoptiste neuro-visuel pour effectuer un bilan, puis faire des séances de rééducations. Une fois les séances arrêtées, il faut entretenir tout ce qui a été

apporté, refaire des bilans de temps en temps, et reprendre des séances d'orthoptie si besoin.

- Le **psychologue** est un accompagnant indispensable pour les enfants dys qui ont un réel manque de confiance en eux et qui ont une estime d'eux-mêmes en chute libre. De plus, le diagnostic une fois fait, les enfants se sentent stigmatisés. Malgré les adaptations mises en place, il arrive qu'ils se retrouvent toujours en situation d'échec et que ce cercle vicieux de manque de confiance s'intensifie.
- Un **neuropsychologue** peut aussi les aider à avoir par exemple de nouvelles stratégies de travail. Les neuropsychologues font aussi passer les tests QI qui sont indispensables pour monter des dossiers MDPH (Maison Départementale des Personnes Handicapées). En revanche, leurs interventions ne sont pas prises en charge par la sécurité sociale, et les tests WISC (Wechsler Intelligence Scale for Children) sont coûteux.

Les consultations chez le neuropédiatre

La consultation se passe en trois phases :

- 1/ les questions aux parents ;
- 2/ l'examen clinique d'observation ;
- 3/ puis l'examen direct avec l'enfant.

● *Les questions aux parents*

Pour commencer, le neuropédiatre interroge les parents sur l'anamnèse de leur enfant (toute son histoire). Il leur demande si eux ou d'autres membres de leur famille ont aussi eu des troubles étant plus jeunes. Il fait en quelque sorte **l'arbre généalogique des difficultés des membres de la famille**. Son rôle est semblable à celui d'un enquêteur qui glane les informations utiles. Tout ce questionnement permet d'évincer toute maladie, pathologie, ou cause médicale qui altérerait les apprentissages de l'enfant. Il note toutes **les interventions chirurgicales ou les examens passés**. Il pose également **des questions sur l'acquisition de la motricité de base** de l'enfant : à quel âge a-t-il marché, parlé, rampé ? Est-il passé par la position « à quatre pattes » ? Marche-t-il sur la pointe des pieds ? Comment attrape-t-il les ballons ? Depuis quel âge ?, etc. Ensuite il pose des questions sur l'hygiène de vie de l'enfant : **son alimentation**, sa manière de manger, la fréquence de ses repas, la texture des aliments qu'il veut bien manger ; mais aussi quel sport il pratique, quel est son degré d'autonomie...

● *L'examen clinique d'observation*

Je me souviens que mon fils a dû marcher sur une ligne invisible, faire des pas chassés, se baisser, marcher sur la pointe des pieds puis sur les talons, faire des jeux de mains (comme les marionnettes), le tout pour mettre

en évidence la non-coordination motrice. Il a également dû exécuter des mouvements les yeux fermés. Le neuropédiatre examine **le corps de l'enfant**, ses ecchymoses (les dyspraxiques se cognent partout) et évalue aussi le tonus musculaire de l'enfant.

● *L'examen direct avec l'enfant*

Le neuropédiatre invite l'enfant à **parler**, à **décrire** une image, à **écrire** ou **recopier** quelques phrases simples, à **dessiner** des formes géométriques.

- L'enfant reste au centre de la consultation du médecin, et est invité à y participer. **Son envie de coopérer** est aussi quantifiée par le neuropédiatre. Il estime également de cette façon **la durée de concentration** que l'enfant peut fournir, ou la fatigue que tel ou tel exercice engendre. Tout cela fait partie intégrante du bilan.
- Dans certains cas, on peut demander aux parents de faire passer des IRM, ou de faire enregistrer une nuit de sommeil de l'enfant... Tout cela est décidé par le neuropédiatre.
- Ensuite, ce médecin analyse les bilans réalisés par ses collègues. Dans les CRTLA, les différents professionnels se retrouvent et font une table ronde afin d'évoquer les bilans réalisés pour un enfant. Ils partagent toutes leurs notes. Une synthèse de cette réunion est après remise aux parents, avec tous les bilans réalisés.

- Le neuropédiatre fait les ordonnances pour les différentes prises en charge et pourra conseiller le parent de faire la démarche d'un dossier MDPH.

Voilà ce qu'il en est des différentes phases du diagnostic de votre enfant, et par conséquent des différentes prises en charge dont il bénéficiera.

Vous êtes sans doute déjà totalement conscient de cela, mais votre enfant doit faire face 24 heures sur 24 à ses difficultés. Chaque jour, il vous faut vous appuyer sur les conseils des thérapeutes pour aider au mieux votre enfant dans ses tâches quotidiennes. En effet, seul un parent d'enfant dyspraxique comprend que son enfant soit mal « fagoté », n'arrive pas à faire ses lacets correctement, ou encore oublie ses affaires fréquemment. Un enfant normo-apprenant du même âge sait être autonome sur les tâches qu'un dys met plus de temps à comprendre, automatiser, et à intégrer définitivement.

À vous donc de l'aider à trouver des stratégies de compensation. Armez-vous de patience et d'imagination.



9 AIDEZ-LE À ASSUMER SA DIFFÉRENCE POUR EN FAIRE SA FORCE



10 DYSFFICULTÉS OK, MAIS SURTOUT DYSTINCTIONS



8 BOOSTEZ L'ESTIME DE SOI DE VOTRE ENFANT



7 SOYEZ À L'ÉCOUTE DES BESOINS DE VOTRE ENFANT



6 UTILISEZ TOUTES LES RESSOURCES UTILES DE L'ORDINATEUR

PARTIE II



1 DÉTERMINEZ UN PROTOCOLE DE SUIVI AVEC LE THÉRAPEUTE



2 ŒUVRER POUR UNE MISE EN PLACE DU PROTOCOLE À L'ÉCOLE



3 RÉPÉTEZ CES PROTOCOLES À LA MAISON



4 AIDEZ VOTRE ENFANT À TROUVER SES PROPRES STRATÉGIES

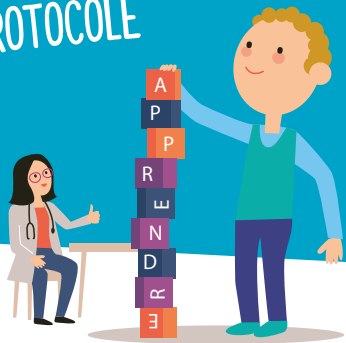


5 RESTEZ À L'AFFÛT DES BONNES ASTUCES D'ÉQUIPEMENT

Les 10 clés

1

DÉTERMINEZ UN PROTOCOLE DE SUIVI AVEC LE THÉRAPEUTE



Voilà, le couperet est tombé : votre enfant a été diagnostiqué comme étant « dys ».

Selon sa forme de trouble « dys », un protocole de suivi est déterminé par le neuropédiatre. Car c'est bien lui qui indique vers quels thérapeutes aller ainsi que la forme de prise en charge à adopter. En revanche, le thérapeute décide quant à lui de la fréquence des rendez-vous et des adaptations à mettre en place. Il faut bien avoir en tête que ces adaptations concernent l'école mais aussi la vie quotidienne de votre enfant. Or, il vous revient à vous, parent, de respecter le rythme de votre enfant et donc de ne pas surcharger son emploi du temps.

➔ **S'organiser dans les démarches**

Si vous devez cumuler plusieurs prises en charge chez différents thérapeutes, il va falloir faire les mêmes démarches pour chacun :

- établir la liste des thérapeutes dans votre secteur géographique ;
- les contacter tous et attendre le 1^{er} qui vous rappellera pour vous indiquer la longueur de sa liste d'attente ;
- vous désinscrire de la liste d'attente du thérapeute de la même profession, pour laisser la place à une autre famille puisqu'un autre thérapeute vous a déjà rappelé.

Ces démarches ne sont à entamer que si c'est la première fois que vous faites passer les bilans auprès de ces professionnels. Il se peut donc que votre enfant ne commence les thérapies que 6 mois plus tard (dans le meilleur des cas, malheureusement).

➔ **Savoir se dégager du temps**

En effet, en plus de son emploi du temps scolaire, votre enfant doit jongler avec ses thérapies, ses devoirs, et ses activités périscolaires (sans parler des exercices que certains thérapeutes pourront lui demander de refaire à la maison). Il est dans ce cas tout à fait possible qu'un enfant cumule plus d'heures de travail hebdomadaire qu'un adulte ! Vous imaginez bien que cela n'est pas possible sur la durée, et qu'il vous faut trouver des solutions.

Vous devez donc vous adapter à son rythme de suivi. Il n'est pas rare qu'un parent modifie son rythme pour prendre un mi-temps ou un tiers-temps. Certains

parents décident même de suspendre momentanément leur activité afin d'être disponibles, notamment pour véhiculer leur enfant et lui permettre un suivi le plus complet possible.

