

LIAISON ÉCOLE-FAMILLE - PARTAGER LES INFORMATIONS UTILES

Fiche de liaison école-famille

Un support à remplir ensemble pour transmettre ce qui aide l'enfant au quotidien, repérer les situations qui le fatiguent et réagir plus tôt lorsque la charge augmente.

LE POINT ESSENTIEL

1

Partager ce qui aide vraiment.

La fiche sert à transmettre des repères concrets. Il n'est pas nécessaire d'y mettre toute l'histoire médicale de l'enfant.

COMMENT L'UTILISER

1

REPÉRER

Choisir les situations qui reviennent le plus souvent à l'école.

2

DÉCRIRE

Noter les signes observables plutôt qu'une interprétation.

3

PRÉVENIR

Écrire ce qui aide avant que la difficulté ne déborde.

4

AJUSTER

Réévaluer les repères quand les besoins ou le contexte changent.

LES CINQ REPÈRES DE LA FICHE

☐ Sensorialité

☐ Transitions

☐ Communication

☐ Fatigue

☐ Signaux d'alerte

INFORMATIONS DE BASE

Prénom / initiales _____

Classe / niveau _____

Personne(s) à contacter _____



POUR ALLER PLUS LOIN

Travail & études

audhd-info.fr

REPÈRE

Cette fiche est un support pratique de communication. Elle peut compléter les documents scolaires déjà utilisés, mais ne les remplace pas.

SENSORIALITÉ - REPÉRER CE QUI CHARGE ET CE QUI PROTÈGE

Besoins sensoriels et environnement

L'objectif n'est pas de supprimer toute stimulation, mais d'identifier les contextes où certaines sensations deviennent coûteuses et les ajustements qui permettent à l'enfant de rester disponible.

+

Sons et bruit

- ☐ Voix multiples ou brouhaha difficiles à filtrer
- ☐ Bruits soudains ou imprévisibles très gênants
- ☐ Cantine, récréation ou couloirs particulièrement coûteux
- ☐ Besoin d'un endroit moins bruyant pour récupérer
- ☐ Protection auditive utile dans certaines situations

+

Lumière et espace

- ☐ Lumière forte ou clignotante fatigante
- ☐ Passages fréquents dans le champ visuel distrayants
- ☐ Proximité physique ou contacts difficiles à tolérer
- ☐ Besoin d'une place plus stable et prévisible
- ☐ Espace calme utile quand la charge monte

+

Mouvement et sensations

- ☐ Besoin de bouger pour rester disponible
- ☐ Difficulté à rester assis longtemps sans pause
- ☐ Recherche ou évitement de certaines textures / contacts
- ☐ Odeurs ou sensations corporelles très présentes
- ☐ Besoin d'un objet discret à manipuler

+

Moments à surveiller

- ☐ Arrivée à l'école ou en classe
- ☐ Récréation et retour en classe
- ☐ Cantine
- ☐ EPS, musique, sorties ou événements
- ☐ Fin de journée quand la fatigue s'accumule

•

Ce qui surcharge le plus

SITUATION / SENSATION

SIGNE OBSERVÉ

CONSÉQUENCE

•

Ce qui aide le plus

AJUSTEMENT UTILE

QUAND LE PROPOSER

COMMENT SAVOIR QUE CELA AIDE

À NOTER

Un même bruit, une même lumière ou un même contact peut être tolérable un jour et beaucoup plus difficile lorsque l'enfant est déjà fatigué ou sollicité.

TRANSITIONS ET COMMUNICATION - RENDRE LA SUITE PRÉVISIBLE

Transitions et communication

Les changements d'activité et les consignes deviennent souvent plus faciles lorsqu'ils sont annoncés de façon claire, avec suffisamment de temps pour quitter ce qui était en cours et comprendre ce qui vient ensuite.



