L'autisme

jour après jour

Agir pour l'aider

Participate!

www.participate-autisme.be

Introduction

Vous avez probablement de nombreuses questions sur l'éducation de votre enfant. Comme tous les parents, parfois, vous vous demandez si votre approche est la bonne. Dans la 1ère brochure, 'L'autisme jour après jour. Comprendre pour agir' vous trouverez des informations générales sur l'autisme : les symptômes, ses causes et ses implications sur l'entourage, …

Avec l'accompagnement et le soutien des professionnels qui encadrent votre enfant, vous pourrez stimuler son développement. Dans cette 2ème brochure, nous vous proposons des pistes qui pourront vous aider dans son éducation au quotidien.

Vous trouverez des informations sur des stratégies et des aides concrètes qui pourront influencer positivement la communication et la relation avec votre enfant. Vous découvrirez aussi des méthodes et de nombreux exemples pour développer l'autonomie de votre enfant, occuper agréablement ses temps libres et enfin, prévenir ou résoudre les problèmes de comportement. Ces aspects sont illustrés par des photos et des vidéos de la vie quotidienne d'enfants et d'adultes avec autisme.

Nous avons fait une sélection des stratégies et des méthodes que les experts scientifiques privilégient. Celles-ci conviennent pour la plupart des personnes avec autisme. Chaque stratégie doit être mise en œuvre par des moyens concrets variant d'une personne à l'autre. Les exemples concrets peuvent aussi vous aider à développer le soutien adapté à votre enfant.

Nous tenons à préciser que dans cette brochure, lorsque nous parlons d'autisme, nous faisons référence à l'un des troubles du spectre de l'autisme suivants : le trouble autistique, le syndrome d'Asperger, le syndrome de Rett, le trouble désintégratif de l'enfance ou le trouble envahissant du développement non spécifié.

Enfin, la version complète de ces informations est disponible sur le site www.participate-autisme.be. Les brochures de Participate ! peuvent y être téléchargées gratuitement.

Participate!

L'association Participate! est née de la volonté de la société Mobistar de s'engager dans un domaine social en Belgique, tout en restant cohérent avec sa mission. L'a.s.b.l. Participate! a donc été créée le 15 novembre 2006.

Les membres du comité scientifique élargi et les psychologues de l'association Participate!

De la rencontre entre Mobistar, les 8 centres de référence pour les troubles du spectre de l'autisme et 2 grandes associations de parents concernés, est né un projet unique, de taille nationale.

L'objectif de l'association est d'améliorer la qualité de vie des personnes avec autisme et de leur famille à travers le développement d'outils de formation, d'information et de sensibilisation aux troubles de l'autisme.

En 2007, l'a.s.b.l. Participate! a engagé 3 psychologues expérimentées. Elles assurent le développement du contenu du site www.participate-autisme.be qui se veut une référence pour toute personne à la recherche d'une information de qualité sur l'autisme. Les informations ont été cautionnées par un comité scientifique accompagnant le projet.

Le but principal de ce projet est de rendre les parents acteurs de l'éducation de leur enfant d'une part, en leur donnant des informations, des outils concrets et d'autre part, en leur faisant partager l'expérience d'autres parents.

Les partenaires

Afin d'atteindre les objectifs fixés, l'association rassemble des experts néerlandophones et francophones. Participate! réunit, en effet, 11 partenaires belges dont 10 spécialisés en autisme et a engagé 3 psychologues afin de mener à bien ses projets.

Le Centre de Référence des troubles du spectre autistique des Cliniques Universitaires Saint-Luc
Av. Hippocrate, 10 - 1200 Bruxelles
Tél. : 02/764 20 30 - Fax : 02/764 90 61
E-mail : pedopsychiatrie@uclouvain.be

Le Centre de Référence pour le diagnostic et la prise en charge des troubles du spectre autistique de l'HUDERF (ULB)
Av. J.J. Crocq, 15 - 1020 Bruxelles
Tél. : 02/477 21 73
E-mail : carine.dubois@huderf.be

Le Service de Diagnostic en Autisme Jean-Charles Salmon
Rue Brisselot, 11 - 7000 Mons
Tél. : 065/55 48 60 - Fax : 065/55 48 62
E-mail : susa-sda@susa.be - www.susa.be

Le Centre de Ressources Autisme Liège
Polyclinique Universitaire Lucien Brull
Quai Godefroid Kurth, 45 - 4020 Liège
Tél. : 04/270 32 78 - Fax : 04/270 32 92
E-mail : cral@chu.ulg.ac.be

Expertisecentrum voor Autisme - ECA - UZ Leuven
Herestraat, 49 - 3000 Leuven
Tél. : 016/34 38 21 - Fax : 016/34 38 30
E-mail : christine.vandezande@uzleuven.be
Website : www.uzleuven.be/kinder-en-jeugdpsychiatrie/het-expertisecentrum-autisme

Referentiecentrum voor autismespectrum-stoornissen - Antwerpen
UCKJA (Universitair Centrum Kinder- en Jeugdpsychiatrie Antwerpen)
Lindendreef, 1 - 2020 Antwerpen
Tél. : 03/740 54 65 - Fax : 03/740 54 89
E-mail : rcautisme@zna.be

Gouverneur Kinsbergen Centrum
COS (Centrum voor Ontwikkelingsstoornissen)
OC (GA) (Oriëntatiecentrum)
Doornstraat, 331 - 2610 Wilrijk
Tél. COS : 03/830 73 10
Tél. OC (GA) : 03/821 03 00
Fax COS en OC (GA) : 03/828 69 54
E-mail COS : cos@vzwkinsbergen.be
E-mail OC (GA) : ga@vzwkinsbergen.be

OPZ Geel
Dr. Sanodreef, 4 - 2440 Geel
Tél. : 014/57 91 11
E-mail : jongeren@opzgeel.be

Referentiecentrum voor autismespectrum-stoornissen RCA - Gent
UZ - Gent afdeling Kinder- en Jeugdpsychiatrie
De Pintelaan, 185 0K12 F - 9000 Gent
Tél. : 09/332 48 74 - Fax : 09/332 27 58
E-mail : kinderpsychiatrie@uzgent.be

Centrum voor Ontwikkelingsstoornissen - Gent
De Pintelaan, 185 2K5 - 9000 Gent
Tél. : 09/332 57 44 - Fax : 09/332 38 06
E-mail : info.cosgent@uzgent.be - www.cosgent.be

Referentiecentrum voor autismespectrum-stoornissen - Brussel
UZ - Brussel
Laarbeeklaan, 101 - 1090 Jette
Tél. : 02/477 60 94 - Fax : 02/477 58 90
E-mail : odette.thon@uzbrussel.be

RCA UZ Brussel - Inkendaal
Inkendaalstraat, 1 - 1602 Vlezenbeek
Tél. : 02/531 51 11 - Fax : 02/532 23 66
E-mail : karolien.pennewaert@inkendaal.be

L'Association de Parents pour l'Epanouissement des Personnes avec Autisme (APEPA)
Maison de l'autisme
Rue de l'Aurore, 98 - 5100 Jambes
Tél./Fax : 081/74 43 50
E-mail : apepa@skynet.be - www2.ulg.ac.be/apepa

Vlaamse Vereniging Autisme (VVA)
Groot Begijnhof, 14 - 9040 Gent
Autismetelefoon : 078/152 252
E-mail : vva@autismevlaanderen.be - www.autismevlaanderen.be

S.A. Mobistar
Av. du Bourget, 3 - 1140 Bruxelles

Les psychologues

Magali Descamps
Véronique Lenoir
Martine Thys

Le comité scientifique

Hilde De Clercq
Dr Pierre Defresne
Freddy Hanot
Dr Hans Hellemans
Dr Annik Lampo
Pr Dr Ghislain Magerotte
Theo Peeters
Pr Dr Herbert Roeyers
Cis Schiltmans
Dr Eric Schoentjes
Pr Dr Jean Steyaert
Dr Peter Vermeulen
Maryline Vincent
Dr Eric Willaye
Dr Anne Wintgens

Module 2

L'enfant avec autisme peut apprendre 07

Comment aider mon enfant ? 11

Observer 12

Fixer des priorités 14

Procéder par étapes 15

Etre cohérent et systématique 15

Chercher du soutien 16

Agir 16

Chez vous 29

Utiliser des outils pour s'exprimer 30

Développer l'autonomie 34

Aider à développer les loisirs 36

Promouvoir les relations sociales 40

Les comportements difficiles 42

Portrait des personnes avec autisme 47

L'autisme en images 58

L’enfant avec autisme peut apprendre

Quand l’intervenante à domicile nous a dit que tout allait aller mieux, nous avons alors pensé qu’elle disait ça pour nous rassurer. Mais c’est vraiment la réalité, Seppe a évolué positivement et nous aussi.

La maman de Seppe

L'enfant avec autisme peut apprendre

L'autisme est un trouble qui influence radicalement le développement. Il y aura donc des moments où, en tant que parent, vous serez désappointé ou déçu parce que certaines étapes du développement ne se produiront pas ou nécessiteront plus de temps. Pourtant, il est évident que les enfants avec autisme progressent au fil des ans. Ils peuvent acquérir des compétences et connaissances pour autant qu'ils bénéficient d'un soutien adapté et qu'ils soient stimulés.

L'enfant avec autisme apprend, mais pas toujours de la même manière qu'un enfant ordinaire. La méthode d'apprentissage doit être adaptée à son niveau, à son rythme ainsi qu'à ses besoins. Elle doit également tenir compte de ses talents et de ses compétences. Elle doit être explicite et concrète. Les personnes avec autisme peuvent aussi progresser, quels que soient leur âge et leur niveau intellectuel mais il faut que les attentes soient réalistes… Les résultats ne seront peut-être pas parfaits… comme pour tout le monde.

Influencer le comportement de mon enfant

Situation-Comportement-Conséquence

Seul, le comportement n'existe pas. Il s'intègre toujours dans une situation particulière. La situation suscite le comportement et le comportement engendre des conséquences. On peut ainsi définir une chaîne chronologique :

Ils racontent…

Maintenant, il sait s'habiller seul. Cela m'a demandé beaucoup d'énergie et de persévérance.
La maman de Pierre

Situation	➡	Comportement	➡	Conséquence
C'est la situation dans laquelle le comportement a lieu (où ?, quand ?, avec qui ?).				C'est la façon dont vous réagissez face au comportement de votre enfant.
Ce sont les éléments qui précèdent le comportement.		C'est ce que fait l'enfant.		C'est la façon dont les autres réagissent face au comportement de votre enfant.
Ce sont les facteurs qui favorisent l'apparition du comportement.				C'est le 'bénéfice' éventuel pour votre enfant.

Pour aider votre enfant dans son développement, vous pouvez agir sur ces 3 aspects.

Agir sur les conséquences

Un comportement peut s'apprendre ou s'oublier en fonction de ses conséquences : votre réaction ou celles des autres personnes, un événement dans l'environnement.

La conséquence influence le comportement futur :

- Si le comportement a une conséquence positive pour l'enfant qui l'a présenté ➡ ce comportement surviendra plus souvent.
- Si le comportement a une conséquence négative pour l'enfant qui l'a présenté ➡ ce comportement surviendra moins souvent.

Ils racontent…

Nous devons aider Joël à gagner en confiance, à croire en son potentiel. Potentiel qui nous semble inépuisable tellement ses progrès sont importants.
Le frère de Joël

Situation ➡	Comportement ➡	Conséquence	Effet
Maman met la table dans la cuisine et Marie est assise à table.	Marie pleurniche pour avoir un biscuit.	Maman répète plusieurs fois : "Non, tu n'auras pas de biscuit."	Marie finira par abandonner. ➡ **son comportement apparaîtra moins souvent.**
Maman met la table dans la cuisine et Marie est assise à table.	Marie pleurniche pour avoir un biscuit.	Maman donne un biscuit pour mettre fin aux gémissements.	Marie apprend que si elle continue à pleurnicher, elle obtiendra finalement ce qu'elle veut. ➡ **son comportement apparaîtra plus souvent.**

Agir sur la situation

Lors de l'apprentissage, vous pouvez adapter la situation pour favoriser le comportement souhaité. Vous pouvez, notamment, organiser l'espace, le temps et les activités de manière visuelle. Ces aspects sont présentés et détaillés dans cette brochure.

Agir sur le comportement

Vous pouvez aussi apprendre à votre enfant un nouveau comportement ou une nouvelle compétence. La façon dont vous pourrez développer de nouvelles compétences est décrite et illustrée dans 'Comment aider mon enfant ?'.

Comment aider mon enfant ?

L'horaire mensuel est très important pour Seppe. Il le regarde plus d'une fois par jour. C'est la 1ère chose qu'il fait le matin et la dernière le soir. Je peux comparer ça à mes lunettes : je les mets le matin et je les enlève le soir. L'horaire de Seppe est tout aussi important pour lui.
La maman de Seppe

Comment aider mon enfant ?

Dans cette partie, nous vous proposons les méthodes et stratégies générales qui vous aideront à être acteur dans le projet de vie de votre enfant.

Observer

Avant de démarrer un apprentissage, la première chose à faire est d'observer votre enfant afin de bien le comprendre. Cernez ses compétences et ses difficultés, évaluez ses réactions. Faites attention à l'environnement de votre enfant : décelez-y tout ce qui pourrait être dérangeant pour lui et susceptible d'entraver ses apprentissages ou de les favoriser.

Renseignez-vous auprès de l'entourage (l'institutrice de votre enfant, sa gardienne, les membres de la famille,…) pour connaître ses observations quant à votre enfant.

Pour vous guider dans votre observation, vous pouvez utiliser la liste de questions suivante. Cette liste n'est pas exhaustive, elle vous donne un aperçu des domaines que vous pouvez évaluer.

Observer la situation

- Votre enfant prend-t-il des médicaments ?
- Votre enfant mange-t-il bien et dort-il bien ?
- A-t-il des problèmes sensoriels spécifiques (hypo ou hypersensibilité) ou a-t-il une fascination pour certains stimuli de son environnement ?
- Comment organisez-vous l'environnement de votre enfant ? Où joue-t-il ? Où étudie-t-il ? Où mange-t-il ?
- Quelles routines ou rituels utilisez-vous avec lui ?

Observer le comportement

Communication

- Comment votre enfant communique-t-il ? Comment votre enfant exprime-t-il clairement ce qu'il veut ? Comment communique-t-il qu'il a mal ? Comment exprime-t-il ses sentiments ? Votre enfant peut-il dénommer les choses de son entourage ? Votre enfant répète-t-il un mot ou une phrase ?
- Comment communiquez-vous avec votre enfant ? Comment parvenez-vous à lui exprimer clairement ce que vous attendez de lui ? Quelles consignes ou informations comprend-t-il (verbales, gestuelles, avec pictogrammes, …) ?
- Votre enfant répond-t-il à son prénom ?
- Comment parvenez-vous à attirer l'attention de votre enfant ?