EXEMPLE

✓ Votre enfant doit aller chez l'orthophoniste : vous devez joindre un thérapeute et vous inscrire sur la longue liste d'attente. En fonction de la pathologie de l'enfant et des places disponibles, il aura un, peut-être deux rendez-vous par semaine chez cet orthophoniste.

- ***La solution des semaines paires et impaires***

Maintenant que vous savez quels thérapeutes votre enfant ira voir et à quelle fréquence, vous pouvez organiser son emploi du temps. Un enfant dys est déjà plus fatigué qu'un enfant neuro-typique (NT) ou normo-apprenant car il compense toute la journée. Il est donc important de ne pas le surcharger au risque de l'épuiser, ce qui se révélerait contre-productif.

Une organisation efficace est votre seule issue, et jongler avec des semaines paires ou impaires peut s'avérer être la solution idéale.

Imaginez, si votre enfant doit aller chez :

- l'orthophoniste,
- la psychomotricienne,
- l'orthoptiste,
- la psychologue/psychiatre,
- le kinésithérapeute,
- l'ergothérapeute.

Cela signifie que tous les soirs après l'école, il doit se rendre à une séance... Il est plus qu'épuisé, et il n'a pas le temps de faire ses devoirs. Cela stresse toute la famille et sera sans doute la raison des crises qui seront bien vite ingérables. Ainsi, décider que pendant une semaine il n'a que trois prises en charge, puis trois autres la semaine d'après allège son emploi du temps, permet aussi d'assimiler ce qui est vu pendant les séances, et réduit le stress.

● *La réalité des coûts*

La face cachée de l'iceberg, ce sont malheureusement ces soins coûteux qui ne sont pas pris en charge par la sécurité sociale. Il faut que vous fassiez une demande d'aide à la MPDH (Maison Départementale des Personnes Handicapées) pour espérer bénéficier de l'AEEH (Allocation d'Éducation de l'Enfant Handicapé). Cette demande rajoute du temps d'attente au démarrage de cette prise en charge, sans

garantir l'acceptation du dossier et un taux d'incapacité suffisant pour bénéficier de cette aide. Les parents se retrouvent alors confrontés à une galère administrative, longue et épuisante.

BON À SAVOIR

- ✓ Si la reconnaissance du handicap par la MDPH est inférieure à 50 %, aucune aide financière n'est prévue.
- ✓ Si elle est supérieure à 50 %, le parent peut toucher 132 € par mois d'AEEH (l'AEEH de base) qui peut être accompagnée de compléments. Pour percevoir ces compléments, il faut pouvoir justifier les grosses dépenses engendrées par tous les soins.

● *Si vous devez équiper votre enfant d'un ordinateur*

Certains enfants dys ne pourront jamais écrire de façon efficace (en termes de lisibilité, de rapidité, de qualité, et d'endurance). Ils doivent donc apprendre à maîtriser l'outil informatique, ce qui peut être très, très long... Vous devez vous armer de patience.

- Comme expliqué plus tôt, l'acquisition de l'autonomie se fait grâce **au recours aux ergothérapeutes** (séances non remboursées par la sécurité sociale).

- De plus, ces enfants doivent **apprendre à maîtriser des logiciels spécifiques** qui les aideront dans leurs apprentissages, ce qui n'est pas toujours chose aisée.
- Sachez par ailleurs que **certains enfants sont réticents à utiliser l'ordinateur**, leurs troubles dys étant déjà stigmatisants. Ils refusent d'avoir à la place de leurs stylos et cahiers une machine qui est encombrante et qui les différencie de leurs pairs. Pourtant, pour certains, l'informatique est leur salut.
- La MPDH accorde l'utilisation d'un ordinateur à partir du moment où l'enfant est autonome avec cet outil et qu'il peut l'apporter en classe. L'ordinateur est alors accordé comme « matériel pédagogique adapté ». **Il est notifié par la MPDH mais prêté par l'Éducation Nationale.** Les délais d'obtention de ces machines de prêts sont variables suivant les départements, mais pour faire court, ils sont trop longs.
- Concrètement, il est souhaitable que **vous financiez vous-même l'achat d'un ordinateur avec les logiciels** (Pack Office®, ou Dragon®, éventuellement Antidote® avec les mises à jour régulières...) afin de faire perdre le moins de temps possible à votre enfant. Mais une fois de plus une inégalité financière se fait sentir au détriment du bien-être de l'élève.
- **Il ne faut en aucun cas éliminer les activités périscolaires** auxquelles l'enfant tient particulièrement, pour les remplacer par des prises en charge. Il ira à reculons chez le thérapeute, cela ne lui servira pas et pire, cela le fatiguera pour rien. Le trop est l'ennemi du bien...

2 ŒUVREZ POUR UNE MISE EN PLACE DU PROTOCOLE À L'ÉCOLE



Une fois que votre enfant a été diagnostiqué et qu'il a commencé ses suivis, les professionnels de santé qui le prennent en charge vous donnent des pistes pour aménager son travail scolaire afin de réduire sa surcharge cognitive et sa fatigabilité.

BON À SAVOIR

✓ À chaque dys correspond un type d'aménagement. Mais il faut aussi comprendre qu'il y a autant d'aménagements possibles qu'il y a d'enfants/personnes dys. En effet, chaque enfant dys est différent, tout comme chaque enfant neuro-typique l'est aussi. Il y aura donc un fonctionnement et des besoins qui lui seront propres.

En revanche, on peut dire que ce qui fonctionne pour les dys fonctionne parfaitement sur les neuro-typiques (NT). On est donc en mesure de se demander si le travail d'adaptation n'est pas profitable à tous...

→ Une bonne communication entre tous les intervenants avant tout

En tant que parents, il faut que vous soyez ouverts aux propositions de l'enseignant. L'enseignant doit lui aussi écouter les suggestions des parents. Eh oui, les parents sont les premiers sur le terrain, ils connaissent mieux les besoins spécifiques de leur enfant. Mais l'enseignant doit transmettre du savoir aux enfants, c'est son métier. Chacun doit tenir compte des recommandations des professionnels qui accompagnent l'enfant.

● *Le respect du protocole dans le cadre d'un dossier MDPH*

La mise en place de ces aménagements rentre dans le protocole de l'enseignant référent si l'enfant a un **dossier MDPH**. En effet, une réunion appelée **ESS** (Équipe de Suivi de Scolarisation) est organisée chaque année. Un **Gevasco** (guide d'évaluation scolaire) est rempli aussi chaque année et est mis à jour en fonction de l'évolution de l'élève.

Cette réunion permet de réunir autour d'une table :

- les parents,
- l'enseignant (plusieurs si l'élève est au collège),
- le chef d'établissement,
- le médecin scolaire,
- les thérapeutes,

- l'auxiliaire de vie scolaire si l'enfant en bénéficie d'une,
- et l'élève s'il souhaite y assister.

L'enseignant référent en est le chef d'orchestre si l'on peut dire. Il est le lien direct entre la MDPH et l'établissement scolaire. Ce sont donc tous les intervenants en relation avec l'enfant qui sont présents lors de cette réunion. Il n'est pas rare qu'elle se déroule en une heure voire plus, son objet étant de parler de l'évolution de l'élève, de ses besoins et de ce qui pourrait améliorer encore sa condition d'apprenant.

La rédaction du **PPS** (Projet Personnel de Scolarisation) est éditée chaque année et suit l'enfant toute sa scolarité (avec révision) tant que celui-ci a une reconnaissance de la MDPH. Pour les enfants sans reconnaissance de la part de la MDPH, un PAP (Plan d'Accompagnement Personnalisé) peut être mis en place avec le médecin scolaire, à qui vous remettrez les bilans médicaux de votre enfant.

Les aménagements dans la classe

Il est important, dans un premier temps, d'expliquer à la classe la raison de ces aménagements pour éviter toute forme de jalousie ou d'envie. Si votre enfant a un ordinateur ou un AESH (Assistant d'Élève en Situation de Handicap), la différence est d'autant plus visible. Bien évidemment, cela doit se faire avec l'accord de l'enfant et de ses parents.

● *Trouver sa place dans la classe*

Il faut installer l'enfant dys à une place judicieuse :

- près d'une prise électrique s'il a un ordinateur ;
- en face du tableau et au premier rang s'il a des troubles de la vision ;
- sur le côté s'il a une AESH, pour qu'elle ne gêne pas les autres enfants par sa taille adulte, surtout en primaire...

➔ **La posture de l'instituteur/ professeur**

Les conseils suivants peuvent paraître évidents pourtant un rappel est toujours bon à faire.

