

# L'HORAIRE VISUEL

## À QUOI ÇA SERT?



### MÉMOIRE, ORGANISATION ET ATTENTION

L'horaire visuel permet à l'enfant de se souvenir des étapes à effectuer ainsi qu'à s'organiser dans ses tâches et dans le temps. Bien que ce ne soit pas une solution miracle, un support visuel peut aider l'enfant à garder son attention sur les étapes à effectuer.

Les enfants ayant des fragilités dans ces sphères bénéficient grandement d'outils visuels pour faciliter leur quotidien.

### AUTONOMIE ET CONTRÔLE

L'horaire visuel est une bonne façon de maximiser l'autonomie de l'enfant. L'enfant peut ainsi suivre les étapes sans support constant de l'adulte. Le jeune qui se sent plus en contrôle et plus autonome, sera généralement moins enclin à vivre des frustrations, ce qui peut réduire les comportements d'opposition.



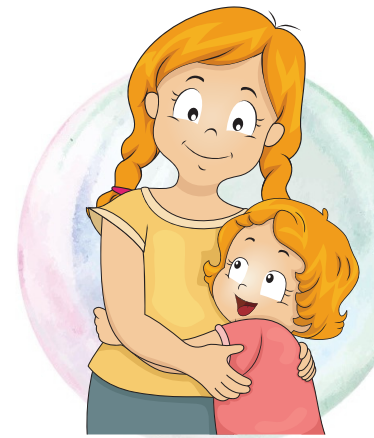
### PRÉVISIBILITÉ ET ÉMOTIONS

Une bonne méthode afin de diminuer les manifestations d'anxiété est d'être prévisible au quotidien. Un enfant qui connaît les étapes de sa journée sera plus rassuré et généralement plus calme.

L'horaire visuel est une des stratégies afin d'augmenter la prévisibilité de la journée.

### ATTENTES CLAIRES ET MOINS DE RÉPÉTITIONS

Bien que les attentes soient claires dans notre tête d'adulte, elles ne le sont pas toujours pour les enfants. Les parents doivent souvent répéter, répéter et encore répéter. L'horaire visuel permet de s'entendre sur les attentes de chacun. Tout le monde est alors sur la même longueur d'onde.



Pour plus d'informations:  
[valerieferronergo.com](http://valerieferronergo.com)