Compétences cognitives

- Quel support visuel votre enfant comprend-t-il le mieux : les objets, les photos, les dessins, les pictogrammes, les mots écrits ?
- Votre enfant comprend-t-il la chronologie des événements ?
- A-t-il la notion du temps ?
- Votre enfant peut-il faire des catégories ?
- Peut-il dénommer les parties du corps ?
- Peut-il s'imaginer des choses qui ne sont pas présentes ?
- Peut-il concevoir des solutions seul ?
- Combien de temps votre enfant peut-il rester concentré ?
- Votre enfant connaît-il les notions de droite, gauche, en haut, en bas, derrière, devant ?

Motricité

- Votre enfant peut-il imiter un geste ou une action ?
- Quels sont les objets qu'il prend en main ?
- Peut-il se déplacer d'une pièce à une autre ?
- Peut-il monter ou descendre les escaliers seul ?
- Votre enfant peut-il lancer ou attraper une balle ?
- Peut-il donner un coup de pied dans une balle ?
- Votre enfant peut-il dévisser ou visser un couvercle ?
- Votre enfant peut-il tenir un crayon en main ?
- Peut-il utiliser des ciseaux ?
- Est-il droitier ou gaucher ?

Autonomie

- Que peut faire votre enfant de façon autonome pendant le repas, pendant l'habillage, pour se laver ?
- Votre enfant peut-il aller seul aux toilettes ?
- Votre enfant peut-il ranger ses affaires ?
- Peut-il choisir ce qu'il va faire pendant ses temps libres ?

Relations sociales

- Comment votre enfant entre-t-il en contact avec les membres de sa famille, ses camarades de classe ou des personnes étrangères ?
- Comment réagit-il aux contacts des autres ?
- Partage-t-il ses jeux ou ses affaires avec d'autres enfants ?
- Votre enfant comprend-t-il les règles sociales ? Connaît-il les règles de politesse ?

Observer les conséquences

- Quels sont les intérêts de votre enfant ? Qu'aime-t-il ?
- Comment réagissez-vous au comportement de votre enfant ? Que faites-vous pour le récompenser ou le féliciter ? Que faites-vous pour lui montrer que vous n'êtes pas d'accord ?
- Comment votre enfant réagit-il aux punitions ou aux récompenses ?

Laure

Observation de la situation

Laure a 6 ans; elle a une soeur de 8 ans. Laure mange bien; elle n'a pas d'allergie particulière. Laure dort bien à condition qu'un certain rituel soit respecté le soir : après le bain, on va dans sa chambre, elle s'installe dans le lit et papa ou maman chante 4 chansons toujours les mêmes, dans le même ordre; on s'embrasse et papa ou maman laisse la veilleuse allumée en sortant.

Laure est très attirée par les objets en verre (les vases, les verres, les vitres, …). Elle les regarde de près, semble être attirée par le jeu de lumière et de couleur dans le verre, elle aime passer sa main derrière la paroi en verre. Il faut faire attention en rue car Laure repère le moindre petit morceau de verre par terre. Des examens médicaux ont révélé un niveau d'audition légèrement plus faible que la moyenne.

Observation du comportement

Communication : Laure ne parle pas mais présente un peu d'écholalie (elle répète parfois un mot entendu). Lorsqu'elle a faim, elle se place près du frigo et crie. Généralement, toutes ses demandes sont réalisées de cette façon : elle se met près de l'objet souhaité et crie. Elle ne dit pas quand elle a mal. Lorsqu'elle est malade, on le voit parce qu'elle est grincheuse et elle se mord la main. Laure réagit à son prénom, elle se retourne lorsqu'on l'appelle.

Compétences cognitives : Laure présente un retard de développement important. Laure pointe certains objets dans son imagier de photos, quand on le lui demande. Elle peut jouer seule et rester concentrée pendant 10 minutes avec son jeu favori : le Colorino (jeu de mosaïque de petits pions). Lors de l'évaluation, elle a presque réussi le tri de deux objets différents (les cubes et les pions).

Motricité : Laure court, monte et descend les escaliers seule. Elle porte un ballon et le lance. Lorsque sa sœur le lui lance, elle ne peut pas encore l'attraper. Elle joue avec le Colorino; elle peut donc prendre de petits objets en main entre son pouce et son index.

Autonomie : Laure commence à mettre les bras dans son manteau (avec maman qui le tient pour elle). Parfois, elle le retire (s'il est déjà ouvert et surtout si les velcros sont défaits). Elle enlève son pantalon de pyjama seule. A table, elle mange seule, avec une cuillère et boit au verre sans renverser.

Relations sociales : Laure va rarement vers sa sœur. Lorsque celle-ci tente de jouer avec elle, Laure ne reste pas longtemps.

Observations des conséquences

Laure aime tout ce qui brille. Elle aime manger des aliments croquants comme les biscottes, les chips et les biscuits secs. Parfois, les parents lui donnent des chips quand elle a été sage dans un magasin. Laure ne comprend pas quand maman ou papa se fâche. Elle rigole parfois.

Ils racontent…

Cette démarche d'observation et d'évaluation a été importante car elle nous a permis de 'situer' Joël et de définir le soutien et les stratégies qui seraient utilisées par la suite.

Le frère de Joël

Fixer des priorités

Ce n'est pas toujours évident de voir quelles sont les priorités pour son enfant. Parfois l'enfant avec autisme progresse bien dans un domaine et on est naturellement encouragé à continuer dans cette voie. On peut alors facilement oublier d'autres domaines dans lesquels l'enfant doit nécessairement progresser.

Parmi les nombreuses choses que vous aimeriez apprendre à votre enfant, il vous faut en choisir une pour commencer. Voici quelques conseils pour faire votre choix :

- tenez compte des besoins de votre enfant;
- pensez à apprendre à votre enfant des compétences qui lui seront utiles et qui lui permettront de devenir plus autonome;
- commencez par lui apprendre une compétence qui est en émergence c'est-à-dire qu'il sait déjà faire un petit peu et qu'il apprécie;
- réfléchissez à une chose que vous vous sentez prêt à lui apprendre, que vous aimeriez bien faire avec lui et pour laquelle vous avez du temps;
- choisissez un objectif. Commencer plusieurs choses en même temps risque de vous démotiver, surtout si les progrès de votre enfant n'apparaissent pas vite;
- choisissez un comportement 'facile' à apprendre pour commencer : cela permet d'obtenir plus vite un progrès et d'être encouragé;
- regardez ce que votre enfant apprend à l'école et apprenez-lui à faire la même chose à la maison. Pour cela, la collaboration avec l'équipe éducative est importante;
- consultez les intervenants de votre enfant (son institutrice, la psychologue, la logopède, le médecin, …).

Après avoir réfléchi aux priorités, vous pouvez cibler un objectif. N'hésitez pas à l'écrire en y précisant toutes les informations qui permettent de savoir exactement :

- le comportement qui est attendu par votre enfant : que doit-il faire exactement ?
- le contexte dans lequel il sera appris : quand vais-je lui apprendre ? Où ? De quel matériel ai-je besoin ? Qui va lui apprendre ?

Laure

Que doit faire Laure exactement ?

Laure donnera la photo de son gobelet pour demander à boire.

Quand ?

Laure est assise à table quelques minutes avant le repas en famille pour apprendre à demander à boire au calme.

Où ?

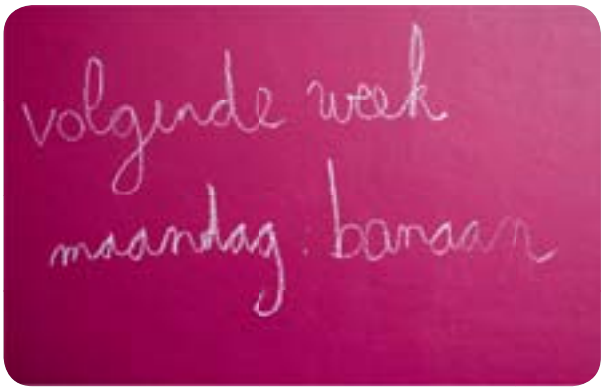
A la table de la cuisine, à sa place habituelle.

Le matériel ?

Laure boira dans son gobelet préféré. Un système de communication est mis en place : elle sait associer un objet à sa photo, l'indice visuel pour son système de communication sera une photo de son gobelet. Celle-ci sera posée à sa droite, sur la table.

Avec qui ?

Papa réalise l'apprentissage.



Pour les parents de Mateo, c'est une priorité de varier son alimentation. Ils lui annoncent à l'avance sur le tableau de la cuisine ce qu'il va goûter de nouveau : "La semaine prochaine, lundi : banane".

Procéder par étapes

Une activité est parfois complexe : aller à la toilette, se laver les mains, téléphoner, prendre le bus, … Ces activités impliquent différentes étapes qui demandent chacune un temps d'apprentissage. Si l'apprentissage est complexe ou multiple, décomposez-le en micro-objectifs (c'est-à-dire en une étape, un geste, voire une partie de geste à apprendre) et proposez à votre enfant de faire un pas après l'autre. La décomposition des étapes se fait en fonction des capacités de chaque enfant. Certains enfants auront besoin de plus d'étapes, d'autres moins. On ne passe à l'étape suivante que si la première est bien acquise.

Exemple

Apprendre à s'habiller tout seul.
Premier objectif : enfiler son T-shirt.
Pour enfiler son T-shirt, votre enfant doit prendre le T-shirt dans le bon sens, enfiler la tête, enfiler les bras et ajuster le T-shirt.

Avec votre enfant, vous pouvez commencer cet apprentissage par la dernière étape. Cela lui procurera plus vite un sentiment de réussite. En effet, les enfants avec autisme se focalisent d'avantage sur le but à atteindre que sur la manière d'y arriver.

Ils racontent…

Un enfant avec autisme ne développe pas toujours d'apprentissages spontanés, il reçoit un ensemble d'informations difficiles à décoder. Notre rôle de parents est de tout scinder, de décomposer. Ce travail est le premier pas nécessaire pour que notre enfant puisse se développer.
La maman de Gautier

Etre cohérent et systématique

Le comportement et l'activité doivent être appris au bon endroit, dans le 'bon' contexte. Par exemple, vous apprenez à votre enfant à aller sur le petit pot dans la toilette ou la salle de bains mais pas dans le living. Apprendre n'est pas toujours facile mais désapprendre un mauvais comportement est encore plus difficile ! Par exemple, la maman de Laure lui apprenait à remonter son pantalon après avoir été aux toilettes. Cela se faisait souvent en sortant des toilettes. Aujourd'hui, Laure remonte son pantalon seule mais toujours en dehors des toilettes.

Assurez-vous que ceux qui travaillent les mêmes objectifs que vous, agissent de la même manière : même consigne, même matériel, mêmes attentes, même degré d'aide,…

De plus, ce n'est pas en une fois que le comportement de votre enfant sera appris. L'apprentissage doit être régulier. N'hésitez pas à répéter l'activité aussi souvent que possible jusqu'à ce que le comportement soit appris.

Ils racontent…

J'essaie toujours de ranger tout à la même place. Habituellement, c'est lui qui range ses affaires, donc, il sait où il les met. Malheureusement, si je nettoie les armoires et que je change un peu ses affaires de place, là, il est un peu perturbé.
La maman de Julien

L'armoire de Julien où il range toujours ses affaires de la même manière.

Chercher du soutien

Pourquoi ?

L'autisme induit beaucoup de changements et de difficultés au niveau de votre famille. Celle-ci diffère sans doute des autres et la qualité de vie de ses membres et de votre entourage peut-être altérée.

Chaque phase de la vie de votre enfant apporte son lot de préoccupations. A condition de bénéficier d'un soutien tant de votre entourage que des professionnels, vous et votre famille pourrez vous soutenir mutuellement et mener une vie aussi normale que possible, sans perdre de vue vos propres besoins.

Comment ?

Discutez de vos priorités avec les différents intervenants de votre enfant (logopède, psychologue, psychomotricien, médecin,…) et cherchez ensemble des solutions.

Impliquez l'entourage de votre enfant : son institutrice, les membres de votre famille, la gardienne, l'animateur,… Parlez de l'autisme de votre enfant (ses points forts et ses difficultés) et ce que vous mettez en place pour lui.

Vous pouvez via les associations de parents prendre contact avec d'autres parents qui ont un enfant avec autisme. Vous pouvez également suivre des formations ou des journées d'études organisées par des services spécialisés.

Ils racontent…

Nous avons une relation de famille très proche. Avec les grands-parents, nous faisons en sorte que l'entourage soit ferme, solide et chaleureux pour Alexandre.
La maman d'Alexandre

Grâce aux 3 étudiantes bénévoles qui font régulièrement une sortie avec Seppe, je ne suis pas seulement son 'intervenante' ou sa 'maman-thérapeute' mais aussi sa maman. De temps en temps, on peut compter sur le soutien des autres.
La maman de Seppe

Agir

Adaptez votre langage

Pourquoi ?

La communication est une donnée complexe. Nous devons souvent aller au-delà de la simple compréhension des mots ou des phrases, nous devons aussi comprendre l'univers (social) et les intentions qui se cachent derrière les mots. Sans ce contexte, la communication est souvent incompréhensible, confuse et même parfois angoissante.

La personne avec autisme éprouve des difficultés à des degrés divers dans la compréhension du langage verbal : comprendre les messages implicites, comprendre le langage figuré ou à double sens, les expressions, les synonymes, faire le lien avec la situation,…

Il est donc essentiel d'adapter votre langage.

Comment ?

- Avant de parler à votre enfant, assurez-vous que vous avez son attention (pas forcément son regard). Appelez-le d'abord par son prénom. Par exemple : "Jean -une brève pause- montre-moi…".
- Lorsque vous parlez à votre enfant, simplifiez les énoncés, donnez des consignes claires et parlez lentement.
- Laissez-lui suffisamment de temps pour traiter l'information (jusqu'à 5 secondes).
- Placez-vous près de lui (pas dans une autre pièce). Ne faites rien d'autre en même temps quand vous voulez expliquer quelque chose à votre enfant.
- Placez-vous au même niveau que lui.
- Formulez vos consignes de manière positive, dites lui ce que vous attendez qu'il fasse.
- Soutenez votre langage par des gestes naturels et concrets (tendre la main pour signifier "Donne") et par des intonations de voix accentuées si cela l'aide à mieux comprendre votre message.
- Pensez à être cohérent entre votre comportement verbal et non verbal (gestes, expressions faciales, intonation, …).