- Il faut **encourager l'effort au maximum**, et donc être tolérant et bienveillant. L'idée est de toujours valoriser les points forts de l'élève.
- **Utiliser l'oral** si le passage à l'écrit est compliqué, ou vice versa.
- **Autoriser l'utilisation de tous les outils** suggérés par les thérapeutes.
- **Colorer ou agrandir les supports** mais veiller à ce que tout le monde utilise les mêmes codes (parents, enseignants et thérapeutes).
- **Vérifier la compréhension des consignes**, et ne donner qu'une consigne par phrase.

- **Éviter les formules** « après avoir fait ceci, faites cela... ». Il est plus judicieux de lister les consignes avec un tiret, ce qui permettra à l'élève de barrer les actions faites.
- **Autoriser l'adulte à écrire à sa place** : ainsi le soir le parent sera le secrétaire de l'enfant, l'AESH tiendra ce rôle la journée.
- Si un document est donné, **numérotez les feuilles**. Évitez les documents imprimés recto-verso, trop compliqués à gérer pour la plupart des dys.

● *Les adaptations pour les présentations des supports en classe*

- La première chose à savoir est **qu'il ne faut jamais justifier un texte**. En effet, la possibilité qu'offre tout logiciel de traitement de texte de justifier un texte correspond à une pratique imposée par les cotes d'imprimerie mais qui est excessivement perturbatrice. La justification modifie l'écart type entre les lettres et rend la lecture (déchiffrage puis encodage) très lente pour les dys.
- On choisira **d'imprimer les textes avec une police que l'on nomme police sans sérif**. Il en existe plusieurs, le sérif étant la petite fioriture qui encombre la lettre mais qui la rend plus jolie pour certains.
- L'idéal est **d'aérer le texte avec un interligne supérieur à 1,5**. En effet, cela évite aux élèves de mélanger les syllabes des mots avec ceux de la ligne du dessous ou du dessus.

✓ **Exemples de police** : Andika, Calibri, Comic sans ms, Opendys, Lexia, Verdana, Tahoma... Il y a aussi Arial, bien que décriée par la communauté francophone à cause de son i majuscule qui est un l minuscule (et qui complique donc la lecture de certains dyslexiques), elle est LA police plébiscitée par le monde anglophone, et celle proposée par défaut dans un logiciel de traitement de texte.

- Même s'il existe une police dys, l'idéal est de demander à l'enfant **quelle est la police avec laquelle il est le plus à l'aise**, puis d'imprimer pour lui ou pour toute la classe les écrits avec cette police. Pour la mise en page, il convient **d'éviter d'écrire en colonnes**, cela complique la lecture.
- Certains élèves ont besoin **d'une césure syllabique avec une coloration**. Pour cela, le ruban *Word study*[®] s'avère être d'une grande aide. En effet, c'est un ruban gratuit qui s'installe dans Word[®] et qui offre de nombreux outils. Il est évolutif : vous en avez un pour le primaire, un autre plus complet pour le collège et enfin un troisième pour le lycée. Sinon, vous avez aussi lirecouleur[®].
- Le site Internet *Desmoulin.fr* permet d'imprimer des feuilles de travail, avec des lignes colorées ou du papier millimétré proportionné, etc.

3

RÉPÉTEZ CES PROTOCOLES À LA MAISON



Comme dit plus haut, toute personne dys est dys toute la journée. Aussi, les adaptations mises en place à l'école doivent l'être également à la maison. C'est particulièrement vrai pour la partie devoirs/vie scolaire. Vous devez vous arranger pour mettre en place toutes les recommandations des professionnels afin d'harmoniser le protocole : en thérapie, à l'école et à la maison.

Nous ne cessons de le répéter tout au long de l'ouvrage : **le facteur de réussite des enfants est dû à un bon dialogue entre ces trois grandes parties.**

Mais, parce que le temps passé chez soi n'est pas un temps uniquement dédié aux devoirs, il faut adapter toutes les tâches du quotidien.

➔ **Les adaptations du quotidien**

Chaque trouble « dys » a ses spécificités. Pour autant, on retrouve des points communs plus ou moins ancrés :

la maladresse, le manque d'organisation ou la mauvaise gestion du temps et de l'espace... Et naturellement, c'est à la maison que vous en voyez les manifestations de manière exacerbée. En effet, pour un enfant dys (en particulier dyspraxique), c'est dès le réveil que sa maladresse lui joue des tours et le fatigue. Tout ceci a naturellement la fâcheuse tendance de vous énerver (surtout si le diagnostic n'est pas encore posé). Aussi, s'organiser et lui faciliter la tâche est pour tout le monde le meilleur moyen de garder une ambiance sereine à la maison.

Voici quelques conseils pour faciliter votre quotidien.

- ***Matériel et équipement les jours de semaine***

Pour l'organisation des jours de la semaine, vous pouvez songer à mettre en place des tableaux avec des visuels très colorés pour que l'enfant puisse de façon autonome vérifier qu'il a tout fait, ou pris pour aller à l'école. Bien évidemment, en fonction de l'âge de votre enfant, il vous faut adapter ce tableau : par exemple, ce qui est stylisé par pictogramme pour un enfant de 3 ans peut être écrit pour un ado de 13 ans.

- ***Le temps des repas***

Pour ce qui est du temps des repas, essayez d'être inventif.

- Utilisez par exemple des **sets de table spéciaux**, antidérapants, pour éviter aux assiettes de faire des vols planés.
- Utilisez **cette fourchette fabriquée à partir d'une cuillère** afin d'avoir un creux plus marqué, ce qui facilitera l'ingestion des petits pois, par exemple.
- Il existe beaucoup d'autres ustensiles facilitateurs à la prise des repas. Vous pouvez trouver ces objets dans les boutiques paramédicales ou sur certains sites internet spécialisés.
- En fonction de l'âge de l'enfant, **vous pouvez lui couper sa viande**, sans pour autant faire remarquer qu'à son âge il devrait être capable de le faire seul.

● *L'orientation spatiale*

Pour certains autres dys, l'orientation aussi est compliquée, la lecture n'étant pas le seul souci qu'ils rencontrent. Ils ont tendance à confondre la droite et la gauche.

- Utilisez par exemple **des codes de couleurs** pour indiquer l'une des deux directions et l'aider à les retenir.
- Rajoutez-lui **un petit bracelet ou un autre signe distinctif** pour qu'il se souvienne de sa droite (surtout s'il est droitier) ou inversement de sa gauche s'il est gaucher.

Souvent, vous leur dites : « Non, l'autre droite ... » ! Il ne faut en aucun cas vous fâcher car ils ne font absolument pas exprès de se tromper.

● *La notion de temps*

Les dys, en général, ont aussi un souci avec le temps : ils n'ont aucune notion de la durée ou sinon sans aucune précision. Parfois, ce qui s'est passé hier a en fait eu lieu il y a seulement cinq minutes... Il faut vous habituer à cette distorsion temporelle qui somme toute peut engendrer des situations cocasses. Vous pouvez travailler ce point précis avec :

- **des sabliers**,
- **des chronomètres** inversés (time-timer),
- **des emplois du temps** accrochés au réfrigérateur comme des post-it géants, visuellement expressifs grâce à l'utilisation de différentes couleurs,
- ou encore **des organisateurs familiaux**.

● *Le linge et l'habillement*

Un autre aménagement à faire à la maison pour le quotidien est la gestion du linge. L'incapacité à le plier correctement ou à le ranger en pile est un fait notoire chez l'enfant dyspraxique. Par chance des outils existent pour faciliter cette tâche, et il ne faut en aucun cas hésiter à s'en servir. Voici quelques astuces.

- Certes, **plier un tee-shirt** vous semble d'une simplicité déconcertante. Pourtant, cela requiert un apprentissage de gestes coordonnés, à exécuter étape par étape. Et c'est en cela que c'est très compliqué pour un dyspraxique. Pensez alors à privilégier le rangement sur cintre, comme alternative.
- Préférez **les pyjamas sans bouton**, des habits larges permettant un maximum d'aisance car l'enfilage sera compliqué.
- Privilégiez **les chaussettes** dont les talons et les bouts de pieds sont d'une couleur différente du reste de la chaussette afin que votre enfant l'enfile dans le bon sens (le talon du côté de la plante de pied).
- Pour **les t-shirts et les sous-vêtements**, privilégiez ceux avec des images sur le devant. Dirigez-vous vers les pantalons à taille élastiquée pour éviter les ceintures que l'enfant ne sait pas ouvrir ou fermer.
- Enfin, évitez de lui faire prendre **le petit-déjeuner habillé**, une maladresse est si vite arrivée. Qu'il s'habille une fois la dernière bouchée avalée et le brossage des dents fait.

