



Comment développer les fonctions exécutives à la maison ?

Pistes de solutions

MÉMOIRE DE TRAVAIL

Oublier de faire son lit lorsqu'on lui demande :
"Va te brosser les dents, range ton pyjama et fais ton lit, s'il te plaît"

Donner une consigne à la fois.

Créer une liste d'étapes à faire (mots ou dessins) pour la routine du matin.

Proposer à l'enfant de répéter les trois choses à faire à voix basse.

INHIBITION

Ne pas se laisser distraire pendant les devoirs

Déposer son téléphone dans une autre pièce.

Organiser un espace de travail calme (sans télé, radio, fratrie bruyante) et épuré (sans les jeux préférés à portée de main).

FLEXIBILITÉ

Refaire la même erreur lors de la construction de l'aile d'un avion en Lego

Aider l'enfant à voir où est son erreur.

L'aider à comprendre pourquoi c'est une erreur.

Proposer de placer les pièces d'une autre manière.

PLANIFICATION

Intervertir des étapes dans une démarche de résolution de problème

Décomposer le problème en sous-étapes.

Faire une liste des étapes en les numérotant.

Les barrer au fur et à mesure.