	Comment le dire ?	A éviter
Les consignes doivent être courtes et précises.	“Lola, viens, on mange”.	“Lola, ma chérie, c’est le moment de manger, maman t’a préparé ton repas préféré. Tu viens à table, d’accord ?”
Choisissez des mots concrets et familiers, utilisez des mots appropriés aux compétences de votre enfant.	“Ouvre ton yaourt”.	“Enlève l’opercule en prenant le bord entre ton index et ton pouce”.
Evitez d’utiliser un langage imagé.	“Tu vas dormir, tu es fatiguée”.	“Tu tombes de sommeil, on va dans la chambre, le marchand de sable va passer”.
Utilisez la bonne chronologie.	“D’abord, tu te brosses les dents, ensuite, tu vas au lit”.	“Avant d’aller au lit, tu dois te brosser les dents”.
Si vous devez répéter la consigne, utilisez les mêmes mots.	“Que veux-tu boire ?”, “Que veux-tu boire ?”	“Que veux-tu boire ?”, “Est-ce que tu as soif ?”, “Il y a de l’eau, du jus, du coca, veux-tu quelque chose ?”
Lors des situations d’apprentissage, évitez de parler, de faire des remarques.	“Fais-le puzzle”, pointez les pièces si votre enfant ne les prend pas.	“Fais-le puzzle”, “Allez, sois gentil”, “Oh regarde, il pleut”.
Autant que possible, formulez vos consignes de manière positive, dites lui ce que vous attendez qu’il fasse.	“Reste assis sur ta chaise”.	“Ne sors pas de table”.

Ils racontent…

Avant, j’employais trop de phrases, avec trop d’informations. Maintenant je ne vais plus dire : “Allons les garçons, levez-vous, mettez la veste et les chaussures et nous prenons l’auto pour aller au bois.” Ils auront probablement entendu “bois”. Désormais je dis : “Mettre les chaussures, mettre la veste, dans l’auto !” et nous partons pour le bois. Cela paraît court et peu sympathique, mais je ne dois pas être sympa, mes enfants doivent me comprendre. C’est ça l’important.
La maman de Liam, Kilian et Cedric

Ca a été un choc pour nous, mais on a compris pourquoi Luna ne nous comprenait pas, pourquoi elle faisait beaucoup de colères. Ce n’est pas toujours facile, mais on a fait l’effort de parler plus lentement, de toujours parler face à elle, pour qu’elle voie bien ce qu’on lui dit, et aussi de parler avec des gestes.
Le papa de Luna

Adaptez la situation

L'autisme et le besoin de visualisation

Les personnes avec autisme ont des difficultés à comprendre le langage verbal et leur environnement. Par contre, elles comprennent souvent mieux les mots écrits, les images, les photos ou les objets parce que ce sont des indices visuels stables et concrets. Ces supports visuels sont donc souvent plus significatifs pour elles, y compris pour celles qui savent lire ou écrire.

Les indices visuels font partie de notre vie quotidienne et pourtant, nous comprenons les mots ! Pensez à tous les symboles, les pictogrammes que vous rencontrez au quotidien et qui structurent notre environnement : les signalisations du code de la route, les symboles des produits dangereux, de la météo, le symbole des toilettes, l'heure, …

Tout le monde utilise et a besoin de ces symboles, tout le monde comprend mieux une image qu'un discours. Votre enfant qui a des difficultés de compréhension en a donc particulièrement besoin. Cela l'aide à mieux appréhender son environnement.

A quoi servent les repères visuels ?

- Clarifier les informations propres à une situation (où ?, quand ?, avec qui ?, pourquoi ?, combien de temps ?) dont nous avons tous besoin pour nous sentir en sécurité.
- Se centrer sur l'essentiel du message.
- Appréhender concrètement les notions de temps : le présent, le passé et le futur.
- Le message est permanent, il reste visible après le discours.
- Développer l'autonomie de votre enfant.
- Prévenir des changements.
- Rendre visible les choix.

Ils racontent…

La visualisation est importante pour Mateo. Si on lui dit seulement les choses, peut-être qu'il ne les entend qu'à moitié ou il les perd.
La maman de Mateo

La visualisation, ce n'est pas trop difficile mais ça prend du temps. On a vu une telle évolution chez Luna que ça vaut vraiment la peine de le faire.
Le papa de Luna

Quels repères visuels pour votre enfant ?

L'objectif des repères visuels est de clarifier la situation, la consigne, l'activité,… pour votre enfant. Il est donc important que votre enfant comprenne ce que le repère signifie. Différents niveaux de repères visuels sont possibles. Ceux-ci vont du plus concret au plus abstrait. Assurez-vous que celui que vous choisirez est effectivement bien compris par votre enfant.

Gardez en tête que les objets en disent plus que les images. Commencer par le niveau des objets. Ensuite, pas à pas, vous pourrez utiliser des repères visuels de plus en plus abstraits. Cependant, l'important n'est pas d'arriver au niveau le plus abstrait (les mots écrits), mais bien de trouver le repère que votre enfant utilise le mieux et qui le rend indépendant. Tenez compte également de ce qui est le plus pratique pour vous et votre enfant.

Ils racontent…

Nous avons commencé avec les supports visuels quand Seppe avait 4 ans. On a d'abord utilisé des objets, mais on est vite passé aux pictos et aux photos. On emploie encore des objets quand Seppe se trouve dans une situation stressante.

La maman de Seppe

LE PLUS CONCRET

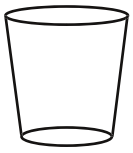
Les objets réels, les objets miniatures

Les cartes-objets

Les photos

Les images

Source : crdp.ac-dijon.fr



Les pictogrammes

Source : www.axelia.com

"Je veux boire"

Les mots écrits

LE PLUS ABSTRAIT

Organiser et visualiser les lieux de vie

Pourquoi ?

La plupart du temps, le lieu où on se trouve correspond à l'activité qu'on réalise : la cuisine, c'est pour cuisiner, la salle de bains, pour se laver, la salle de jeux, pour jouer,…

Cela devient plus compliqué si, par habitude, la table de la cuisine sert tantôt au repas, tantôt aux jeux, tantôt aux devoirs, … Dans ce cas, l'enfant, qui a des difficultés de compréhension, ne peut pas être sûr de ce qu'il va faire, si on le dirige vers la cuisine. Peut-être sera-t-il déçu de devoir jouer avec de la plasticine alors qu'il pensait aller manger ou inversement.

S'assurer que l'environnement de votre enfant est structuré clairement va lui permettre :

- d'avoir des points de repères pour mieux se situer;
- de comprendre ce qu'on lui demande, ce qu'il va faire;
- d'augmenter son autonomie;
- d'être moins angoissé;
- d'être plus collaborant.

Comment ?

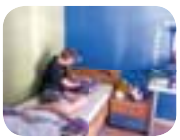
Aménager les endroits pour qu'à un espace corresponde une activité

L'essentiel est d'organiser l'environnement de manière claire et prévisible. Il s'agit, autant que possible, de respecter la règle 'un espace, une activité', c'est-à-dire d'avoir un lieu pour une seule fonction. De la sorte, votre enfant comprendra ce qu'il va faire selon le lieu où vous l'emmènerez.

Votre maison n'a sans doute pas l'infrastructure qui vous permet de mettre en place réellement une activité par pièce. Il s'agit alors de réfléchir à la manière dont vous pouvez adapter au mieux votre maison sans déplacer les murs…

Exemple

Le salon peut être divisé en différents 'espaces' : un coin pour regarder la télévision, un coin jeux avec une étagère servant de séparation et permettant également de ranger le matériel et les jeux.



La chambre de Seppe est divisée en différents espaces qui ont chacun leur propre fonction : 'regarder la télévision', 'jouer' et 'dormir'. Une armoire sert de séparation entre le coin télévision et l'espace jeux.

Organiser l'environnement en fonction des besoins de votre enfant

Vous ne devez pas nécessairement changer toute votre maison. En fait, il s'agit de voir ce qui pose problème pour votre enfant et d'adapter son environnement en conséquence. Vous avez votre façon de vivre et vos raisons (habitudes, routines, sécurité). Par exemple, éteignez la télévision ou changez l'heure du repas si votre enfant ne supporte pas qu'il y ait trop de bruit.

Garder une cohérence

Certains enfants avec autisme ne pourront pas s'y retrouver si certains jours, avec une personne, ils prennent leur goûter sur la table du salon et, si d'autres jours, avec quelqu'un d'autre, ils le prennent à la cuisine. L'important est de garder une cohérence mais surtout, que votre enfant comprenne et puisse être à l'aise dans son environnement !

Il est important de rendre les objets du quotidien bien visibles et accessibles. Adam peut prendre facilement ses livres.

Les photos, collées sur les portes des armoires, indiquent où trouver les ustensiles de cuisine.

Un sens interdit a été placé sur la porte du grenier pour en interdire l'accès. Pour les enfants avec autisme qui ne comprendraient pas ce symbole, une alternative serait de l'afficher sur la porte et de fermer également celle-ci à clef. Dans ce cas, il ne s'agit pas d'une punition mais plutôt de faire comprendre le message "on ne passe pas".

L'enfant a tendance à tout éparpiller. Le tapis lui précise où il peut jouer et étaler ses jeux.

Ils racontent…

L'année dernière, Mateo est entré en 1ère primaire et il allait avoir besoin d'une table de travail à lui. Notre maison n'est pas très grande et nous avons décidé de lui installer un petit bureau dans le coin de jeux, mais en créant tout de même deux espaces séparés avec un store. Avant de se mettre à ses devoirs, il le descend : il ferme le coin de jeux et fait ses devoirs.

La maman de Mateo

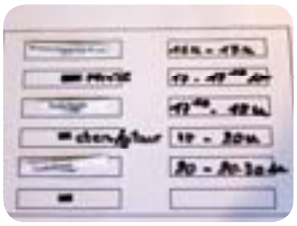
Organiser et visualiser le temps

Pourquoi ?

L'être humain a besoin de repères temporels. Nous utilisons des agendas, des post-it, des calendriers, etc., pour organiser notre emploi du temps. Pour une personne qui a de l'autisme, le temps est une notion abstraite très complexe. Comment se représenter mentalement la succession chronologique des événements, avoir une vue d'ensemble de sa journée ou encore anticiper les événements ?

Sans compter que l'absence de repères temporels peut aussi être source d'anxiété. Quelle est la différence entre 10 secondes et 1 minute ? Quand vais-je manger ? Quand est-ce que je rentre à la maison ? Est-ce prévu de rentrer à la maison ? Je dois éteindre la télévision, mais quand pourrais-je encore la regarder ?

Le moyen utilisé pour aider les personnes avec autisme à connaître leur emploi du temps, consiste à visualiser la succession des activités de la journée en réalisant un 'horaire'. Il s'agit d'un véritable outil utilisé activement par la personne avec autisme, comme nous employons notre agenda.



Mettre en place un horaire pour votre enfant lui permettra :

- de comprendre ce qu'il va faire de sa journée;
- d'anticiper un événement, d'être prévenu d'un changement et de s'y adapter;
- de se rendre compte du déroulement chronologique et de l'avancement de son programme;
- de comprendre plus concrètement la notion de temps;
- d'apprendre à attendre;
- de comprendre que les activités appréciées n'arrivent pas toujours tout de suite;
- d'être plus collaborant;
- et surtout de développer son autonomie.

L'horaire annonce que l'activité 'aller à la plaine de jeux' est supprimée. Elle est remplacée par une 'promenade dans les bois'.

Comment ?

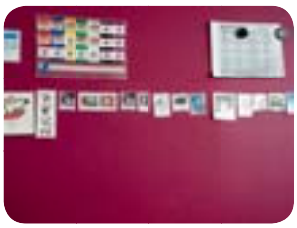
Prévenir votre enfant juste avant de réaliser une activité

Vous pouvez utiliser un objet ou un autre repère visuel pour clarifier ce qui va se passer. Par exemple, avant de partir pour la piscine, la maman de Jean-Marc lui montre son maillot.

La maman d'Adam fixe une photo sur le siège arrière de la voiture, en face de sa place. De cette façon, pendant le voyage, Adam sait toujours où il va.

Annoncer les différentes activités de la journée

- Commencez par déterminer le type d'indices visuels que votre enfant comprend. Lorsque votre enfant ne comprend pas les dessins, les photos, il faut utiliser des moyens plus concrets comme les objets.
- Afin de travailler la succession des activités, choisissez 3 activités qui se suivent, ou plus selon la compréhension de votre enfant.
- Agencez les indices visuels sur un support, selon l'ordre dans lequel les activités vont se dérouler, de gauche à droite ou de haut en bas.
- Placez un double de chaque indice visuel de l'horaire à l'endroit auquel il correspond. Ce système aidera votre enfant en le guidant plus facilement vers les différents endroits prévus par son horaire.
- Déterminez l'emplacement de l'horaire : idéalement, il doit être placé dans un lieu de transition c'est-à-dire un endroit de passage ou un endroit qui est au centre des autres pièces de la maison (dans le couloir, le hall, …). Cela a son importance, l'horaire étant le point de départ et de retour pour chacune des activités.



L'évolution de l'horaire

L'horaire peut évoluer de 3 façons : changer le type d'indices visuels, en augmenter le nombre ou le rendre portable.

La question du changement des indices visuels ne doit se poser que lorsque votre enfant passe d'un niveau de compréhension à un autre. Par exemple, lorsque votre enfant comprend les photos après les objets ou lorsque, après les photos, il parvient à lire quelques mots.

Raphaël commence à reconnaître les photos. Son horaire évolue progressivement : les objets sont encore présents, pour un moment, dans son horaire, mais il utilise, maintenant, les photos.

Il n'y a pas de règles précises qui dictent le nombre d'indices visuels pour un horaire ou qui stipulent quelles activités représenter. Vous augmenterez le nombre d'indices au fur et à mesure qu'ils seront assimilés et en fonction des besoins de votre enfant.

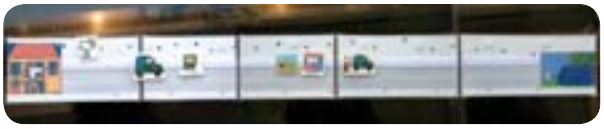
Votre enfant peut aussi avoir besoin de son horaire en dehors de la maison. Visualiser son programme à la maison ne suffit pas (même regarder son horaire juste avant de sortir). En effet, les personnes avec autisme ont des difficultés pour se projeter, imaginer et retenir les informations que nous leur donnons. Cela peut les rassurer et les aider s'ils peuvent également consulter leur horaire à l'extérieur.