Pour la partie scolaire

Ranger des livres, organiser son bureau, trouver ses affaires, cela encore une fois n'est pas tâche aisée... Vous devez comprendre que ce n'est en aucun cas de la mauvaise volonté, mais un réel problème pour les dys.

● *Le rangement*

Voici quelques petites astuces qui vont permettre au fil du temps une automatisation qui n'était pas gagnée au départ :

- privilégiez une fois de plus **les bacs de rangement**,
- **les colonnes à tiroirs**,
- instaurez **un code couleur** pour indiquer par exemple tout ce qui concerne une seule matière scolaire et conservez-le d'une année à l'autre : par exemple le jaune pour les mathématiques. Cette seule couleur sera utilisée pour toutes les fournitures correspondantes à cette matière (livres, cahiers d'exercices, intercalaires, pochettes...)

● *Les apprentissages par cœur*

Quand vient le temps de l'apprentissage des tables de multiplication, de conjugaison, les listes de mots, etc., il vous faut faire appel à votre imagination. En effet, ces notions-là (entre autres) sont particulièrement compliquées pour nos dys.

L'apprentissage par cœur est déjà en soi une mauvaise chose car il ne prouve en rien la compréhension de la notion. Mais surtout il n'est pas la preuve que l'enfant sait utiliser à bon escient cette notion. En effet l'enfant peut vous réciter en conjugaison les terminaisons du présent sans se tromper ; mais lorsque vient le moment de conjuguer un verbe

dans une phrase, la terminaison employée n'est pas forcément la bonne.

On parle alors de **double tâche cognitive**, surtout si l'élève est obligé d'écrire rapidement pour ne pas perdre le fil de la dictée. Votre orthophoniste vous a sans doute montré des méthodes qu'il vous faut utiliser lors des séances de devoirs.

En résumé, utilisez tous les outils et matériels existants vous permettant de fatiguer le moins possible votre enfant. Prenez bien en compte le rythme et les habitudes de votre enfant, en veillant à ne surtout pas les modifier. Efforcez-vous de mettre en application toutes les recommandations des professionnels de santé qui suivent votre enfant dans son quotidien.

BON À SAVOIR

✓ Il ne faut pas négliger l'importance de l'usage d'un large choix de livres adaptés. Par chance, les maisons d'édition ont choisi des mises en page qui répondent aux besoins spécifiques des personnes dyslexiques et parfois aussi des dyspraxiques visuo-spatiaux : choix de la typographie, interlignage particulier, couleur du papier, coloration des sons ou des lettres, etc.



AIDEZ VOTRE ENFANT À TROUVER SES PROPRES STRATÉGIES



Aider son enfant à être plus autonome, à trouver ses stratégies de compensation sera de votre ressort. En effet, un enfant explore toutes les pistes, c'est son rôle d'enfant. Il essaye, il tâtonne, mais il ne sait pas forcément que cette action sera décisive pour l'aider à trouver « la » solution à ses difficultés. Le simple fait d'observer un bébé nous permet de comprendre ce qu'il veut faire : se tenir assis, debout, bouger, attraper quelque-chose, jouer... On le voit essayer, échouer mais sans cesse recommencer jusqu'à ce qu'il atteigne son but.

De même que « C'est en forgeant qu'on devient forgeron », c'est en passant par tous les chemins qu'on trouvera le bon. À cette phrase, on peut ajouter que seule la personne qui n'essaye pas n'échoue pas. L'erreur fait donc partie de l'apprentissage et est même primordiale, on doit la valoriser et en tirer des leçons pour essayer différemment.

➔ Observer votre enfant pour mieux le comprendre

Pour apprendre, certains enfants ont besoin d'écouter, d'autres ont besoin de relire, d'écrire, ou encore de bouger... Il faut donc observer votre enfant pour comprendre :

- quel est **le meilleur moyen** pour lui de retenir le concept à apprendre ;
- quelle est **la meilleure position** ;
- quel est **le meilleur moment**.

Toutes ces petites choses rendent l'apprentissage plus aisé. Pour cela, prenez votre temps, ce qui n'est pas chose facile, je vous l'accorde.

● *À la maison*

La première phase d'observation se fait donc dans son quotidien, hors du temps scolaire. Ce qu'il fait à la maison, le fait-il correctement ? Écoute-t-il les consignes ? Les comprend-il ? En oublie-t-il une partie ? Vous devez faire attention à toutes ces petites choses.

Si par exemple, dans l'une des missions que vous lui attribuez, il y a trop d'informations à intégrer, il y a de fortes chances qu'il ne parvienne pas à la remplir. Si vous lui demandez d'aller chercher du lait à la cave, sur

l'étagère de droite, sans oublier de refermer la porte et d'éteindre la lumière en remontant, il reviendra probablement sans le lait, tout simplement parce que dans votre consigne, il y a trop d'informations.

Tout comme on attend d'un enseignant qu'il compartimente sa consigne d'exercice, vous devez faire de même avec votre enfant : « Range ta chambre », puis : « Lave-toi les mains » et « Mets la table ». L'idéal est de lui demander de revenir vous voir à la fin de chaque tâche accomplie. L'important est de fragmenter la consigne, car cela fonctionne mieux avec lui.

● *La phase test*

Dans un second temps, après l'observation, vient la phase test. Essayez les différentes options qui vous semblent les plus appropriées, toujours par rapport à votre enfant et à son fonctionnement. Après avoir par exemple appliqué ces observations dans les tâches quotidiennes (on reprend l'exemple du « Range ta chambre » puis « Viens me voir », suivi de « Lave-toi les mains pour mettre la table »), on doit ensuite appliquer ces observations au moment des devoirs, pour du travail dit « scolaire ».

➔ **Votre mot d'ordre : l'adaptabilité**

Votre enfant sait à force s'il apprend mieux en marchant, en dessinant, en écoutant, en mimant...

● *Répondre au besoin de mouvement*

Si votre enfant a besoin d'être « en mode relax », si l'on peut dire ainsi, alors ne le forcez surtout pas à se tenir droit comme un arbre. Au contraire, comparez-le plutôt à l'herbe folle qui se penche dans le vent. Certains enfants apprennent mieux en marchant, en bougeant. Ne restez pas sur vos a priori d'antan et concédez-lui cette liberté de mouvement.

● *Occuper ses mains*

S'il gribouille, c'est qu'il en a besoin. Il n'est nullement interdit de faire quelque chose avec ses mains tout en écoutant les consignes. Au contraire, cela aide certains enfants à mieux se concentrer.

L'utilisation des fidgets est alors recommandée. Un fidget est un objet à manipuler. Ce terme vient de l'Anglais et signifie frétiller, tripoter, avoir la bougeotte. À vous de trouver le meilleur fidget pour votre enfant. Vous pouvez en fabriquer un avec lui : un ballon de baudruche rempli de farine, une boule de slime que vous stockez dans un sac de congélation pour éviter d'en avoir partout... C'est l'occasion de partager un bon moment de complicité. Utilisez sinon les fidgets du commerce. Il en existe un panel très grand. Seule consigne : prenez-en un qui ne fasse pas de bruit, surtout si votre enfant l'emmène à l'école.

En revanche, s'il s'amuse avec son fidget alors qu'il doit se concentrer sur ses devoirs, là c'est différent,

car cela interfère avec ses apprentissages. Il faut donc apprendre à décoder ses actions.

● *L'apprentissage des leçons*

Votre enfant a du mal à retenir l'essentiel de la leçon ? Sans doute devriez-vous songer à lui apprendre à faire des cartes mentales et à les utiliser. En effet ces constructions par dessins et graphiques permettent à l'enfant de se faire une image mentale de sa leçon :

- **au centre**, on écrit le sujet de la leçon et des idées ;
- les notions qui en découlent se déploient **en rayons de soleil (branches)** autour du sujet central. Illustrer en plus ces différentes branches permet à l'enfant de visualiser sa leçon. Chaque branche a une couleur différente. Cette méthode fonctionne avec la plupart des dys. En utilisant par exemple les couleurs de l'arc-en-ciel, l'enfant, au moment de réciter chaque branche, peut visualiser sa couleur et sait alors quelle sera la branche suivante.

Tout ceci fait partie du processus d'apprentissage de votre enfant. Maintenant, c'est à votre tour de l'aider à trouver la meilleure façon d'apprendre.

5 RESTEZ À L'AFFÛT DES BONNES ASTUCES D'ÉQUIPEMENT



Le matériel d'aide aux enfants à besoins éducatifs particuliers joue un rôle central. Il existe toute une palette d'outils, mais leur existence n'est pas forcément connue de tous et c'est fort dommage. En voici une liste accompagnée de leurs bénéfices.

➔ Les guides de lecture

Il en existe sous de multiples formes. Vous trouverez la majeure partie du matériel dans la boutique en ligne *Ugodys.fr*.