Transitions difficiles

- ☐ Arriver en classe et se mettre au travail
- ☐ Interrompre une activité appréciée ou un hyperfocus
- ☐ Passer d'une matière ou d'un lieu à un autre
- ☐ Revenir de récréation ou de pause
- ☐ Faire face à un changement d'emploi du temps
- ☐ Quitter l'école en fin de journée



Ce qui peut aider

- ☐ Prévenir quelques minutes avant le changement
- ☐ Montrer visuellement ce qui vient ensuite
- ☐ Donner un repère clair de fin / début
- ☐ Laisser un court temps de transition
- ☐ Limiter les consignes nouvelles pendant le déplacement
- ☐ Prévoir un plan B quand le changement est important

Pour communiquer plus facilement

À TESTER SELON LES BESOINS

- ☐ Attirer d'abord l'attention avant de donner la consigne
- ☐ Une consigne à la fois quand la charge est élevée
- ☐ Écrire ou montrer l'information importante
- ☐ Laisser un délai avant d'attendre une réponse
- ☐ Vérifier la compréhension sans faire répéter mot pour mot
- ☐ Dire explicitement ce qui est attendu et quand



Ce que l'enfant comprend mieux

FORMULATION / SUPPORT

MOMENT ADAPTÉ

CE QUI CONFIRME QUE C'EST COMPRIS



Ce qui complique la communication

SITUATION

RÉACTION OBSERVÉE

FAÇON PLUS AIDANTE DE REFORMULER

IMPORTANT

Ne pas confondre absence de réponse immédiate et absence de compréhension. Le délai de traitement peut varier selon la fatigue et la charge du moment.

FATIGUE ET SIGNAUX D'ALERTE - INTERVENIR PLUS TÔT

Fatigue et signaux d'alerte

Repérer les signes précoces permet souvent d'agir avant la surcharge. Les signes utiles sont ceux que les adultes peuvent observer concrètement et que l'enfant reconnaît, si possible, chez lui.

+

Signes de fatigue possibles

- ☐ Ralentissement ou temps de réponse plus long
- ☐ Davantage d'erreurs ou d'oublis
- ☐ Agitation ou besoin de bouger plus marqué
- ☐ Irritabilité ou réactions plus intenses
- ☐ Retrait, parole plus rare ou évitement
- ☐ Difficulté accrue à démarrer ou à changer d'activité

+

Signaux d'alerte personnels

- ☐ Se bouche les oreilles / évite certaines sensations
- ☐ Se fige, se coupe de l'activité ou semble bloqué
- ☐ Pleure, s'emporte ou veut partir rapidement
- ☐ Répète davantage certains gestes ou phrases
- ☐ N'arrive plus à suivre une consigne pourtant connue
- ☐ Autre signe propre à l'enfant à noter ci-dessous

QUAND LES SIGNES APPARAISSENT

1

RÉDUIRE

Diminuer les sollicitations non indispensables.

2

SIMPLIFIER

Donner peu d'informations, clairement, une à une.

3

PROPOSER

Offrir la pause, le calme ou l'outil qui aide habituellement.

4

LAISSER

Prévoir un temps réel de récupération avant de relancer.

Plan de récupération à personnaliser

Premier signe que la charge monte _____

Ce qui aide immédiatement _____

Lieu / pause possible _____

Temps de récupération habituel _____

Ce qui aggrave ou prolonge la difficulté _____

REPÈRE UTILE

Quand un comportement change nettement en fin de matinée, après la cantine ou en fin de journée, la fatigue et la charge sensorielle font partie des éléments à regarder dans le contexte.

SYNTHÈSE - UNE PAGE À RELIRE RAPIDEMENT

Les repères essentiels pour cet enfant

IDENTIFICATION

Prénom / initiales _____

Classe _____

Date de mise à jour _____

•

Mes 3 besoins prioritaires

1 _____

2 _____

3 _____

•

Mes 3 signaux d'alerte

1 _____

2 _____

3 _____

•

Ce qui aide le plus

1 _____

2 _____

3 _____

•

Ce qu'il vaut mieux éviter

1 _____

2 _____

3 _____

REPÈRES RAPIDES

TRANSITION DIFFICILE _____

COMMUNICATION UTILE _____

LIAISON ÉCOLE-FAMILLE

Ce que l'école souhaite signaler aujourd'hui _____

Ce que la famille souhaite signaler _____

À revoir / mettre à jour le : _____

Les besoins peuvent évoluer avec l'âge, le contexte et la fatigue.