Les autres repères temporels

Le semainier aide Arthur à voir les activités prévues pour les prochains jours : l'école, les scouts et la balade à vélo.

On peut utiliser un Time Timer, un sablier ou une minuterie pour concrétiser la durée d'une activité.

Pour qu'elle en comprenne la durée, Catherine fait du vélo d'appartement en musique. Quand son CD est fini (3 chansons), elle arrête.



Donner des repères pendant un long trajet. Cet horaire visualise les étapes sur la route des vacances.

Ils racontent…

Lorsque le programme de la journée est présenté par pictogrammes, cela se passe toujours bien. Cédric accepte même des activités qu'il connaît moins.
La grand-mère de Cédric

Organiser et visualiser les activités

Pourquoi ?

Lorsque vous réalisez les activités de la vie quotidienne comme se laver, faire la vaisselle, nettoyer, tondre la pelouse, vous savez comment les faire, dans quel ordre effectuer les différentes étapes, quel matériel utiliser; vous savez également estimer le temps que cela va vous prendre. De même, pour ranger ses jouets, pour faire un devoir ou un exercice à l'école, pour ranger ses affaires dans son cartable, l'enfant doit pouvoir élaborer et anticiper les étapes à réaliser.

Pour essayer de vous mettre à la place d'une personne avec autisme face aux activités 'banales' de la vie quotidienne, vous pouvez vous imaginer lorsque vous préparez un plat un peu plus spécial que d'habitude. Vous avez besoin de vous référer à une recette pour vous rappeler exactement dans quel ordre procéder, la quantité d'ingrédients et les ustensiles nécessaires.

Les personnes avec autisme ont également besoin de savoir exactement comment faire une activité. Il faut leur montrer de manière explicite comment faire, dans quel ordre, … car elles ont souvent peu de capacité d'organisation et d'anticipation.

Structurer les activités permettra à votre enfant :

- de comprendre ce qui lui est demandé de faire dans l'activité;
- de comprendre comment il doit faire;
- de faciliter le traitement des informations;
- de savoir la quantité de travail à fournir et quand l'activité est terminée;
- de voir son avancement dans la tâche;
- d'augmenter sa collaboration dans la réalisation de la tâche;
- de développer son autonomie.

Ils racontent…

Nous avons fait un horaire pour aider Luna à voir la structure de sa journée et se repérer. La grande difficulté qu'elle avait, auparavant, était de toujours redemander les choses qu'elle aimait bien, la piscine, par exemple.
La maman de Luna

Comment ?

Vous pouvez améliorer la compréhension des activités en les organisant de différentes manières.

- Donnez une vision claire de l'activité en la présentant dans des bacs ou des paniers, en utilisant des repères visuels et en montrant un 'modèle'.
- Annoncez la durée de l'activité (la quantité, le début et la fin) : ne mettez que la quantité de matériel nécessaire pour réaliser la tâche.
- Montrez dans quel ordre réaliser les étapes de l'activité en utilisant le sens de gauche à droite ou de haut en bas et à l'aide de repères visuels (visualiser les étapes, mettre des flèches, ajouter des numéros, …).
- Donnez des informations sur l'activité : par exemple, préciser qui doit faire quoi, visualiser ce dont votre enfant a besoin pour réaliser son activité, …
- Clarifiez les règles sociales et les comportements adaptés.

Les contours de couleurs accentués précisent à l'enfant quelle couleur utiliser et l'aident à ne pas dépasser.

Le modèle montre comment dresser la table.

La mise en évidence par les couleurs des différentes formes permet à l'enfant de mieux comprendre ce qu'il doit faire.

La quantité nécessaire de pommes de terre à éplucher est préparée dans un bac.

Ce repère permet à Julien de comprendre le déroulement de la séance d'escalade : après 2 montées au mur, il peut faire une pause; ensuite, après 2 nouvelles montées, il peut boire un soda.

Le matériel pour réaliser l'activité est présenté de gauche à droite.

Grâce à ce repère, Luna apprendra aussi à être autonome aux toilettes.

Pour jouer au scrabble, je dois :

- ouvrir le carton;
- prendre 7 lettres dans le sac;
- faire un mot avec un maximum de lettres;
- attendre mon tour;
- placer le mot sur le carton;
- compter mes points;
- reprendre des lettres pour en avoir toujours 7 et attendre mon tour.

Pour que Philippe puisse jouer au scrabble, les consignes lui sont écrites.

Pour que Mateo ne se trompe pas lorsqu'il donne à manger au chat, un dessin a été collé sur la boîte des croquettes du chat.

Ces photos aident Pascal à préparer ce dont il a besoin pour aller au fitness.

La perle indique le tour de rôle. Quand la personne a joué, elle dirige la perle vers son partenaire.

Ce carnet de règles permet à Arnaud de comprendre l'attitude qu'il doit avoir à la piscine.

Ils racontent…

Quand il était plus petit, c'est moi qui le mettais au bain, je le lavais, je lui montrais comment faire chaque chose. Maintenant qu'il a 8 ans, on attend de lui qu'il fasse plus de choses lui-même, ainsi il a besoin de davantage de visualisations. Il faut donc à chaque fois les adapter au moment, à son âge et à son niveau d'autonomie.

La maman de Mateo

Donner de l'aide

Pourquoi ?

Apprendre signifie apporter de l'aide. Il s'agit de guider votre enfant (lui montrer comment faire, l'aider physiquement,…). Les personnes avec autisme apprennent plus facilement et plus vite lorsqu'elles reçoivent une aide appropriée.

Comment ?

Il y a différentes manières de donner de l'aide à votre enfant :

Aide physique	Placez votre main ou votre corps en contact avec votre enfant et aidez-le à réaliser correctement le comportement attendu. Exemple Placez-vous derrière votre enfant, prenez-lui la main et aidez-le à tenir son crayon pendant qu'il colorie.
Aide gestuelle	Bougez votre main et/ou votre corps pour suggérer un comportement. Exemple Pointez le bouton de la chasse pour rappeler à votre enfant de tirer la chasse après avoir été à la toilette.
Aide verbale	Donnez un mot ou une instruction verbale à votre enfant pour l'aider à réaliser l'activité correctement. Exemple Dites : "Prends le savon". Attention, dans ce cas, il est important d'être bref et clair.
Démonstration	Montrez concrètement à votre enfant ce qu'il doit faire. Exemple Brossez-vous les dents en face de votre enfant pour qu'il sache comment s'y prendre.
Aide visuelle	Montrez à votre enfant une représentation : • du comportement désiré; • de l'activité terminée (modèle); • de la séquence des comportements à effectuer. Donnez des indices visuels supplémentaires. Exemple Placez un set de table avec le contour de son assiette et de son verre pour qu'il sache où les déposer sur la table.
Aide mixte	Plusieurs aides peuvent être données en même temps pour aider votre enfant à réaliser l'activité. Exemple Pour ranger ses jouets, combinez une aide verbale (dire "Dedans") et une aide gestuelle (pointer du doigt le bac).

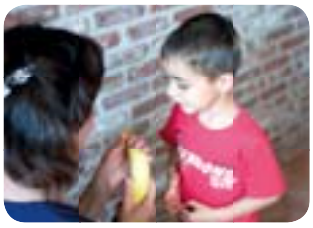
En fonction de votre enfant, certaines aides seront plus efficaces. Votre enfant est peut-être plus réceptif à un type d'aide ? Peut-être n'aime-t-il pas être touché ? Utiliser des photos où on le voit lui-même faire l'activité (se laver les mains, manger, jouer dans l'herbe, …) l'aiderait mieux ? Ou voir seulement la photo du savon, de son assiette ou du jardin suffirait-il ?

Pensez également à adapter l'aide au niveau de compétence de votre enfant : il s'agit de diminuer progressivement votre aide au fur et à mesure que votre enfant parvient à réaliser seul les gestes de l'activité. De cette manière, vous pourrez augmenter l'autonomie de votre enfant.

Récompenser

Pourquoi ?

Récompenser est nécessaire. Votre enfant doit être encouragé dans ses réussites, sinon à quoi bon faire des efforts ? Votre enfant doit fournir plus d'effort pour apprendre que tout autre enfant (même pour des choses qui nous paraissent simples et naturelles). Les personnes avec autisme comprennent difficilement l'intérêt, les avantages ou les raisons d'apprendre les choses.



Comment ?

Une récompense n'est pas simplement un objet, un bonbon ou une activité que votre enfant aime mais c'est ce qui va susciter sa motivation à apprendre. Elle le pousse à essayer, l'aide à persévérer, …

Il existe différentes récompenses :

Les récompenses primaires :
nourriture, bonbons, boisson, …

Les récompenses sociales :
sourire, câlin, félicitations (verbales, gestuelles), l'attention de maman ou papa, …

Les activités intéressantes :
activités favorites de l'enfant.
Exemple : faire une balade, écouter de la musique, …

Les récompenses intermédiaires :
points, jetons, argent, … que l'enfant peut épargner et échanger contre d'autres renforçateurs.
Exemple : 10 bonhommes-sourires pour avoir une bande dessinée.

Comment choisir une récompense pour mon enfant ?

- Cherchez les récompenses qui incitent votre enfant à poursuivre ses efforts. Pour cela, observez ses préférences et ses intérêts. Les intérêts particuliers et les préoccupations peuvent aussi être utilisées comme récompenses.
- Choisissez des récompenses adaptées à l'âge de développement de votre enfant. De même, pour un enfant, les récompenses varient avec le temps (par exemple, un enfant de 5 ans aime donner à manger aux animaux mais ne s'y intéresse peut-être plus lorsqu'il a 15 ans).
- Une récompense ne doit pas toujours être quelque chose de spécial. Il peut également s'agir de choses que votre enfant peut faire, regarder son émission préférée, par exemple, ou jouer à l'ordinateur. La différence est que vous associez désormais clairement le comportement souhaité à la récompense.
- Prévoyez plusieurs types de récompenses pour éviter que votre enfant ne se lasse.
- Une surprise ou quelque chose de neuf est souvent perçu comme agréable par beaucoup d'enfants. Ce n'est pas le cas pour les enfants avec autisme. Ils prendront parfois davantage de plaisir avec ce qu'ils connaissent, ce qui est prévisible.

- Choisissez d'abord des récompenses matérielles (par exemple : nourriture, jouets) et évoluez ensuite vers des récompenses sociales (des compliments comme "Très bien").

Comment utiliser les récompenses ?

- Ne récompensez pas que les réussites de votre enfant, mais aussi ses efforts.
- Pour motiver votre enfant, vous pouvez lui montrer la récompense qu'il aura sans qu'il ne puisse, pour autant, la prendre tout de suite.
- Ne donnez jamais la récompense à l'avance. Ne dites pas, par exemple, "Tu reçois un biscuit, maintenant, mais tu ne pleureras pas tout à l'heure quand ce sera l'heure du bain".
- Au début, vous devez récompenser votre enfant immédiatement après le comportement souhaité. Il doit pouvoir associer son comportement à la conséquence positive. La récompense est d'autant plus efficace, si elle est appliquée immédiatement après le comportement souhaité.
- Lorsqu'un comportement est appris, récompensez-le encore mais de façon moins intense (pas toujours). N'oubliez pas de complimenter votre enfant.
- Si vous observez que la récompense ne 'marche' plus, changez la récompense ou variez régulièrement entre plusieurs récompenses.

Constituez une boîte de récompenses.

Après avoir mangé un bout de sa tartine, Luna peut manger une rondelle de boudin, son aliment préféré.

Généraliser

Pourquoi ?

Lorsqu'un comportement est appris, il est utile que votre enfant puisse le réaliser dans d'autres contextes adaptés. Dire bonjour par exemple, ne se dit pas qu'à la maison mais aussi à l'école, chez les amis, chez grand-mère,… Remonter son pantalon est utile dans la salle de bains mais également dans les toilettes publiques, pendant l'habillage, après le cours de gym, …

Bien souvent, les personnes avec autisme ont des difficultés de généralisation : elles n'appliquent pas dans un autre contexte ce qu'elles ont appris dans la situation initiale d'apprentissage. Il faut donc veiller à leur apprendre à généraliser un comportement appris.

Comment ?

Il y a 3 façons de généraliser un comportement :

Variez le matériel utilisé

Variez le matériel utilisé pour un objectif : par exemple, pour apprendre la consigne "Dedans", utilisez tantôt des légos, tantôt des crayons, des balles, des petits animaux,… à mettre dans une boîte.

Variez les lieux

Réalisez l'apprentissage du comportement dans les différents lieux de vie de votre enfant (à l'école, dans la famille, chez les amis, en excursion,…). Pour cela, une bonne collaboration est nécessaire avec ces différents milieux !

Variez les personnes

Variez les personnes qui apprennent à votre enfant (tantôt papa, maman, sa grande sœur, …). N'oubliez pas de le prévenir à l'aide d'une photo ou sur son horaire du changement de personne. Par exemple, lorsque Thomas va faire une course, sa maman indique sur son horaire, si c'est sa grande sœur ou elle-même qui l'accompagne. Il importe que le comportement soit travaillé avec plusieurs personnes de façon à pouvoir le reproduire indépendamment de la personne.

Chez vous

Avant, Kilian voulait se préparer le matin, mais il n'y arrivait pas. Avec la visualisation des étapes, ça se passe bien maintenant. En l'appliquant, et en voyant son efficacité, on est motivé à continuer.
La maman de Kilian

Utiliser des outils pour s'exprimer

Les stratégies et les méthodes décrites dans la partie 'Comment aider mon enfant ?' sont illustrées pour chacun des domaines suivants : la communication, l'autonomie, les loisirs et les comportements difficiles. Au travers d'exemples, nous vous montrons comment mettre la théorie en pratique. Nous vous donnons également des principes et des pistes que vous pouvez mettre en place chez vous.

Pourquoi ?

Pour les enfants présentant de l'autisme, les difficultés de communication sont très importantes. En règle générale, ils n'en voient pas toujours l'utilité et surtout, ils ne comprennent pas le principe d'échange et de réciprocité qui régit la communication. La spontanéité et l'initiative leur font défaut. Les personnes qui présentent à la fois de l'autisme et un retard de développement s'expriment souvent par le langage du corps (prendre la main, sautiller, …). Ces comportements ne sont pas toujours compris par tout le monde. Dans ce cas, elles restent dépendantes de ceux qui les comprennent. Certains de ces comportements peuvent également apparaître comme inadéquats et entraver leur intégration familiale et sociale.