- **Des règles avec des fentes** de différentes tailles pour s'adapter à l'interlignage des livres ;
- **Des règles colorées** pour modifier le contraste sur la page entre le noir et le blanc qui trop souvent fatigue ;
- **Des règles en plastiques opaques ou transparentes** à faire glisser avec juste un coin qui cache ;
- **Des overlays** : des feuilles de couleurs pour modifier le contraste du papier et des lettres imprimées en format A4 ou plus petit ;

- **Des règles loupes** pour agrandir les textes, tout en soulignant la ligne qu'il faut lire.

→ Pour l'écriture

● *Les guide-doigts*

Entre les différents guide-doigts qui existent, vous aurez un vaste choix pour trouver le bon. Avant toute chose, il est important de faire les essais avec un ergothérapeute ou un psychomotricien ou encore un graphothérapeute car il faut que l'outil aide votre enfant et ne soit pas une gêne supplémentaire.

● *Les stylos et feutres en tous genres*

Le choix des stylos aussi est très important. Il faudra privilégier le confort d'écriture à l'aspect du stylo.

- Beaucoup préfèrent **ceux qui s'effacent à l'infini** mais qui ne sont pas forcément les plus pratiques à tenir, et sur lesquels on ne peut pas installer de guide-doigts à cause du capuchon.
- Pour les crayons de papier et de couleurs, **les formes triangulaires** sont souvent à privilégier car plus physiologiques que les formes hexagonales. Même certains feutres sont de forme triangulaire pour faciliter cette prise en main optimale dite tri-digitale.
- Certains enfants ont beaucoup de mal à écrire **au stylo à plume**. Heureusement, certaines marques

ont mis au point des stylos à encre dit « roller », dont la pointe ne risque pas de se casser ou de s'écraser sous la maladresse du poids de la main non maîtrisée de l'enfant.

➔ **Le matériel de mathématiques**

● *Les outils de traçages géométriques*

Beaucoup de ces outils sont par chance enfin équipés de poignées.

- **Certains doubles-décimètres** comprennent des poignées assez larges mais qui ne sont pas toutes assez grandes.
- Vous trouverez dans le commerce **des poignées que l'on peut rajouter à l'outil de traçage, ou si vous être bricoleur, vous pouvez fixer** une poignée de porte de meuble de cuisine à une règle métallique par exemple.
- Il existe aussi un kit totalement aimanté qui facilite le traçage sur papier puisque le support est pris en sandwich entre une feuille aimantée et l'outil de traçage (matériel créé par un ergothérapeute que vous trouverez sur le site suivant : udys.fr).
- Un mathématicien français a créé Eker[®], **une équerre en forme de L en angle droit** qui s'inspire des T des architectes ou des outils qu'utilisent les bricoleurs qui travaillent le bois. Très utile, elle représente la lettre « L » et son angle droit à 90° contrairement

aux équerres du commerce qui comportent 3 angles différents et dont le coin se casse fréquemment.

- Pour finir il y a le ThaMographe[®], **un outil tout en un qui permet même de tracer des cercles**. Créé également par un français, cet outil a gagné un prix au concours Lépine[®].

● *Les outils d'algèbre*

Pour ce qui est des outils d'algèbre plus particulièrement, il est très important de laisser l'élève dyscalculique les manipuler en autonomie.

- Il existe des règles de comptage et d'autres **ustensiles de numération** qui permettent à l'élève de visualiser le dénombrement et les différentes opérations. N'hésitez pas à vous rendre sur le site belge du Gai Savoir pour jeter un coup d'œil aux bûchettes Cuisenaires : gaisavoir.be/Produits/Nombres_couleurs/nombres_couleurs.html
- Pour ce qui est de la pose d'opérations à proprement parler, je ne peux que conseiller d'imprimer **les gabarits d'opérations** que vous trouverez grâce au ruban gratuit studys[®]. Pour les élèves qui ne sont pas équipés d'un ordinateur, imprimez ces gabarits et plastifiez-les. Vous aurez ainsi toujours des supports visuels colorés pour aider vos élèves et enfants.

Une fois de plus, la peau de chagrin en outillage revient au trouble de la dysphasie. Mise à part l'utilisation des méthodes visuelles de Borel Maissonny ou Makaton[®],

peu d'outils sont proposés dans le commerce à mon sens, mais les orthophonistes en revanche sont la meilleure aide et vous donneront de bons conseils à suivre.

Le classement, l'ordre

Pour ceux pour qui l'organisation est difficile à gérer, pensez à utiliser les couleurs (rangements de couleurs différentes, pochettes ou classeurs de même couleur pour une même matière...).

- Il existe **des classeurs qui ont un petit levier** au niveau de la tranche pour ne plus se pincer les doigts en essayant de les ouvrir ou de les refermer. Très pratiques entre autres pour les dyspraxiques, ces classeurs sont une vraie révolution.
- Il existe **des feuilles de classeur uni-ligne** afin d'aider à la prise de notes car les feuilles dites « seyes » peuvent être un vrai problème pour certains enfants/élèves dys. On le nomme « papier au lignage », ce dernier étant international. On retrouve ce lignage dans des cahiers petit ou grand formats.
- Utilisez sinon des feuilles que vous imprimerez à partir du site *Desmoulin.fr*.
- N'hésitez pas à utiliser un **tube de colle en stick colorée**. **La couleur permettra** à l'enfant de voir où il en a mis, et en quelle épaisseur aussi.

6

UTILISEZ TOUTES LES RESSOURCES UTILES DE L'ORDINATEUR



Lorsqu'un des thérapeutes de votre enfant vous suggère de passer à l'ordinateur et que le neuropédiatre valide cette décision, vous voilà au pied du mur... Vous faites face à de nombreuses questions et doutes, parmi lesquels : votre enfant ne risque-t-il pas d'être le seul élève de sa classe, voire de l'établissement, à avoir un ordinateur en cours ? Les enseignants savent-ils comment faire ? Cela ne va-t-il pas le démarquer encore plus des autres élèves ? Saura-t-il gérer seul cette machine ? Sera-t-il assez rapide en l'utilisant ?

→ C'est une bonne nouvelle !

Pour avoir été dans cette situation, je ne peux que vous rassurer. **Tout va bien se passer.** Mais il vous faut savoir que votre premier travail doit être celui que vous ferez sur vous-même, à savoir votre attitude face à cette nouvelle. Nos enfants sont des éponges à sentiments et votre réaction influencera la leur.

Certes, l'apprentissage de l'utilisation de l'outil informatique est long, pour certains coûteux aussi bien financièrement qu'en termes d'attention et de fatigue mais, *in fine*, vous verrez votre enfant s'épanouir, réussir et reprendre goût en ses apprentissages. La fameuse double tâche quotidienne en non-stop à laquelle il était confronté diminue petit à petit, à force de maîtrise de son ordinateur.

Il est bien évident qu'une fois la nouvelle annoncée, vous n'envoyez pas votre enfant directement en classe avec un ordinateur qu'il sait à peine allumer ! Vous attendez le feu vert du thérapeute pour le faire.

Lorsque l'ordinateur est prêté par l'éducation nationale

Il faut savoir qu'une décision MDPH est propre à chaque département, ce qui signifie que ce qui est accordé aux enfants atteints d'un même trouble varie d'un endroit à un autre. Et on est bien d'accord, ceci n'est pas juste. Si votre enfant a une notification MDPH pour du matériel adapté, votre IEN-ASH (Inspecteurs de l'Éducation Nationale chargés de l'Adaptation et de la Scolarisation des élèves Handicapés) doit normalement vous proposer un ordinateur rapidement.



● Vos premières questions

Elles portent sur le type d'ordinateur et les logiciels fournis. Dans ce cas de figure :

- l'ordinateur vous est remis par le biais de l'enseignante référente,
- ou vous devez vous rendre au centre informatique de l'inspection d'académie pour le récupérer.

C'est à ce moment-là que vous savez si les codes administrateurs vous sont confiés ou si vous dépendez de votre ergothérapeute ou du centre informatique pour installer les mises à jour ou les programmes supplémentaires. Et là, une fois de plus, la question financière se pose pour ce qui est du choix des logiciels.

● Les logiciels

Dans certains départements, l'Éducation Nationale ne fournissant que des programmes gratuits, votre enfant n'a pas accès à la suite Office, et donc n'a ni Word®, ni Excel®, ni OneNote® qui sont, il faut bien l'avouer, des indispensables. Le ruban Studys®, sur Word®, est une aide supplémentaire pour la scolarité de votre enfant.

Il peut également avoir besoin : d'un logiciel correcteur d'orthographe puissant, d'un prédicteur ou d'un logiciel plus spécifique pour travailler certaines matières comme les mathématiques et la chimie pour son bac scientifique.

