

# Comment choisir son fidget en fonction des difficultés de comportement



**Gestion des émotions** : si l'enfant a du mal à gérer ses émotions, privilégiez des widgets qui l'aident à se calmer, comme des objets sensoriels (balles anti-stress, cubes fidget, etc.) ou des outils pour exprimer ses émotions (tableaux avec des visages représentant des humeurs).

**Manque de concentration** : si l'enfant a du mal à se concentrer, des widgets comme des minuteurs visuels, des bracelets à manipuler ou des stylos multifonctions peuvent l'aider à canaliser son attention.



**Hyperactivité** : pour les enfants qui ont besoin de bouger, choisissez des objets discrets qu'ils peuvent manipuler sans perturber les autres, comme des élastiques à accrocher sous les chaises ou des petits objets à tourner entre les doigts.

## Favoriser l'aspect sensoriel

Certains enfants ont besoin d'une stimulation tactile, auditive ou visuelle pour réguler leurs comportements :

- Stimuli tactiles : balles texturées, cubes à manipuler, couvertures lestées.
- Stimuli visuels : objets avec des mouvements fluides (sablier liquide, bouteilles sensorielles).
- Stimuli auditifs : si cela est adapté, certains widgets produisent des sons doux ou répétitifs pour apaiser.

## S'assurer que le widget est adapté au contexte

- En classe : les widgets doivent être silencieux, discrets et permettre à l'enfant de se réguler sans perturber les autres (par exemple, des bandes élastiques sous la table ou des petits objets manipulables).
- À la maison : des objets plus interactifs ou plus grands peuvent être utilisés, comme des tapis d'activité sensorielle ou des chaises de type "wobble" pour les aider à bouger tout en restant assis.

## Impliquer l'enfant dans le choix

Permettre à l'enfant de choisir son widget parmi une sélection adaptée peut renforcer son adhésion et son envie de l'utiliser. Vous pouvez aussi lui expliquer pourquoi ce widget peut l'aider à mieux gérer ses comportements.