Au vu de ces difficultés, il est important de proposer à votre enfant d'autres manières de s'exprimer. Il est nécessaire d'imaginer des moyens de communication plus simples et plus concrets que le langage verbal. Ces outils de communication alternative n'empêcheront pas les enfants qui parlent de parler. Au contraire, ils soutiendront leur langage. C'est d'autant plus crucial qu'en l'absence de modes d'expression alternatifs, nous risquons de voir se développer des problèmes de comportement.

Exprimer ses besoins, demander de l'aide, exprimer un refus ou savoir faire des choix sont des compétences générales essentielles dont votre enfant a besoin tous les jours.

Comment ?

Pour les personnes avec autisme, même celles qui ont le langage, il est essentiel d'apprendre à prendre l'initiative, à communiquer de manière spontanée. Vous allez devoir parfois faire de gros efforts afin de ne pas anticiper tous les besoins et envies de votre enfant. Il se peut même que vous deviez mettre certains subterfuges en place pour que votre enfant ait réellement des opportunités de communiquer. Par exemple, à table, servez la boisson préférée de votre enfant par petites quantités et placez la bouteille bien en vue, sans qu'elle ne soit à sa portée, pour l'inciter à vous demander à boire.

Par où commencer si mon enfant ne parle pas ?

Choisir le système de communication alternatif qui convient à mon enfant

Le système de communication de votre enfant doit lui permettre d'exprimer ses besoins, ses choix, ses sentiments. Il doit, en outre, être compréhensible par tous. Plusieurs alternatives sont possibles : les objets ou cartes-objets, les photos, les pictogrammes, les mots écrits, les appareils à synthèse vocale (Vocaflex, B.A.Bar, Lightwriter, …).

Cartes-objets qui permettent également de demander de quoi boire et manger lors de la collation.

Système de communication par images pour faire des demandes lors de la collation.

Arthur utilise une farde de communication avec des pictogrammes. Elle lui permet, par exemple, de dire qu'il a faim, soif,… de demander une activité qu'il désire faire et d'exprimer comment il se sent.

Vocaflex.

Ils racontent…

Lorsqu'on a appris qu'Arthur avait de l'autisme, on a cherché à lui apprendre ce qui lui serait le plus utile : communiquer avec des pictos. Avant, il s'énervait très fort. Quand il a commencé à utiliser les pictos, ça a été mieux. Il a appris à demander à boire et à aller aux toilettes.
Le papa d'Arthur

Michel apprend à demander son jeu

"Michel répète parfois nos paroles, mais il utilise encore très peu le langage pour demander quelque chose. Comment pouvons-nous l'encourager à demander les choses ?"

Observer

Michel a 4 ans et présente un retard de développement.
Il comprend les consignes simples ("Attends", "Prends", "Viens", …). Il réagit à l'appel de son prénom.
Michel répète des mots et parfois de courtes phrases (écholalie), il répond parfois brièvement à une question. Mais il parle très peu spontanément.
Michel a un grand frère de 6 ans. Il ne joue pas vraiment avec lui. Ses activités préférées sont rouler avec son vélo-porteur et jouer avec la maison des animaux.

Définir un objectif

Michel doit demander son jouet préféré, et plus précisément son vélo, en donnant une image à un de ses parents. Il y a de grandes chances qu'il veuille son vélo pour jouer, car il roule dessus tous les jours. Cet objectif peut donc être travaillé quotidiennement. Le travail de demande se fera principalement le soir lorsque ses deux parents sont à la maison.

Attention

On n'utilise pas les 2 jouets en même temps pour commencer, mais un seul (ici, le vélo). Sinon, cela compliquerait l'activité. Michel serait, en effet, confronté à un choix, ce qui est beaucoup plus difficile pour les enfants avec autisme.

Agir

Adapter l'environnement

Organiser et visualiser l'espace : le vélo est rangé sur une armoire en hauteur. Michel le voit, mais ne peut pas l'attraper. Une photo du vélo est collée sur l'armoire avec un velcro à la hauteur des yeux de Michel.

Aider

Il est préférable que les deux parents accompagnent le moment d'apprentissage. Les parents peuvent ainsi montrer à Michel comment demander son vélo. Plusieurs scénarios sont possibles :

Comportement de Michel	Aide lors de l'apprentissage
Michel ne sait pas ce qu'il doit faire ou pleure.	Les parents montrent comment faire pour que Michel imite. Un des parents prend l'image, la donne à l'autre parent et dit, par exemple, "Je voudrais le vélo". L'autre parent dit "Tu veux le vélo !" et le lui donne. Ou Un parent guide la main de Michel vers l'image. Il aide Michel à la prendre et à la donner à l'autre parent. L'autre parent dit "Tu veux le vélo !" et le lui donne.
Michel regarde le vélo, mais n'agit pas.	Un parent guide la main de Michel vers l'image. Il aide Michel à la prendre et à la donner à l'autre parent. L'autre parent dit "Tu veux le vélo !" et le lui donne.
Michel prend l'image, mais ne la donne pas aux parents.	Un parent guide la main de Michel vers l'autre parent et dit "Je voudrais le vélo". L'autre parent dit "Tu veux le vélo !" et le lui donne.

Récompenser

Lorsque Michel demande le jouet (verbalement ou en donnant l'illustration), il peut jouer avec comme récompense. Il est aussi félicité. Dans un 1er temps, il le sera aussi s'il a dû être aidé.

Et après…

Lorsqu'il donne spontanément l'image de son vélo, Michel peut apprendre à le demander verbalement. Associez tout d'abord le mot à l'illustration. Si Michel donne l'image, essayez de lui faire répéter le mot "Vélo" avant de le lui donner. L'objectif principal est que Michel demande ses jouets spontanément. La façon dont il le demande n'a pas d'importance au début. Aucune importance, par exemple, qu'il fasse une phrase correcte ou pas ou qu'il dise s'il vous plaît ou pas.

Remarque

Même si votre enfant a commencé à utiliser quelques mots, il est important d'utiliser des supports visuels. Ceux-ci soutiendront son langage.

Par où commencer si mon enfant parle ?

Développer le langage

Pour les enfants qui ont accès au langage, il importe aussi de développer le vocabulaire et le langage social. Cet apprentissage peut se faire, par exemple, en travaillant les aspects suivants :

- apprendre que parler aide à communiquer ses besoins, ses souhaits;
- apprendre que tout ce qu'il y a autour de nous porte un nom;
- apprendre qu'il y a différentes manières de dire la même chose;
- apprendre que les mots peuvent avoir plusieurs sens dans des contextes variés;
- apprendre qu'il y a des règles de politesse;
- apprendre à écouter;
- développer la conversation.

De manière visuelle, travailler les catégorisations et les classifications des objets du quotidien. Par exemple, tout ce qu'on trouve dans une salle de bains.

Le carnet d'images permet de développer la conversation avec votre enfant. De préférence, partez d'un sujet qu'il connaît et qui l'intéresse.

Ils racontent…

Adam ne sait pas raconter quelque chose qu'il a fait. On a créé une farde de conversation. On a pris des photos des événements qu'il vit comme un anniversaire ou une sortie,… et on lui pose des questions à partir des photos. On part de ce qu'il a vécu, cela a plus de sens pour lui.

La maman d'Adam

Louis apprend à exprimer son choix

"Lorsque je demande à Louis ce qu'il veut sur sa tartine, il ne répond généralement pas. Si je décide, il refuse souvent de manger sa tartine et se fâche."

Observer

Louis a 7 ans et a une déficience mentale modérée.
Louis ne parle presque pas de manière spontanée. Il peut cependant faire quelques demandes verbales : "Dehors", "TV", "Ouvrir",… Il ne pointe pas.
Il comprend des consignes simples comme "Assieds-toi", "Viens", "Donne", "Mange",… Il est très attentif aux détails.
Au petit-déjeuner, Louis aime le choco, mais il mange également de la confiture de fraise, du fromage à tartiner et du fromage en tranche. Parfois, il refuse de manger la tartine que sa maman lui a préparée. Il se fâche. Il a peut-être envie d'une autre garniture sur sa tartine, mais il ne peut l'exprimer.

Définir un objectif

L'objectif choisi pour Louis : choisir le matin entre 2 sortes de garniture pour sa tartine.

Agir

Adapter l'environnement

Organiser l'activité :

- ne pas mettre trop de choses sur la table du repas;
- présenter les 2 garnitures pour la tartine sur un plateau : une garniture que Louis aime tout particulièrement (du choco, par exemple) et l'autre que Louis n'aime pas du tout (de la confiture d'oranges);
- prévoir des tartines déjà préparées : une avec du choco et une avec de la confiture d'oranges. Ainsi, Louis reçoit immédiatement ce qu'il a choisi;
- présenter le plateau à Louis en disant "Que veux-tu ?", en lui tendant la main.

Aider

Si Louis ne réagit pas, lui montrer la tartine de choco en disant : “Que veux-tu ?”, toujours en tendant la main mais en direction du pot de choco.

Récompenser

Lorsque Louis donne, touche ou pointe le pot de choco, il reçoit une tartine au choco.

Remarques

- Choisir est beaucoup plus facile lorsque le choix concerne quelque chose qu’on aime et quelque chose qu’on n’aime pas. C’est la raison pour laquelle, dans un premier temps, on demande à Louis de choisir entre le choco et la confiture d’oranges.
- Lorsque Louis donne la confiture d’oranges, ses parents lui présente une tartine avec cette garniture. Il apprendra ainsi la relation entre son choix et ses conséquences.
- Lorsque Louis donne le pot de choco, ses parents disent : “Choco” pour y associer le mot.
- L’objectif est ici d’apprendre à choisir. Le fait de varier ce que Louis met sur sa tartine n’est pas important pour le moment.

Et après…

- Proposer à Louis le choix entre 2 garnitures qu’il aime.
- Utiliser des photos plutôt que des objets pour que Louis établisse son choix. On pourra ainsi mettre en place un système de communication par images qui est plus facile d’utilisation que des objets.
- Lorsque Louis donne le pot de choco, ses parents l’encouragent à dire le mot “Choco”.

Agir

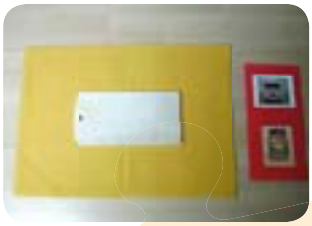
Adapter l’environnement

Organiser et visualiser l’activité :

- prendre en photo les produits que Louis mange généralement le matin sur sa tartine;
- veiller à utiliser des photos avec un fond neutre afin que Louis ne soit pas déconcentré par d’autres détails sans importance;
- coller les photos sur une carte et la plastifier pour pouvoir l’utiliser à plusieurs reprises;
- placer 2 photos de garniture à côté de la planche de Louis.

Aider

- Demander à Louis ce qu’il veut sur sa tartine et lui montrer les photos. Au début, toujours mettre une photo du pot de choco dans les propositions. Louis doit d’abord comprendre le système de communication et apprendre à l’utiliser. La variété des garnitures a moins d’importance.
- Au début, proposer à Louis une aide physique pour diriger tout le mouvement. Un des parents prend la photo avec lui et la donne à l’autre parent.



Encore après…

Augmenter le nombre de photos : proposer à Louis tout ce qu’il aime manger le matin sur sa tartine de façon à ce qu’il puisse exprimer son choix.

Développer l'autonomie

Pourquoi ?

Choisir ses vêtements, porter son cartable, recevoir de l'argent de poche, sortir, avoir un scooter peut-être… L'autonomie procure une certaine liberté mais elle correspond aussi à un véritable besoin, celui de ne pas dépendre d'autrui.

Apprendre de nouvelles choses, cela demande des efforts et ce n'est pas toujours facile et agréable. Beaucoup de personnes avec autisme sont résistantes aux changements et à la nouveauté. De plus, elles ne voient pas toujours l'intérêt et l'utilité d'apprendre de nouvelles choses.

Quand un enfant n'arrive pas à effectuer une activité, on est souvent tenté de la faire à sa place. Pour gagner du temps, éviter les tensions et pouvoir passer à autre chose. Pourtant, pour autant que l'apprentissage soit adapté aux compétences de votre enfant, petit à petit, il progressera et cela améliorera votre qualité de vie et celle de votre enfant.

Comment ?

Développer l'autonomie, c'est donner la possibilité à votre enfant de faire les choses par lui-même.

Personne n'est parfait

Autonomie ne veut pas dire perfection. Ce qui importe, ce n'est pas la 'réussite' en tant que telle mais la possibilité pour votre enfant de gérer une activité sans aide extérieure. Tout le monde apprend par essais et erreurs. Tenez compte des compétences et des difficultés de votre enfant. Récompensez-le pour ses efforts, même s'il a encore un long chemin à faire.

Un mal pour un bien…

Développer l'autonomie de votre enfant vous demandera peut-être plus de travail au début, mais vous en tirerez les bénéfices à long terme. Cela demande plus d'efforts pour, par exemple, apprendre à quelqu'un à manger seul que de le faire soi-même. Sans parler du travail en plus à réaliser, comme nettoyer le sol de la cuisine après le repas. Commencez un nouvel apprentissage quand vous êtes reposé et discutez avec votre entourage de la façon dont vous allez vous y prendre. Au besoin, répartissez les tâches.

Acceptez les risques

Développer l'autonomie d'un enfant, quel qu'il soit, c'est aussi accepter de prendre quelques 'risques': enlever les petites roues du vélo, c'est prendre le risque que votre enfant tombe…

Prenez de la distance

Un enfant qui a de l'autisme peut échouer dans l'exécution d'une activité, simplement parce que l'adulte qui la lui a enseignée n'est plus à ses côtés. Sachez diminuer l'aide que vous apportez et prendre de la distance lorsque votre enfant a appris à maîtriser une activité. Les consignes verbales rendent également l'enfant dépendant de l'adulte qui les donne, limitez-les ou réduisez-les au fur et à mesure.

Dans la partie 'Comment aider mon enfant ?', vous trouverez toutes les étapes principales qui contribueront à développer son autonomie : observer, fixer des priorités, agir sur les conséquences, la situation et le comportement. Nous vous donnons encore quelques exemples pour vous aider à agir sur la situation.

Visualiser les étapes de l'habillage.

La maman de Seppe prépare les vêtements, ainsi, Seppe peut s'habiller seul.

Julien peut préparer une sauce bolognaise grâce à son livre de recettes en images.

Avec des photos sur les bacs, Noémie prend et range plus facilement ses jeux.

L'image du jeu a été collée sur le couvercle d'un pot. De cette façon, Aline prend plus facilement l'image lorsqu'elle veut la donner à sa maman (pour demander la pieuvre).