La plupart des logiciels sont payants et ont un coût certain. Néanmoins des logiciels comme Géogebra®, PDF exchange viewer® ou encore Audacity®, sont en téléchargement gratuit. Mais pour les installer, il vous faut les codes administrateurs...

Ainsi, vous serez face à un dilemme :

- fournir à votre enfant son propre ordinateur et les logiciels nécessaires à sa réussite,
- ou utiliser l'ordinateur prêté qui est équipé parfois du strict minimum, sur lequel vous n'avez pas la main, et surtout qui ne sera disponible qu'après un certain délai.

Mais n'oubliez pas que ces prêts d'ordinateurs sont gérés de façon départementale. Il arrive donc que dans certaines villes, les enfants obtiennent rapidement tout le matériel requis ainsi que les logiciels voulus (et même un scanner !), alors qu'ailleurs, ils doivent attendre plus d'un an !

La familiarisation avec l'outil

Chaque enfant a donc, selon son profil d'apprenant, des logiciels qui l'aident au mieux. Ceux-ci sont déterminés par les professionnels qui le suivent. Mais plus il a de logiciels à maîtriser, plus votre enfant a du travail supplémentaire à faire pour être prêt à aller en cours muni de son outil informatique, le but étant que ce dernier se substitue aux cahiers, classeurs, et livres.

● *Des compétences particulières*

Avec son ordinateur, votre enfant doit être autant voire plus rapide que ses pairs. Il doit maîtriser les tâches suivantes :

- **la frappe au clavier** pour prendre les cours ;
- **l'ouverture des logiciels** et des fenêtres pour travailler (plus fréquent - et donc compliqué - avec les changement de salles de cours à partir de la 6^e),
- **la sauvegarde** sur des clés USB pour transmettre son travail (sauvegarder régulièrement toutes ses données pour ne rien perdre en cas de panne) ;
- **le scan** des documents pour ne travailler que sur son écran ;
- **le traçage** de figures géométriques sur Géogebra® ;
- **la pose d'opérations, faire des schémas** ;
- **la mise en page** du cours au même titre que ses pairs qui écriront ou modifieront les couleurs des titres ou des mots-clés.

● *Le scan*

Votre enfant doit scanner ses cours s'ils ne lui sont pas remis sous forme de PDF. Il peut utiliser ces différents scanners :

- la réglette : il en existe 2 sortes, celle où l'on passe le scanner sur le document, et celle où on introduit le document dans le scanner ;

- la souris scanner ;
- le stylo scanner s'il n'a que quelques lignes à numériser.

La société Iris (appartenant au groupe Canon®) a l'an passé posté un questionnaire en ligne à l'intention des enfants dys pour améliorer leur scanner et les rendre plus accessibles aux enfants qui les utilisent. Les besoins de nos enfants sont enfin pris en compte ! Je ne les remercierai jamais assez pour cette initiative.

Résumé du matériel à avoir

- Un sac adéquat et surtout solide. Demandez-lui s'il préfère un sac à dos ou une sacoche (et surtout laissez-le choisir) ;
- Un ordinateur rapide, surtout à l'allumage ;
- Un chargeur ;
- Une pochette d'ordinateur pour le protéger des chocs ;
- Un pavé numérique si le clavier est trop petit et n'en a pas un d'intégré ;
- Les logiciels ;
- Un scanner ;
- Des clés USB ;
- On rajoutera une chemise à rabat avec intercalaire pour y mettre les documents à scanner si ceux-ci ne sont pas fournis en pdf/jpeg à l'élève.

7 SOYEZ À L'ÉCOUTE DES BESOINS DE VOTRE ENFANT



Être à l'écoute de son enfant est bien plus compliqué que ce que l'on pense. En premier lieu, il faut se dégager du temps pour être à cent pour cent dans ce que l'on fait avec lui. Et, au vu de nos rythmes de vie intenses, prendre du temps est plus vite dit que fait. C'est la raison pour laquelle vous devez puiser dans votre temps libre pour être disponible et être dans une écoute active.

Écouter son enfant, c'est l'autoriser à souffler quand pour lui, trop c'est trop. Souvenez-vous, dans la première partie, nous avons énuméré la longue liste des thérapeutes à consulter. On comprend dès lors pourquoi parfois l'enfant a besoin d'un vrai break.

Il est primordial d'autoriser son enfant à exprimer tous ses ressentis, ce qui lui permettra de se construire tout au long de sa vie. Il doit pouvoir prendre ses propres décisions, faire ses propres expériences, faire ses propres choix, et exprimer ses envies aussi.

➔ **Le b.a.-ba d'un bon dialogue**

Les besoins de votre enfant passent aussi par ses besoins de communication.

● *Comment bien écouter son enfant*

En premier lieu, il vous faut lâcher votre livre ou votre téléphone quand votre enfant a besoin de vous parler. Et surtout, se mettre à sa hauteur, au niveau de son regard pour qu'il y ait un véritable échange.

● *Lorsque votre enfant vous parle*

Ce qui est sans doute le plus compliqué pour vous est de ne pas l'interrompre. Eh oui, laissez votre enfant parler et finir ses phrases, laissez-le s'exprimer à son rythme.

- Utilisez **l'écoute active**, et faites-lui bien comprendre que vous le soutenez.
- **Questionnez-le** pour qu'il trouve lui-même la solution à un conflit par exemple.
- **Guidez-le**, mais ne faites rien à sa place, ne lui donnez pas la solution. Aidez-le à s'interroger sur la meilleure façon de résoudre son problème.

C'est primordial pour sa confiance en lui, et c'est une chose dont les dys manquent cruellement.

- **Laissez-le exprimer ses émotions**

Toutes. Il en a besoin pour se construire. Il doit les apprivoiser et aussi apprendre à les maîtriser. Ne vous méprenez pas, on n'attend pas de lui qu'il simule la joie pour cacher une profonde tristesse, bien sûr que non. L'important est surtout qu'il apprivoise sa colère ou sa grande joie ; qu'il sache modérer ses émotions extrêmes, principalement quand il se trouve hors de chez lui.

BON À SAVOIR

✓ Quand et comment peut-il laisser « sortir » une grande colère, et comment s'exprimera-t-elle ? S'il a besoin de courir, de frapper, qu'à cela ne tienne : un petit jogging devant la maison ou un corps à corps avec son oreiller feront l'affaire. Beaucoup de techniques sont possibles, tant que ce besoin d'extérioriser sa violence ne se fait pas sur autrui. Il faut absolument lui autoriser cette soupape car la pression de la journée est telle que certains s'effondrent littéralement après sept heures de cours.

➔ **Soyez à l'écoute de ses besoins fondamentaux**

Écouter les besoins de son enfant passe aussi forcément par les besoins les plus fondamentaux et primordiaux : la propreté, la nourriture, le sommeil...

● *Le point sur l'alimentation*

Pour revenir plus particulièrement sur le sujet de la nourriture, il est évident qu'en tant que parent, on veut que son enfant mange sainement. On lui refuse plus d'une fois des écarts de nourriture (la « malbouffe » par exemple, les aliments très sucrés, les boissons gazeuses...) Mais il faut aussi être conciliant, lui accorder ce qu'il préfère et surtout ne pas lui imposer ce qu'il déteste.

- Certaines textures sont plus faciles que d'autres à manger (en particulier pour les dyspraxiques).
- Si certains aliments aux goûts très prononcés sont vraiment plus que pénibles pour lui, il faut alors l'écouter et ne pas lui en proposer, tout simplement.

● *Le point sur le sommeil*

Quant aux besoins en sommeil, il y a les théories qui vous indiquent le nombre d'heures nécessaires aux enfants en fonction de leur tranche d'âges. Quoi qu'il en soit, un enfant dys a encore plus besoin de sommeil qu'un enfant sans trouble dys.



BOOSTEZ L'ESTIME DE SOI DE VOTRE ENFANT



L'enfant dys est enclin au doute. Son échec scolaire entame son estime de soi, entraînant par la même occasion la baisse de son moral. Bien souvent, ses résultats scolaires lui envoient une piètre image de lui-même.

En tant que parent, il faut surtout veiller à ce qu'il garde une bonne estime de lui, et le pousser à confier ses doutes et ses craintes. Mais ceci est plus vite dit que fait, c'est certain. D'où l'importance d'un suivi psychologique pour nos enfants, surtout pendant l'adolescence où nos dys ont tendance à ne plus se confier. L'intervention d'un tiers semble alors plus adéquate.

➔ **Confiance en soi, estime de soi**

Il faut faire la distinction entre confiance en soi et estime de soi, deux notions qui parlent de soi, mais qui ne reflètent pas la même chose.

