



Pour une meilleure organisation à la maison



Pour aider l'enfant à acquérir une meilleure notion du temps, il faut le rendre visible. Ces outils permettent à l'enfant d'évaluer le terme d'une échéance sans avoir à maîtriser la notion abstraite du temps. On retrouve des sabliers de différentes durées. Les horloges visuelles sont dotées d'un cercle de couleur, et il suffit de tourner le disque jusqu'à l'intervalle de temps désiré ; la partie visible du disque rouge diminue au fur et à mesure que le temps s'écoule, jusqu'à disparaître complètement. Ces horloges sont offertes dans différents formats et certaines sont munies de signaux sonores.

Utiliser aussi des listes de choses à faire lorsqu'il y a plusieurs tâches à accomplir. La possibilité de cocher la tâche effectuée favorise un sentiment d'accomplissement et maintient la motivation tout en diminuant les oublis.

Aider le jeune à fragmenter les tâches plus longues en plusieurs étapes. On peut donner un renforçateur pour chaque étape franchie.



Avoir un endroit de rangement fixe pour mettre les choses fréquemment oubliés (par exemple : un crochet pour les clés à l'entrée de la maison, une tablette pour y déposer les lunettes) et inciter l'enfant à mettre ces objets toujours au même endroit.



Préparer une " Boîte bon départ", c'est-à-dire une boîte qui reçoit tous les objets requis pour le lendemain, tout au long de la soirée et jusqu'au départ de l'enfant. Il doit ensuite s'assurer que la boîte est vide à son départ.

Maintenir une routine simple et constante. Les séquences habituelles du matin, du soir ou autres peuvent être écrites ou représentées par des pictogrammes afin de mieux visualiser ce qu'il y a à faire.



Pour une meilleure organisation à l'école



Fournir un système de classement basé sur les couleurs. Chaque matière, par exemple, pourrait avoir une couleur propre et ce code de couleur serait présent tout au long du cheminement scolaire. Le code de couleurs peut aussi être utile pour la maison, chaque couleur correspondant à une catégorie d'objet et apparaissant dans l'espace de rangement. D'autres pictogrammes ou tout autre élément peut être utilisé de la même façon que les couleurs.

Développer l'habitude d'utiliser quotidiennement l'agenda pour y noter les rendez-vous autant que les devoirs et les autres tâches à faire. L'agenda peut aussi servir à planifier la semaine. Ainsi, le jeune sait à l'avance ce qu'il s'en vient et peut s'y préparer. Son utilisation n'est pas innée chez le jeune. Il doit apprendre à l'utiliser et y accorder une importance suffisante.



N'oubliez pas que l'organisation, ça s'acquiert avec du temps et de la répétition!