Arthur met lui-même ses chaussures grâce aux velcros.

Amélie apprend à manger seule

"Amélie a 5 ans et elle ne mange pas encore seule. Nos repas en famille sont assez pénibles…"

Observer

Amélie a un retard de développement important.
Elle marche, elle saisit des objets en main et les tient un certain temps. Elle reste assise durant les repas mais a tendance à balancer ses pieds. Sa sœur qui est en face d'elle reçoit parfois des coups.
Amélie aime tout particulièrement les flans au caramel.

Définir un objectif

L'objectif choisi est : être capable de manger avec une cuillère. Afin d'être assuré de la motivation d'Amélie, cet apprentissage démarre pendant la collation où les parents proposent un flan au caramel.

Plusieurs étapes composent cet objectif :

- prendre la cuillère en main (Amélie sait déjà le faire);
- remplir la cuillère d'aliment;
- porter la cuillère à la bouche;
- remplir de nouveau la cuillère;
- etc.

On commence par apprendre à Amélie la dernière étape : porter la cuillère jusqu'à sa bouche.

Agir

Adapter l'environnement

Organiser l'espace et l'activité :

- vider le flan dans un bol (contenant plus grand et plus stable);
- utiliser un set de table anti-glisse afin que le bol ne bouge pas;
- utiliser une cuillère adaptée avec un manche plus gros afin de faciliter sa préhension.

Pour faciliter le déroulement du repas, d'autres adaptations sont mises en place :

- changer la place d'Amélie à table afin qu'elle n'ait plus personne en face d'elle;
- mettre une boîte en plastique près de sa chaise afin qu'Amélie pose ses pieds et ainsi ne les balance plus.

Les parents utilisent du matériel adapté : un bol plus stable et plus évasé, une cuillère avec un gros manche et un set anti-glisse.

Poser ses pieds permet de ne pas les balancer.

Aider

Ici, c'est la guidance physique qui est importante. Voici ce que font les parents d'Amélie :

- remplir la cuillère pour qu'Amélie la prenne et l'aider à la porter à la bouche. Dans un 1er temps, une aide physique totale peut être nécessaire : un des parents prend sa main et l'accompagne jusqu'à la bouche;
- petit à petit, ils diminuent l'aide donnée :
  - desserrer la main;
  - tenir le poignet;
  - descendre doucement vers le coude;
  - donner une petite impulsion au coude.

Récompenser

Les parents ont choisi de commencer l'apprentissage avec un flan au caramel car c'est ce qui motive le plus Amélie.

Et après…

Lorsqu'Amélie porte la cuillère à sa bouche seule, les parents passent à la 2ème étape : Amélie devra remplir elle-même sa cuillère. Les parents utiliseront les mêmes stratégies : passer d'une guidance totale, si c'est nécessaire, à une aide de moins en moins intense. A ce moment, l'aide n'intervient que pour remplir la cuillère; Amélie porte la cuillère à la bouche seule.

Remarque

Attention aux perceptions sensorielles particulières. Certains enfants avec autisme ne supportent pas la sensation du métal dans la bouche. Il est alors préférable d'utiliser une cuillère en plastique.

Ils racontent…

Avec son livre de recettes, Julien fait la cuisine. Avant, il n'avait pas tellement confiance en lui, il demandait toujours ce qu'il devait faire. Maintenant, il commence tout seul, il sait ce qu'il doit faire. Il se sent mieux, il est plus souriant.
La maman de Julien

Aider à développer les loisirs

Pourquoi ?

Le moment de temps libre est une période vague et incertaine, pendant laquelle aucune indication précise n'est donnée. Les enfants avec autisme ne développent pas spontanément des loisirs, pour plusieurs raisons :

- cela réclame certaines compétences : utiliser ses temps libres de manière adéquate implique souvent, par exemple, la possibilité de nouer des relations sociales. Cela suppose également de pouvoir se concentrer un certain temps et d'avoir une bonne motricité fine, …
- cela oblige à faire des choix : les enfants avec autisme ont une gamme d'intérêts réduite et moins d'expérience dans le domaine des loisirs. Par ailleurs, ils ont moins la capacité et l'habitude de faire des choix.

Dans les moments de temps libre, certains présentent des comportements d'autostimulation. D'autres montrent un intérêt excessif pour un thème ou une activité. Ces stéréotypies font partie du fonctionnement de votre enfant. Toutefois, si leur durée est excessive, il peut parfois s'ensuivre des problèmes de comportement.

Il faut alors aider au mieux votre enfant à occuper son temps de loisirs de manière agréable et appropriée, à exprimer ses préférences.

Comment ?

Choisissez une activité en fonction des intérêts et des compétences de votre enfant.

Considérez les compétences de votre enfant et adaptez l'activité. Beaucoup de jeux et d'activités disponibles sur le marché sont trop complexes mais en les adaptant, elles peuvent être utilisées pour votre enfant :

- simplifiez les règles du jeu;
- utilisez du matériel adapté;
- simplifiez le jeu en introduisant des étapes intermédiaires;
- visualisez ces règles et étapes.

Introduisez des étapes intermédiaires : pour colorier, commencer par un système de pochoir, ensuite intensifier les limites du dessin et enfin proposer un dessin sans adaptation.

Les règles du jeu des 'Petits Chevaux' peuvent être adaptées: cacher les écuries inutilisées et/ou ne pas attendre avant d'avoir un 6 pour démarrer.

Dans un premier temps, réaliser une activité de loisirs va demander beaucoup d'efforts à votre enfant, n'oubliez pas de l'encourager. Donnez-lui l'aide nécessaire : donnez des instructions claires, utilisez les repères visuels, montrez-lui ce qu'il doit faire.

Les loisirs peuvent se réaliser à l'intérieur ou à l'extérieur. Leur développement est important. Les activités intérieures et individuelles comme utiliser ses jeux, regarder la télévision, jouer à l'ordinateur, utiliser Internet, … permettront à votre enfant de mieux gérer les nombreux temps libres à la maison.

Les activités extérieures avec d'autres, quant à elles, permettront à votre enfant de faciliter l'acquisition de comportements sociaux adaptés.

La réalisation d'une activité sportive permettra à votre enfant de faire partir le 'trop-plein d'énergie'. Avant d'accéder à la pratique du sport, vous pouvez aider votre enfant en le préparant. Par exemple, avant d'aller à la piscine, vous pouvez, au moment du bain, lui mouiller le visage avec la douche.

Mieux vaut choisir une activité que vous pouvez faire régulièrement. Faites l'inventaire des possibilités de loisirs qui se trouvent dans un rayon raisonnable autour de chez vous.

La balade à vélo est d'abord travaillée dans un endroit fermé et protégé. Le trajet envisagé comprend les mêmes 'obstacles' qu'à l'extérieur. Nous voyons ici le passage pour piétons.

Lorsqu'il veut un jeu, Loïc peut choisir sa photo dans la farde et la donner à sa maman.

Apprendre à jouer seul

Il est fréquent que les enfants avec autisme éprouvent des difficultés à jouer seul. C'est pourtant un aspect important de la gestion des temps libres et de la vie en famille. A la maison, vous ne pouvez pas être sans cesse 'derrière lui'; vos activités quotidiennes ne vous le permettent pas.

L'idée essentielle, pour favoriser l'indépendance de votre enfant dans ses jeux, est que vous devez supprimer peu à peu l'attention que vous lui portez. Car celle-ci constitue, souvent, à elle seule un attrait, en-dehors du plaisir du jeu.

Voici quelques pistes pour augmenter la fréquence des jeux solitaires de votre enfant :

- lorsque votre enfant maîtrise une activité, asseyez-vous à côté de lui et jouez en parallèle;
- augmentez progressivement la distance, tout en exerçant une autre activité et en continuant à l'encourager, éloignez-vous de plus en plus;
- récompensez votre enfant, uniquement à la fin de l'activité;
- ne corrigez pas ses éventuelles erreurs quand il s'occupe. Faites-le, si nécessaire, seulement à la fin de son jeu.

L'ordinateur et Internet

A l'heure actuelle, pour toutes les tranches d'âge, vous trouverez des logiciels de jeux et des activités pédagogiques intéressants et actuels. A partir d'un certain âge, votre enfant commencera peut-être à utiliser Internet. Le 'chat' et les forums peuvent parfois déboucher sur une amitié. Certains forums de discussion sont même conçus pour les personnes avec autisme. Rien d'étonnant, car ce média est doublement attrayant pour eux : ils restent dans leur propre environnement, ne doivent pas tenir compte de l'intonation ou des expressions faciales de l'autre, ne doivent traiter qu'un seul canal à la fois, partagent des informations à leur propre rythme, etc. La prudence reste cependant de mise. Convenez donc de quelques règles avec votre enfant. Essayez de vous familiariser au mieux avec Internet. Vous maximisez ainsi les chances que vos conseils et vos règles soient pris au sérieux.

Quelques conseils pour une utilisation sûre d'Internet :

- faites clairement comprendre à votre enfant qu'il ne doit pas échanger de photos ou de données personnelles sans autorisation expresse d'un de ses parents;
- laissez votre enfant inventer un pseudonyme qu'il utilisera en ligne;
- si votre enfant veut tenir un blog, dites-lui qu'il vaut mieux qu'il reste anonyme;
- placez de préférence l'ordinateur dans le salon plutôt que dans la salle de jeux ou la chambre de votre enfant;
- essayez de faire comprendre clairement à votre enfant que le monde virtuel ne correspond pas toujours à la réalité;
- montrez de l'intérêt pour les amis 'virtuels' de votre enfant. Parlez-en. Prévenez votre enfant que les amis 'virtuels' ne sont parfois pas ce qu'ils prétendent être;
- fixez des règles claires si votre enfant veut rencontrer un ami 'virtuel'. Il peut, par exemple, être accompagné pour la première rencontre, le rendez-vous doit être pris dans un endroit où il y a beaucoup de monde, il ne peut aller nulle part si ce n'était pas prévu, etc.
- inscrivez les principaux avertissements sur papier et affichez-les à un endroit bien visible près de l'ordinateur.

Ils racontent…

Jouer librement est très difficile, tant pour Kilian que pour Liam. Nous devons leur proposer un choix entre 3 activités.
La maman de Kilian et Liam

Avant, monter une tour avec ses sœurs était impossible, Luna voulait jouer seule. Il a fallu lui apprendre à attendre son tour.
La maman de Luna

Théo apprend à jouer avec son frère

"Théo et son frère Hugo ne jouent jamais ensemble. Comment les aider à faire quelque chose à deux ?"

Observer

Théo a 6 ans, il a un retard de développement léger.
Il a un frère plus jeune (4 ans ½).
Théo aime être dehors. Il aime le bruit et a tendance à en faire notamment en frappant des objets les uns contre les autres. Il a une bonne motricité fine et globale.
Il est très énergique, aime courir et faire du trampoline.
Il comprend les consignes simples ("Viens", "Assieds-toi", …).
Il dit quelques mots et répond à son prénom.
Il aime regarder les albums photos de famille.

Définir un objectif

Pour leurs parents, il est important que Théo et Hugo jouent ensemble. L'objectif choisi est : Théo et Hugo joueront à un jeu de massacre, trois fois par semaine, après le souper.

Agir

Adapter l'environnement

Organiser et visualiser l'espace : le jeu de massacre se déroule dehors, sur la terrasse. Les différents éléments sont placés sur une table.

Organiser et visualiser le temps : le moment du jeu de massacre est indiqué sur l'horaire de Théo. Lorsqu'il obtient sa récompense (jouer au trampoline après avoir joué au jeu de massacre), la photo du trampoline est accrochée à côté de celle du jeu de massacre.

Organiser et visualiser l'activité :

- pour jouer, les enfants utilisent 10 boîtes de conserve. Celles-ci sont placées en 4 rangs, sur une table;
- un repère visuel est tracé sur le sol (une ligne à ne pas dépasser, une croix, un rond, …). Celui-ci définit l'endroit où placer ses pieds pour viser et lancer la balle;
- Hugo et Théo devront chacun lancer 2 balles (2 occasions de toucher au moins une boîte pendant le jeu), 4 balles sont préparées dans une caisse;
- la caisse se trouve entre Hugo et Théo;
- les parents procèdent à plusieurs adaptations;
  - adaptations des règles : le jeu devient coopératif; il n'y a ni gagnant ni perdant. Chaque enfant lance 2 balles. Le but est de tout faire tomber, ensemble;
  - adaptation du matériel : on va utiliser des boîtes de conserve assez grandes (boîtes à café de 500 g, par exemple) et 4 ballons de football en mousse.

Description du jeu

Plusieurs étapes sont définies pour mener à bien le jeu :

- les parents installent le matériel;
- Hugo lance la première balle;
- lorsque les boîtes de conserves sont tombées, Hugo dirige la caisse vers Théo en disant "A Théo";
- Théo prend une balle et la lance;
- lorsque les boîtes de conserves sont tombées, Théo dirige la caisse vers Hugo;
- on recommence avec les 2 dernières balles;
- les enfants rangent le matériel.

Aider

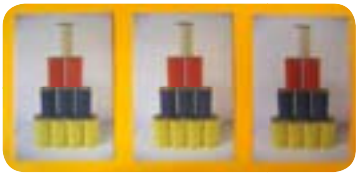
- L'adulte présent guide les enfants. Il aide Théo en lui donnant des consignes verbales courtes et simples : "Prends une balle", "Lance", "Regarde Hugo", … Il donnera aussi des consignes à Hugo, par exemple : "Tends-lui la caisse", …
- Si nécessaire, le parent guidera les gestes de Théo pour lancer la balle.

Récompenser

Lorsque le jeu de massacre est terminé, les parents de Théo lui montrent à nouveau les photos (jeux de massacre ➡ trampoline) : il peut maintenant aller sur le trampoline. N'oubliez pas, également, de récompenser Hugo.

Et après…

On pourra prévoir plusieurs parties de jeux de massacre d'affilée, en utilisant un support visuel comme celui-ci :



Pierre apprend d'autres loisirs

"Pierre fait toujours la même chose pendant ses moments de pause. Il se balance en écoutant de la musique ou il dessine des ronds. Dois-je le laisser faire ?"

Observer

Pierre a 21 ans, il a une déficience intellectuelle modérée.
Il aime les routines; dans ses temps libres, il fait toujours les mêmes choses.
Il a une bonne motricité fine et globale.
Il connaît les chiffres jusque 30 et quelques lettres.
Il comprend bien les consignes verbales simples.

Définir un objectif

Il est important pour Pierre, de développer d'autres intérêts, d'augmenter sa gamme d'activités et d'apprendre à choisir.