- La confiance en soi, c'est avoir de l'assurance, avoir du courage par exemple.

- L'estime de soi, en revanche, c'est l'opinion que l'on se fait de nous-même, le regard que nous portons sur nous-même.

● *Nourrir sa confiance en soi*

Avoir confiance en soi peut être compliqué pour le dys puisqu'il se trompe, qu'il est plus lent, qu'il sent bien que par rapport à ses pairs, il n'y arrive pas aussi facilement...

Alors comment l'aider à booster sa confiance en lui quand on sait que son sentiment de compétences scolaires est mis à mal au vu de son parcours scolaire chaotique ? Comment faire en sorte qu'il se sente confiant s'il tombe à chaque fois ?

Dans ce sentiment de compétence, il y a les deux extrêmes :

- celui qui en déborde et qui se lance tête baissée,
- et celui qui doute de lui et hésite. Il se contente de laisser les autres choisir pour lui, ce qui peut avoir des répercussions sur son estime de soi.

C'est pourquoi il est particulièrement important de travailler sur ces trois points :

- Il faut mettre en valeur ses réussites, l'encourager et faire preuve d'un optimisme débordant pour valoriser les petites choses. On appelle cela **le renforcement positif**.

Il faut **l'aider à s'affirmer** en l'encourageant à exprimer sa volonté, verbaliser ce qui lui déplaît ou au contraire ce qui le satisfait.

Enfin, il faut l'encourager à **prendre soin de lui**, et lui consacrer du temps.

● *Développer son estime de soi*

Pour avoir une bonne estime de soi, il faut s'accepter tel qu'on est. Et nous, parents, nous devons accepter nos enfants tels qu'ils sont. L'enfant doit accepter ses doutes, ses erreurs, ses maladroites, ses « dysférences », et pour cela, il va falloir l'aider.

- **Valorisez-le**, montrez-lui que tout le monde se trompe, et que c'est en se trompant que l'on apprend le plus.
- Prenez conscience que votre enfant est parfait et que **vous l'aimez tel qu'il est**. N'essayez pas de le changer. À partir du moment où l'enfant sent que son parent est déçu, son estime et sa confiance en soi « en prennent un coup ».

Vous allez donc, en tant que parent, devoir faire un travail sur vos attentes souvent trop exigeantes.

➔ **Guidez-le sur le chemin de l'acceptation**

Ensuite, il faut l'épauler dans cette quête d'acceptation, l'aider à effacer cette opinion néfaste qu'il a

de lui-même : « Je ne suis bon à rien, je n'y arriverai jamais... » Il faut accepter que la route soit longue, elle l'est pour tous. Aidez-le en lui parlant des dys célèbres, par exemple : Thomas Edison, Albert Einstein, Léonard de Vinci, Auguste Rodin, Walt Disney, Tom Cruise, Woopy Goldberg, Winston Churchill...

- ***Sa particularité, c'est «son truc en plus»***

Votre enfant doit intégrer que cette petite « dysférence » est un super-pouvoir. Il faut surtout ne pas voir ce trouble dys comme une gêne, mais au contraire comme son « truc » en plus. Cette posture aura indéniablement un effet positif sur votre enfant : le trouble dys est un super-pouvoir et non un handicap... Tout de suite, à l'entente de ces mots, le moral remonte en flèche ! C'est donc à vous qu'incombe la tâche de lui montrer cette positivité, d'où l'utilité de vous faire aider par un professionnel.

- ***Aidez-le à se faire de copains***

L'estime de soi va aussi de pair avec le sentiment de sympathie. Vous devez à tout prix éviter que votre enfant soit introverti ou isolé. Et pour être à l'aise avec les autres, il faut d'abord l'aider à s'aimer. Votre enfant doit être entouré de copains pour jouer et partager des moments d'insouciance.

L'essentiel est de faire comprendre à votre enfant que ce que vous souhaitez par-dessus tout, c'est qu'il soit heureux, pas qu'il soit parfait !

9

AIDEZ-LE À ASSUMER SA DIFFÉRENCE POUR EN FAIRE SA FORCE



Être dys, c'est être différent.

Être dys, c'est avoir un cerveau qui fonctionne très bien mais pas comme celui des neuro-typiques.

La différence a du bon ! Si tout le monde était identique, la société serait très fade, enfin, selon mon opinion de dys !

Et c'est parce que cette différence est mal comprise que nos enfants se sentent si mal.

➔ **Chaque enfant dys a du talent !**

Il faut que l'enfant dys prenne conscience de sa valeur. Certes, en milieu scolaire, ses difficultés sont exacerbées par ses dysfonctionnements. Mais une fois dépassé le stade scolaire, le dys réussit à s'épanouir, à trouver sa place et réussit à s'inclure dans la société. En tous les cas, pour la plus grande majorité d'entre eux. **Il faut bien comprendre que chaque élève a un talent, une étincelle ; il faut juste l'allumer !**

LE SAVIEZ-VOUS ?

✓ Bon nombre d'acteurs sont des dys. Et tous s'entendent à dire que leurs troubles dys ont été pour eux leur force, leur source de bataille ; d'autres ont préféré s'orienter vers la politique, et que ce soit en France, en Angleterre ou ailleurs, les politiciens dys ne s'en cachent pas (Winston Churchill, John F Kennedy, Matt Hancock, Romain Blachier...) Quant aux écrivains célèbres, ils sont encore plus nombreux : Agatha Christie, Roald Dahl, Francis Scott Fitzgerald, John Irving, Hans Christian Andersen...

✓ Le monde scientifique non plus n'est pas épargné par les dys : Einstein, Pasteur, Eddison, ou dernièrement Maggie Aderin-Pocock sont des exemples à donner à nos enfants. Le monde s'ouvre à eux !

➔ **Soyez le supporter n° 1** de votre enfant !

Pour commencer, votre enfant a besoin de vous, vous êtes son soutien, sa béquille, son référent bienveillant.

- Il faut veiller à ce que toute la famille soit avec lui, et le porte, au lieu de le fragiliser par des petites remarques acerbes par-ci par-là.

- Ensuite, il faut connaître ses points forts : sera-t-il un grand orateur puisque l'écrit lui pose un problème ? Sera-t-il un écrivain puisque la prise de parole lui est compliquée ? Sera-t-il mathématicien car les chiffres n'ont aucun secret pour lui ?

LE SAVIEZ-VOUS ?

✓ Je vous invite, si vous lisez l'anglais, à consulter le site *Made by dyslexia* qui a pour vocation de déconstruire les stéréotypes entourant les troubles dys en donnant la parole à de célèbres dys. Dans un interview, la recruteuse du GCHQ (*Government Communications Headquarters*, le service de renseignements électroniques au Royaume-Uni) indique que 15 % de dyslexiques y sont embauchés parce qu'ils pensent différemment...

● *Encouragez-le à se dépasser*

Il faut cultiver ce jardin de réussite et l'encourager à se dépasser. Attention, cela ne signifie pas lui rajouter des devoirs en vue de lui faire « gober » le programme, bien au contraire, mais il faut veiller à **nourrir sa curiosité**.

Il aime l'espace ? Qu'à cela ne tienne ! Emmenez-le au planétarium, faites-lui emprunter à la bibliothèque les ouvrages qui traitent du sujet, regardez ensemble les émissions qui parlent de l'espace... Nourrissez son appétit de connaissances par tous les moyens.

Il faut faire comprendre à nos enfants qu'être dys, c'est avoir un super-pouvoir ! Ils ont la chance d'avoir quelque chose de plus que les autres ! Seulement, il faut apprendre à maîtriser cette différence. Tous les super-héros se sont entraînés pour dominer leurs super-pouvoirs, c'est pareil pour nos enfants. Trouver leur force, c'est en faire leur super-pouvoir à eux. Le dys est talentueux, a de nombreuses capacités, une pensée arborescente. Il est capable de résoudre des conflits par son tact et son empathie... De belles qualités qu'il devra apprendre à laisser s'épanouir.

C'est simple, **nos enfants sont « extraordinaires » !**
Tout le contraire d'ordinaire en somme.

10

DYSFFICULTÉS, OK, MAIS SURTOUT DYSTINCTIONS !



Penchons-nous sur les qualités des dys en général. Il faut bien sûr ne pas estimer que vos enfants colleront à toutes ces descriptions : chaque dys est unique et a sa personnalité et ses qualités propres.

Nous ne ferons ici qu'une liste des qualités potentielles de nos enfants dys, sachant qu'il peut y en avoir beaucoup plus.

➔ **Une logique moins linéaire mais plus enrichissante**

L'enfant dys est très logique mais sa logique ne sera pas linéaire. Là où tout le monde suit une autoroute de réflexion, le dys, lui, prend tous les chemins de traverses et enrichira son cheminement par l'expérience et son vécu.

