

Votre enfant éprouve des difficultés dans le domaine de l'écriture. Evidemment, le principe d'allègement des écrits reste le maître mot cependant, lorsqu'il est amené à écrire, il faut veiller à sa bonne installation et au bon positionnement de sa main.

Afin de l'aider au mieux dans les tâches graphiques, voici quelques conseils

### 1) L'environnement :

En effet, pour que votre enfant puisse écrire dans les meilleures conditions, il est nécessaire qu'il soit, avant tout, bien installé dans un environnement adéquat :

- **L'espace de travail** doit être dans une pièce **calme** (pas de TV en route, pas de musique...), **sans distracteur auditif ni visuel** (éviter le bureau placé sous l'affiche du(des) chanteur(s) préféré(s), la cuisine ouverte avec la TV allumée...)
- **Le plan de travail** (bureau, table..) doit être **épuré** : il ne doit pas être chargé de multiples trousse, piles de feuilles, cahiers, petits objets, jouets et autres figurines. Seules les fournitures scolaires nécessaires doivent y être posées.

### 2) L'installation assise :

Une position assise adéquate favorise l'attention, l'écoute et la concentration.

Voici la posture à encourager :



- les  **pieds**  de l'enfant  **sont à plats sur le sol ou sur un repose-pieds** . En effet, il est prouvé qu'un enfant dont les pieds pendent dans le vide aura beaucoup plus de difficultés à se concentrer. Si votre enfant est encore petit, une chaise tripp-trapp (Stokke®) ou équivalente sera parfaite et évolutive jusqu'à ce qu'il soit en âge de poser ses pieds au sol sur une chaise standard.



- les fesses sont au fond de la chaise,
- le dos est bien appuyé sans que les courbures naturelles de la colonne vertébrale ne soient éliminées,
- les articulations des hanches, des genoux et des chevilles sont maintenues à 90°,
- la surface du pupitre est environ 5 cm au-dessus du coude,
- la  **chaise**  de l'enfant est près du pupitre et doit être  **dépourvue de roulettes et fixe**  (éviter les chaises de bureau pivotantes à roulettes qui déconcentrent les enfants).



- Si votre enfant a tendance à vouloir bouger sans arrêt, à se lever, etc... Vous pouvez lui poser sur la chaise un coussin d'air qui accentuera les sensations de mouvements et limitera son besoin de bouger sans cesse.



### 3) La tenue du stylo :

Une fois l'environnement et l'installation adaptés, voici quelques conseils pour la tenue du crayon :

- La feuille (ou le cahier) doit être penchée vers le haut et la gauche pour un droitier et à l'inverse, vers le haut et la droite pour un gaucher et non pas droit devant l'enfant.



- L'avant-bras se place dans la continuité de la feuille.
- L'index et le pouce se placent en opposition sur le stylo et le majeur, lui, se positionne sous le crayon pour le soutenir. L'annulaire et l'auriculaire sont fermés et sont le trépied de la main durant l'acte graphique.



- Lorsqu'il y a des difficultés graphiques, il est intéressant de privilégier les crayons et stylos à préhension plus larges, antidérapantes et triangulaires ou à empreintes si possible. Voici une liste non exhaustive des stylos et feutres souvent conseillés : Pelikan Griffix (existe en version droitier et gaucher), Maped reloaded, feutres Stabilo trio...



- Si votre enfant possède un bracelet d'écriture, pensez à le faire l'utiliser cela lui permettra de transférer les acquis de l'ergothérapie du cabinet à la maison.

Encore une fois, dans le cadre de réels troubles graphiques, le principe d'allègement des écrits est indispensable mais lorsqu'il est amené à écrire votre enfant a besoin, plus que les autres, d'un environnement adapté.

Enfin, oubliez les vieux dictons et autres idées reçues sur l'écriture :

~~« Plus il écrira, mieux il écrira ! »~~



Cabinet A.K. Ergothérapie

79, rue de Metz

57525 TALANGE

06.59.59.54.61

## CONSEILS POUR L'INSTALLATION ET LE POSITIONNEMENT DE L'ENFANT PRESENTANT DES DIFFICULTES D'ECRITURE