L'objectif choisi est : être capable de réaliser un jeu de cartes de type 'réussite', plusieurs fois par semaine, après le repas du soir, avec son papa.

Agir

Adapter l'environnement

Organiser et visualiser le temps : l'horaire visuel de Pierre précise qu'après le souper, il jouera aux cartes.

Organiser et visualiser l'espace : l'activité est réalisée sur la table de la salle à manger, lieu habituel lors de la réalisation de loisirs individuels. La nappe est différente de celle des repas.

Organiser et visualiser les activités : le matériel est organisé afin que Pierre puisse comprendre ce qu'il doit faire.

Aider

Le papa aide Pierre en lui donnant des consignes verbales.

Récompenser

Après le moment d'apprentissage, Pierre pourra écouter de la musique (ce qu'il aime faire).

Et après…

Définir un objectif

Apprendre une 2ème activité de loisirs : être capable de dessiner d'autres représentations que des ronds, plusieurs fois par semaine, après le souper, avec son papa.

Adapter l'environnement

Les stratégies du 1er objectif pourront être utilisées. Les repères visuels restent très importants.
Organiser et visualiser le temps : le moment de loisirs est annoncé sur l'horaire.

Organiser et visualiser l'espace : l'activité est réalisée sur la table de la salle à manger, lieu habituel lors de la réalisation de loisirs individuels. La nappe est différente que celle utilisée lors des repas.

Organiser et visualiser les activités : un support visuel explique la façon de dessiner différents animaux.

Fiche reprenant les différentes étapes pour dessiner un papillon.

Définir un objectif

Etre capable de choisir entre 3 activités de loisirs, tous les jours, après le repas.

Adapter l'environnement

Organiser et visualiser le temps : le moment de loisirs est précisé dans l'horaire de Pierre.

Organiser et visualiser l'espace : l'activité est réalisée sur la table de la salle à manger, lieu habituel lors de la réalisation de loisirs individuels.

Organiser et visualiser les activités : un tableau de choix d'activités est fixé dans l'espace de loisirs. Les activités représentées sont le jeu de cartes, le dessin et un puzzle.

Promouvoir les relations sociales

Pourquoi ?

L'autisme se caractérise notamment par des difficultés dans les relations sociales. Ces difficultés sont liées au fait que les personnes avec autisme perçoivent la réalité sociale autrement et traitent les informations différemment. Elles en tirent donc une signification différente. Si bien que leur comportement nous paraît étrange, bizarre ou inadapté.

La vie sociale est complexe, particulièrement pour les personnes avec autisme. Rendre visite à ses grands-parents, recevoir des invités à la maison, voir un ami, faire une rencontre inattendue en rue,… sont autant d'événements qui peuvent créer des problèmes.

Comment ?

Bien que la vie en société ne soit pas tout à fait prévisible, il est possible d'anticiper et de prévenir votre enfant sur certains aspects. Lorsque vous prévoyez une activité, une sortie, votre enfant a-t-il une réponse aux questions suivantes :

- qu'allons-nous faire ?
- quand allons-nous le faire ?
- comment allons-nous le faire ?
- qui sera présent ?
- combien de temps durera l'activité ?
- avec qui dois-je le faire ?
- que ferons-nous ensuite ?

Mateo a son anniversaire. Sa maman l'annonce sur son horaire et lui décrit le déroulement de la fête : qui va venir, à quel moment de la journée et qui lui offrira un cadeau.

Clarifier les règles sociales

Les personnes avec autisme ont souvent des difficultés à comprendre les règles sociales. Celles-ci ne sont pas toujours exprimées explicitement et peuvent changer en fonction du contexte. Clarifier et concrétiser les règles sociales peut les aider à mieux gérer leurs relations avec autrui. Gardez à l'esprit que votre enfant deviendra un adulte et qu'un comportement spécifique adapté lors de l'enfance ne le sera peut-être plus à la puberté. Par exemple, un enfant de quatre ans peut s'asseoir sur les genoux des amis en visite à la maison, ceux-ci trouveront ça mignon; par contre à 12 ans, ce sera très embarrassant.

Avant, Luna frappait, pinçait et mordait ses sœurs. Avec la visualisation des règles et des conséquences de son comportement, il y a beaucoup moins d'incidents.

Apprendre à jouer ensemble

Les enfants avec autisme ont également du mal à jouer avec leurs pairs. Il ne suffit pas, en effet, de mettre les enfants ensemble pour que le jeu se développe. Il sera souvent nécessaire que vous interveniez pour que 'des choses se passent'…

- Partez d'un jeu que votre enfant sait faire seul.
- Placez vous à côté de lui et faites la même chose que lui.
- Rapprochez vous de lui et utilisez le même matériel.
- Jouez avec lui en établissant le tour de rôle (chacun son tour).

  Il serait intéressant qu'un autre enfant puisse intervenir à ce stade, un frère, un voisin, … En tant que parent, vous devenez alors médiateur.

La séquence de photos et la pince-à-linge indique le tour de rôle et l'ordre de passage au bowling.

- A vous de donner des conseils afin que le jeu se déroule le mieux possible. Pour ce faire, vous pouvez :
  - proposer un 'jeu dirigé avec modèle' : vous êtes présent et participez activement;
  - apporter une guidance verbale, en suggérant, en conseillant;
  - laisser le jeu se dérouler sans aide.

Inviter des amis

Commencez d'abord à inviter un seul enfant. Jouez avec votre enfant et son ami. Vous pouvez ainsi voir comment ça se passe et intervenir si nécessaire.
Si des amis viennent jouer, vous pouvez montrer à votre enfant ce qu'ils peuvent faire ensemble. Vous pouvez parler des aspects suivants avec votre enfant :

- où vont-ils jouer ? (dans sa chambre, dans le salon, dans le jardin, …)
- que vont-ils faire ensemble ?
- que veut faire votre enfant ?
- qu'aime faire l'ami ?
- qu'aiment-ils faire tous les deux ?

Ils racontent…

En ce moment, ça va très bien avec sa grande sœur parce qu'elle arrive à bien comprendre sa façon de penser. Ils parlent ensemble, ils rient ensemble, ils chantent ensemble. Elle s'occupe vraiment beaucoup de lui. Pour lui, c'est très positif, c'est ainsi qu'il est devenu plus ouvert envers d'autres enfants.
La maman de Seppe

Le contact avec les jeunes de son âge et les membres de la famille reste limité mais existe et s'améliore. Pierre manifeste son plaisir à les retrouver.
La maman de Pierre

Dehors, Joël se comporte comme tout le monde, et même parfois mieux. J'ai toujours beaucoup de plaisir à sortir avec lui. Cela me réconforte, je me dis que nous avons fait un fameux travail ensemble…
La maman de Joël

Lisa apprend à varier ses sujets de conversation

"Lisa adore les chiens. Elle en parle tout le temps. Ses amis du voisinage ne veulent pas toujours jouer avec elle car elle les ennuie, elle parle trop des chiens."

Observer

Lisa a 11 ans. Elle présente un fonctionnement intellectuel normal.
Lisa a une grande sœur âgée de 13 ans. Lisa joue beaucoup avec son chien à la maison et elle s'en occupe très bien. Lisa a l'autorisation de sortir avec sa grande sœur dans la rue.
Lisa parle facilement et directement de son sujet favori : les chiens de race. Elle continue quelle que soit la réponse de l'interlocuteur. Si personne ne réagit, elle peut prendre la parole pendant 30 minutes. Lisa aime jouer à 'Touche Touche Hauteur' avec les enfants de sa rue.

Définir un objectif

L'objectif choisi pour Lisa est : Lisa peut parler des chiens avec ses parents à la maison lorsqu'ils préparent le repas. Lisa ne peut plus aborder le sujet des chiens avec les enfants de sa rue ou sa sœur.

Agir

Après avoir observé la situation, les parents de Lisa rédigent un petit scénario qui reprend les règles sociales importantes qu'elle doit apprendre. Lisa lit ce scénario tous les soirs, avant le bain, avec sa maman et juste avant d'aller jouer dehors :

- lorsque je vois mes amis, je veux leur parler des chiens parce que je trouve ça chouette;
- mes amis n'ont pas toujours envie de parler des chiens; si ça les ennuie, ils peuvent s'en aller;
- lorsque je rencontre mes amis, d'abord, je leur dis "Bonjour" et je leur demande "Comment ça va ?";
- il est important que je les écoute et que je leur parle d'autre chose (je regarde ma liste de sujets de conversation);
- mes amis aiment quand je les écoute et quand je réagis à ce qu'ils disent;
- on discute de beaucoup de sujets différents avec les amis.

Lisa rédige avec ses parents une liste des différents sujets qu'elle peut aborder avec ses copains. Lisa apprend à discuter de ces sujets avec son papa, après le souper, en utilisant sa liste (comme mémo). Cela pourrait rassurer Lisa d'avoir sa liste sur elle, quand elle joue avec ses amis.

Les comportements difficiles

Pourquoi les enfants présentent-ils des comportements difficiles ?

Ce que l'on sait à l'heure actuelle, c'est que les problèmes de comportement ne sont pas une caractéristique de l'autisme mais plutôt une conséquence de celui-ci. Ils sont souvent liés aux difficultés et aux limites qui vont de pair avec l'autisme :

- l'incompréhension de la situation sociale et de l'environnement;
- l'incapacité à exprimer clairement ses besoins, ses attentes et ses sentiments; avec la frustration comme conséquence;
- une hypersensibilité ou une hyposensibilité à certaines stimulations;
- une incapacité à s'occuper seul (temps de loisirs);
- des exigences trop faibles ou trop élevées avec, pour conséquence, de la frustration ou de l'ennui;
- ne pas savoir et ne pas pouvoir effectuer un rituel ou une action (compulsion);
- des changements (mêmes minimes) ou des événements imprévus en particulier lorsque l'enfant attend quelque chose de spécial et qu'il obtient quelque chose d'autre;
- l'incompréhension des attentes de l'entourage;
- une anxiété par rapport à des choses ou des situations qui nous semblent banales;
- 'rester accroché' à un comportement inadapté qui était efficace auparavant. Par exemple, se frapper pour que maman vienne près de moi.

Comment ?

L'idée selon laquelle aucune approche ne fonctionne auprès des enfants avec autisme n'est pas correcte. Il est vrai que certaines stratégies sont moins efficaces et qu'elles nécessitent plus de temps avant d'avoir un effet positif. De plus, les stratégies utilisées ne sont pas miraculeuses, elles nécessitent d'être utilisées avec constance et cohérence. Avant de penser à changer le comportement de votre enfant, vous devez tout d'abord essayer de le comprendre. Cette étape est indispensable dans le choix d'une bonne stratégie ou d'une bonne approche.

Avant tout, posez-vous les questions suivantes :

Votre enfant comprend-t-il ce que vous attendez de lui ?

Si non, il faut clarifier vos attentes. Il convient d'adapter l'environnement ou la situation afin d'éviter ces problèmes. L'éclaircissement et la prévisibilité sont des éléments primordiaux.

Votre enfant peut-il communiquer clairement ce qu'il souhaite ?

Les problèmes de communication, tant d'expression que de compréhension verbale, sont souvent à la source des problèmes de comportement chez les personnes avec autisme. L'amélioration des possibilités de communication de votre enfant et l'adaptation de la manière de communiquer avec lui sont deux aspects importants de l'approche des problèmes comportementaux.

Votre enfant comprend-t-il qu'il a fait quelque chose de mal ?

Faites savoir à votre enfant qu'il a fait quelque chose de mal. Soyez explicite, par exemple :
"Tu ne peux pas tirer les cheveux de ta sœur".
Evitez les expressions générales du type :
"Cesse" ou "Tu dois être sage" ainsi que les longues digressions. Si votre enfant comprend difficilement le langage, visualisez le comportement indésirable et visualisez le comportement adapté.

Examinez les circonstances

Un comportement perturbant et inadapté est souvent une réaction à quelque chose qui se passe à l'intérieur ou à l'extérieur de l'enfant : stress, angoisse, incompréhension des attentes de l'autre, incapacité d'exprimer ses besoins ou ses attentes, changement d'environnement ou d'une routine.

Travaillez de concert avec votre médecin de famille pour construire le dossier médical de votre enfant

Connaître les points sensibles (allergies, problèmes de digestion, problèmes dentaires, …) de votre enfant permettra un meilleur suivi. C'est indispensable pour que des comportements n'apparaissent pas 'bêtement' parce que l'enfant a mal ou n'est pas bien. Les enfants avec autisme souffrent des mêmes maux que les enfants ordinaires, … mais ne peuvent pas s'en plaindre en raison de leurs problèmes de communication.

Concentrez votre attention sur le comportement et non pas sur votre enfant

Dites à votre enfant que vous êtes fâché à cause de ce qu'il a fait et non pas à cause de ce qu'il est. Evitez, par exemple, "Tu es agaçant" ou "Tu es méchant", mais dites clairement quel comportement vous ne voulez plus voir, par exemple, "Tu ne frappes pas" et encore mieux celui que vous voulez voir, par exemple, "Joue avec lui avec l'auto".

Sachez que votre enfant n'apprend peut-être pas de ses expériences

Les enfants avec autisme n'appliquent pas toujours dans un contexte ce qu'ils ont appris dans un autre. Votre enfant a donc besoin de règles très claires qui doivent être souvent répétées dans différentes situations.

Des sens interdits sont placés aux endroits où Adam ne peut pas grimper.

Adam a besoin de bouger et de grimper. Pour ne pas le lui interdire constamment, ses parents ont installé un espalier dans le couloir où il peut grimper autant qu'il veut.

Soyez patient

Le comportement difficile de votre enfant ne disparaîtra pas du jour au lendemain. Vous devrez faire preuve de patience et de persévérance avant de constater des améliorations. Votre enfant peut faire de grands bonds dans son développement, mais les changements sont généralement progressifs.

Ne le prenez pas personnellement

La mauvaise conduite ou les remarques grossières d'un enfant peuvent être très blessantes pour les parents. Sachez que votre enfant ne vous vise pas personnellement.

Travaillez main dans la main

Recherchez le soutien et la compréhension des autres. N'essayez pas de tout résoudre seul. Cherchez la raison du comportement de votre enfant avec les autres membres de votre famille ou vos amis et réfléchissez ensemble à la meilleure stratégie à adopter. Evaluez également le résultat ensemble. Une bonne collaboration augmente vos chances de réussite.