● **Un exemple imagé**

Imaginez-vous dans un jeu vidéo, à bord d'un véhicule. Plus vous allez droit, plus vous allez vite. Eh bien, le dys,

lui, explore tous les chemins en récoltant un bonus de points à chaque intersection ou virage.

Finalement, les 2 voitures arrivent presque en même temps, mais celle de l'élève dys est remplie des différents bonus récoltés et son réservoir d'essence plein. Il a peut-être même un bonus supplémentaire pour avoir changé le look de sa voiture en chemin. Certes, l'autre voiture est arrivée première mais celle du dys est plus « stylée » et il a des bonus. Et si dans ce jeu, ce n'est pas celui qui arrive le premier qui gagne mais celui qui a récolté le plus de points ? Et même s'il n'arrive pas premier, le joueur dys n'a-t-il pas appris à mieux se servir de sa manette et de sa voiture ? Toute expérience est formatrice.

En effet, le joueur qui est allé tout droit est allé plus vite, mais il a vu et appris moins de choses. C'est une image que j'utilise souvent auprès de mes enfants et qui nous aide à accepter nos dys-fficultés.

Ils sont agiles d'esprit

Je pense que les dys ont, de par leurs difficultés persistantes, une maturité d'esprit plus rapide que les neuro-typiques car ils compensent toute la journée. Ils doivent en permanence jongler et retomber sur leurs pattes comme des chats. Ainsi, cette agilité d'esprit leur permet à mon sens de grandir plus vite que d'autres. Je peux me tromper, bien sûr, mais c'est mon sentiment en observant mes deux enfants !

→ Ils sont pugnaces

Je dirais aussi que leurs différences les rend pugnaces. Et pour un futur employeur, un dys est un atout. C'est d'ailleurs ce que les Américains ou les Anglais ont compris puisque dans certaines sociétés ils cherchent à recruter des dys.

- Le dys essaye constamment, ne s'arrête jamais au premier échec, ce qu'un neuro-typique est plus enclin à faire. Cette capacité d'adaptation est en soi déjà une véritable force, non négligeable.
- À cette pugnacité s'ajoute une hypersensibilité qui lui permet en plus d'être à l'écoute des autres.

→ Ils ont une créativité sans limite

Un dys a une imagination débordante : il a le don pour inventer toutes sortes de choses. Il a un côté artistique très développé. C'est ainsi qu'on peut compter de nombreux dys dans le monde des arts. Je vous recommande vivement de consulter l'étude sur la créativité menée par L'Institut du Cerveau et de la Moelle épinière (ICM) : icm-institute.org/fr/actualite/decouverte-de-2-regions-indispensables-a-creativite.

● *L'exemple de la fiction*

Quand l'enfant dysorthographique invente une histoire, il utilise toutes ses ressources pour la rendre

intéressante (ce sont les bonus gagnés sur la route imaginaire du jeu vidéo de l'exemple précédent) mais l'écrit vite et phonétiquement. Toute son attention est focalisée sur la création de l'histoire et son sens, et non sur la justesse de l'orthographe des mots.

Son récit est riche en détails et en événements qui sont ressentis par l'enfant d'une façon très fine : en effet, les enfants dys ont une sensibilité à fleur de peau. C'est pourquoi, il faut les laisser faire en les laissant écrire au fil de leur imagination, sans les stresser pour l'orthographe. D'où l'importance des ordinateurs avec des logiciels de correction d'orthographe ou de dictée vocale !

● *Ils sont dotés d'une mémoire d'éléphant*

Certains ont une mémoire phénoménale ! Qu'elle soit visuelle, auditive ou autre, cela n'a pas vraiment d'importance : leur mémoire est une force incroyable qu'il faut parfois dompter. Autant le rendu des connaissances à l'écrit peut être compliqué, autant ils sont excellents à l'oral. Ces qualités d'orateurs sont essentielles dans les métiers artistiques, par exemple.

➔ **Une adaptabilité sans pareil**

Les dys sont souvent de véritables caméléons. Ils ont cette capacité d'adaptation inouïe qui leur permet de faire face à leurs troubles tout en compensant au maximum.

- ***Ils ont un vrai don d'écoute***

Il s'agit là d'une force qui leur permet un dépassement de soi et d'être toujours aussi prévenant et à l'écoute des autres. Être l'ami d'un dys est très enrichissant !

- ***De vrais débrouillards***

Le dys peut aussi être le « MacGyver » du coin. Ce sens inné de la débrouille est souvent acquis grâce à sa capacité d'adaptation. Il est très observateur et apprend très vite certaines choses (surtout non scolaires). Il a un côté « Géo Trouvetou », c'est un inventeur hors pair !

➔ De vraies graines de leader !

Il suffit de regarder qui sont ces grands à la tête d'entreprises de renommée internationale (Ikea®, Virgin®, Hewlett Packard® ...) pour savoir que rien n'est impossible pour nos enfants. Ces individus ne se sont pas découragés face à leurs difficultés scolaires et n'ont pas tiré un trait sur leur futur. Ils ont embrassé leur carrière et ont dépassé l'opinion qui faisait d'eux des non-conformistes au système éducatif. Ils sont l'exemple même que rien n'est impossible pour nos enfants. Ces personnes-là n'ont pas eu peur d'échouer, car c'est toujours mieux que d'être submergé par les regrets ; ils n'ont jamais abandonné (c'est le point de départ des regrets) et voyez où cela les a menés !

Laissons-les être ce qu'ils veulent devenir.

CONCLUSION

Après ce long cheminement partant du diagnostic des difficultés de votre enfant jusqu'à son accompagnement au quotidien, vous devez à présent vous sentir déjà rassuré.

- Vous pouvez appréhender plus facilement les différents troubles dys.
- Vous connaissez à présent toutes les étapes qui vont vous permettre d'aborder le plus sereinement possible le suivi de votre enfant.
- Vous savez comment procéder pour mettre en place les aides humaines et techniques.

Ayez confiance en vous, vous avez fait le bon choix en cherchant des renseignements pour aider votre enfant. Soyez également confiant en l'avenir. Et pour finir, ayez surtout confiance en votre enfant. Montrez-lui chaque jour que :

- vous êtes toujours à ses côtés pour l'épauler ;
- vous êtes fier de lui et qu'il peut toujours compter sur votre soutien ;

- la seule chose que vous exigez de lui, c'est d'être heureux.

C'est pour lui les plus grandes preuves d'amour qui lui donneront la force de se battre dans sa vie.

Tenez bon, et sachez que vous n'êtes pas seuls.
Les associations dys sont là pour vous épauler.

Ressources utiles

Retrouvez la liste des ressources utiles sur notre site Parentips :



Pour plus de conseils et d'astuces, rendez-vous sur :

PARENTIPS

Développement de l'enfant, scolarité, vie quotidienne ou activités, retrouvez de nombreux contenus d'experts pour les enfants de 0 à 14 ans.

www.parentips.fr

Direction : Rachel Duc

Responsable éditoriale :
Caroline Terral

Relecture : Marie Millet

L'éditeur remercie Amédine Sedes
pour son aide précieuse

Principe de maquette et

illustrations : Ho Thanh Hun

Mise en page : Patrick Leleux PAO

Chef de studio : Karine Alary

Fabrication : Cécile Labarthe,
Luc Laumailleur

© Hatier - 8 rue d'Assas 75006 Paris

Tous droits de reproduction, de traduction et d'adaptation réservés pour tous pays.

L'enfant dys



On appelle « troubles dys » l'ensemble des troubles cognitifs spécifiques, qui apparaissent au cours du développement de l'enfant, au moment des premiers apprentissages. Ces derniers peuvent avoir de forts impacts sur la vie scolaire, sociale et affective de l'enfant. C'est pourquoi leur repérage précoce est fondamental. Comment accompagner un enfant « dys » ? Quelle prise en charge médicale est proposée ? Comment faire à l'école et à la maison ?

Ce livre contient :

✓ **DES ÉCLAIRAGES** sur les différents troubles et leurs répercussions au quotidien ;

✓ **UNE MULTITUDE DE CONSEILS EFFICACES ET ÉPROUVÉS** qui complètent ces 10 clés pour accompagner votre enfant et lui faciliter le quotidien.

Créatrice de la page Facebook « Astuces pour dys », coadministratrice de groupes pour les dys sur Facebook, bénévole pour les associations DMF (Dyspraxiques Mais Fantastiques) et FUSO (Familles Utilisatrices de la Solution Ordyslexie), **Françoise Chée** consacre ses recherches aux enfants dys pour les aider au quotidien.

*Pour plus de conseils et d'astuces,
rendez-vous sur www.parenttips.fr*

PARENTTIPS