Soyez logique

Dans la mesure du possible, il est préférable que vous réagissiez toujours de la même manière face aux problèmes de comportement. Si vous réagissez aux colères par une remarque, par exemple, puis avec une sanction et enfin que vous donnez un biscuit à l'enfant pour le calmer, votre réaction sèmera certainement la confusion dans l'esprit de votre enfant. Quelle que soit l'approche que vous adoptez pour aider votre enfant, veillez à ce que toutes les personnes concernées suivent la même méthode. Réagir différemment à un comportement indésirable peut provoquer confusion, stress et frustration chez votre enfant.

Restez réaliste

Quel que soit le problème, optez pour des objectifs réalistes et des stratégies réalisables. S'il s'avère que les exigences sont trop importantes, vous pouvez les adapter. Vous pouvez aussi adapter les conditions de la situation afin d'augmenter l'apparition du comportement attendu. C'est notamment possible en organisant et en visualisant les lieux de vie, le temps et les activités.

Guidez votre enfant, faites-lui part de vos attentes

Eduquer un enfant, c'est aussi le guider, prendre les choses en mains, instaurer des limites et dire ce que vous attendez de lui. Ce n'est pas parce qu'un enfant avec autisme comprend le monde autrement ou difficilement qu'il peut faire tout ce qu'il désire.

Méfiez-vous des punitions ou des réprimandes

Les sanctions fonctionnent rarement car une punition n'apprend aucun comportement alternatif à l'enfant. Une punition ne fait pas comprendre à l'enfant ce que vous attendez de lui. Les enfants avec autisme n'établissent, en outre, pas toujours le lien entre leur comportement et la punition (ou la réprimande).

Seppe ne peut pas frapper sa soeur. Par contre, il peut frapper sur les coussins et le fauteuil. Depuis qu'on lui a donné cette alternative, il frappe rarement sa soeur.

Se permettre des pauses

L'éducation d'un enfant avec autisme demande plus d'énergie que celle d'un enfant ordinaire. Octroyez-vous des pauses de façon à pouvoir 'recharger vos batteries'.

Les points de départ pour faire face aux problèmes de comportement

On pourrait dire que les stratégies sont de 3 ordres :

- Prévenir

  Aménager la situation de façon à créer un environnement favorable à l'autisme est essentiel :
  - organiser et visualiser les lieux de vie;
  - organiser et visualiser le temps;
  - organiser et visualiser les activités.
- Apprendre

  Enseigner à l'enfant des compétences qui remplaceront les comportements-problèmes. Notamment, apprendre à utiliser un système de communication alternatif peut diminuer les problèmes de comportement.
- Réagir

  Adopter une attitude qui encourage l'apparition de comportements adaptés. Récompensez les efforts de votre enfant, même minimes.

Ils racontent…

Pendant tout un temps, Seppe a eu des problèmes alimentaires importants. Petit à petit, on s'est rendu compte que, lorsqu'il avait sur l'assiette une denrée d'une seule couleur, il la mangeait, tandis qu'il refusait des mélanges de couleur. On lui a alors donné une assiette à compartiments. Il a ainsi appris à manger chaud.
La maman de Seppe

Petit, il fallait intervenir sans arrêt. Il nous narguait beaucoup en faisant des bêtises ou en accentuant le comportement pour lequel nous sévissions. Ce qui me fatiguait car peu de punitions marchaient avec Pierre; il recommençait aussi vite. Le plus dur est de mettre des limites et de tenir bon car Pierre est tenace dans ses idées.
La maman de Pierre

Les promenades, en cas d'agitation ou de nervosité, lui font retrouver détente et équilibre.
La maman de Gautier

Le papa de Liam place un 'stop' sur la 'carte stop'. Si Liam reçoit 3 'stop', il doit aller dans le 'coin stop' et y rester 3 minutes.

Le 'coin stop' lors d'un Time-out.

Rémy apprend à passer d'une activité à l'autre

"Rémy a 5 ans; il pleure et se fâche à chaque fois qu'il faut passer d'une activité à l'autre. Comment l'aider à mieux accepter ces différentes transitions ?"

Observer

Rémy présente un retard de développement. Il ne comprend pas les consignes verbales. Par contre, il se retourne lorsqu'on l'appelle. Rémy aime les raisins secs, ses parents les utilisent déjà comme récompense. Quand sa maman prend son manteau, Rémy va vers la porte. Rémy aime se balader en voiture.

Définir un objectif

L'objectif est que Rémy comprenne quelles sont les différentes activités qu'il devra réaliser durant la journée : se laver et s'habiller, déjeuner, aller à l'école, … et ainsi mieux accepter les transitions.

Agir

Adapter l'environnement

Placer une petite table sur laquelle on disposera un objet qui représente l'activité qui va suivre.
Pour préparer Rémy à la prochaine transition, on l'emmène à la table. On met en route, devant lui, la minuterie sur 5 minutes et on lui montre l'objet représentant l'activité qui sera réalisée (dans 5 minutes).
Lorsque la sonnerie de la minuterie retentit, Rémy doit prendre l'objet et réaliser l'activité annoncée.

Développer des stratégies

Pour aider Rémy à comprendre la signification de la minuterie, les parents démarreront le nouveau système par une activité que Rémy apprécie : durant le week-end, ils annonceront plusieurs fois des balades en plaçant le manteau de Rémy sur la petite table. Ensuite, pour aider Rémy à comprendre et à accepter les transitions, ses parents annonceront les différentes activités qu'il devra réaliser au cours de la journée.

L'assiette annonce le repas.

Le cartable indique le moment d'aller à l'école.

Le pyjama annonce le moment du coucher.

Aider

Quand la minuterie sonne, les parents emmènent Rémy près de la table et pointent l'objet qui annonce la prochaine activité.

Récompenser

Pendant l'apprentissage, lorsque Rémy se dirige vers la nouvelle activité sans pleurer, il reçoit un raisin sec. En même temps, ses parents le félicitent. Lorsque Rémy acceptera bien les transitions, ses parents ne lui donneront plus de raisins secs qu'une fois de temps en temps mais continueront à le féliciter.

Et après…

On pourra penser à mettre en place un système d'horaire avec des objets miniatures ou des photos.

Nicolas apprend à prendre soin de lui

"Depuis quelques mois, Nicolas ne prend pas suffisamment soin de lui. Comment l'encourager à avoir une meilleure hygiène ?"

Observer

Nicolas a 15 ans; il a un haut potentiel intellectuel.
Depuis quelques mois, il ne tolère plus personne dans la salle de bains. Il se fâche et réagit parfois agressivement si quelqu'un entre dans la salle de bains.
Lorsque ses parents lui demandent s'il s'est lavé ou brossé les dents, il répond sincèrement.
Nicolas est capable de se laver, se laver les cheveux et se brosser les dents seul. Il a de l'acné.
Nicolas adore jouer à l'ordinateur, il y passerait des heures. Il doit cependant respecter certaines règles : il peut jouer maximum une heure par jour en semaine et 2 heures maximum le samedi et le dimanche. Il accepte ces règles.
Nicolas collectionne tout ce qui a un rapport avec les amphibiens.
Il a peu d'amis, mais dit qu'il veut en avoir. Nicolas n'a jamais utilisé un horaire journalier ni une analyse de tâche visualisée.

Définir un objectif

L'objectif choisi est d'avoir une meilleure hygiène personnelle, et plus particulièrement :

- se laver le visage avec un savon spécial matin et soir;
- se brosser les dents matin et soir;
- prendre une douche chaque soir;
- se laver les cheveux le dimanche.

Agir

Adapter l'environnement

Organiser et visualiser l'espace : 7 gants de toilette et le savon spécial pour l'acné sont placés dans un bac (le bac est complété une fois par semaine). A côté, un autre bac est également placé avec un gobelet, sa brosse à dents et du dentifrice. Dans un dernier bac, on a rangé une éponge de bain et le gel douche.

Organiser et visualiser l'activité : les points importants pour améliorer son hygiène sont visualisés (se laver avec le produit pour l'acné, se brosser les dents, prendre sa douche et se laver les cheveux le dimanche) sur papier et accrochés dans la salle de bains. Ils lui servent de check-list.

	Matin		Soir				
Du 22-07 au 28-07							
Lundi	x	X	x	X	X		60 min
Mardi	x	X	x	X	X		60 min
Mercredi	x	X			X		30 min
Jeudi	x	X	x	X	X		60 min
Vendredi	x		x	X	X		50 min
Samedi	x	X	x	X	X		120 min
Dimanche	X	X	x	X	X	X	120 min +15 min

Organiser et visualiser le temps : la check-list est complétée chaque jour par Nicolas avec des croix. Celle-ci se présente sous forme de colonnes pour le matin et le soir. Elle est 'contrôlée' chaque semaine avec ses parents.

Aider

Pour préparer cet objectif, il est souhaitable que les parents discutent de l'importance de l'hygiène personnelle avec Nicolas. L'objectif de ces discussions est que Nicolas se rende compte lui-même de certains points importants. Les parents doivent surtout poser des questions et l'accompagner dans son questionnement. Nicolas peut aussi faire des recherches sur Internet.

Récompenser

Nicolas et ses parents ont mis en place un contrat. Il peut ainsi, à chaque instant, revoir les accords pris ensemble. De plus, les parents ne doivent plus répéter les règles mais ils renvoient leur fils au contrat quand c'est nécessaire. Nicolas devra donc montrer son engagement en signant ce contrat.

Nicolas doit mériter le temps qu'il passera à l'ordinateur :

- en semaine : 1 croix = 10 minutes d'ordinateur; 5 croix = 60 minutes d'ordinateur;
- samedi et dimanche : 1 croix = 20 minutes d'ordinateur; 5 croix = 120 minutes d'ordinateur;
- se laver les cheveux le dimanche : 15 minutes supplémentaires d'ordinateur.

Ces règles sont écrites en dessous de la check-list.

Portrait des personnes avec autisme

Dans le DVD 'L'autisme jour après jour. Agir pour l'aider', vous verrez différents enfants et adultes avec autisme. Afin de mieux comprendre les vidéos, nous vous proposons un bref portrait de ces personnes.

Adam
5 ans

Le départ de maman de la maison est difficile. Une photo de maman est alors affichée sur son horaire pour qu´il comprenne qu´elle va revenir.

Adam a un frère plus jeune. Il fréquente à temps partiel une école d'enseignement spécial (une classe TEACCH) et est intégré trois matinées par semaine dans une école ordinaire.

Peu après ses premiers mots, Adam s'est soudain arrêté de parler. Avec le soutien de professionnels, ses parents lui ont appris à utiliser un système de communication alternatif (le PECS) : Adam a pu faire ses premières demandes à l'aide de photos. Grâce à cet outil de communication, il a commencé à verbaliser quelques mots. Depuis qu'il peut énoncer des phrases simples, ses parents l'incitent à parler : pour demander un DVD; pour aller au jardin, sur la balançoire, sur les épaules de papa.

Différents repères visuels sont mis en place pour lui permettre de comprendre certaines consignes et événements. Le déroulement de ses activités est annoncé sur son tableau dans le living (3 activités à la fois). Le départ de maman de la maison est difficile. Une photo de maman est alors affichée sur son horaire pour qu´il comprenne qu´elle va revenir.

Adam aime bouger, sauter et grimper mais il doit encore apprendre où il peut le faire. Des sens interdits lui rappellent où il ne peut pas grimper. Dans le couloir, ses parents ont installé un espalier où il peut grimper.

Au niveau de ses loisirs, Adam aime beaucoup jouer à l'ordinateur, faire de la musique et aller au jardin (sauter sur le trampoline, glisser sur le toboggan).

Arthur
10 ans

Les repères visuels (un horaire et un semainier) permettent de gérer les moments difficiles en prévenant Arthur des changements.

Arthur ne parle pas. Il fréquente une école d'enseignement spécial. Il communique à l'aide de photos et de pictogrammes (il utilise le système PECS). Sa farde, contenant toutes ses images, est très importante pour lui. Elle lui permet de dire qu'il a faim, soif, … de demander les activités qu´il désire faire et il commence maintenant à exprimer qu'il est 'fâché'. Arthur l'utilise partout où il va (mais il ne l'emporte pas encore spontanément avec lui).

L'organisation de la maison en espaces bien distincts a contribué a réduire les comportements difficiles d'Arthur (difficultés de concentration, agitation, ouvrir les robinets, …). Dans la salle de jeux, les parents d´Arthur ont installé des repères visuels : un horaire visualise l'emploi du temps de sa journée. De cette façon, il sait exactement à quoi s'attendre. Un semainier annonce également les activités prévues dans les prochains jours (par exemple, une balade à vélo dimanche, le retour de maman et de son frère à la maison, …). Ces repères visuels permettent de gérer les moments difficiles en prévenant Arthur des changements.

Arthur fait partie d'une troupe scoute depuis trois années. Il participe également à des activités de loisirs: escalade, camps spécialisés ou en intégration.

Depuis que Cedric utilise des supports visuels (analyses de tâche et horaire), il comprend mieux ce que l´on attend de lui. Ces outils favorisent, en outre, son autonomie.

Cedric a 2 jeunes frères (Kilian et Liam qui apparaissent également dans les vidéos). Cedric est scolarisé en enseignement ordinaire, il est en 3e année, option latin.

Le syndrome d'Asperger a été diagnostiqué à l'âge de 12 ans. Cedric est très doué, il a d'ailleurs rencontré peu de problèmes à l'école primaire. Quelqu'un qui ne sait pas que Cedric a de l'autisme ne remarque rien de prime abord. Cedric aime certes rester seul dans sa chambre, mais c'est le cas de nombreux adolescents à la puberté. Son autisme ne l'empêche pourtant pas d´aller chez les scouts toutes les semaines et de participer à des camps de vacances. Les moniteurs sont au courant de son autisme et de ses problèmes moteurs. Avec quelques aménagements et une bonne dose de volonté, Cedric peut participer aux activités de groupe.

Depuis que Cedric utilise des supports visuels (analyses de tâche et horaire), il comprend mieux ce que l´on attend de lui. Ces outils favorisent, en outre, son autonomie.

Cedric
13 ans

Lors de ses voyages, Joël ne se sépare pas de ses horaires.

Joël présente de l'autisme et une déficience intellectuelle modérée. En journée, il partage son temps entre une activité bénévole dans un manège et des activités artistiques organisées par un service d´accueil de jour. Actuellement, il joue l'automate à la perfection dans un numéro de cirque. Ses compétences dans le domaine artistique lui permettent de voyager et de découvrir le monde. Il a participé à différents festivals de rue au Japon, en Irlande, …

En semaine, il vit dans une structure avec plusieurs adultes handicapés de son âge. Du vendredi soir au lundi matin, Joël vit seul dans sa maison. Joël parle peu. Il fait cependant des progrès importants grâce au travail d'expression développé par ses intervenants qui l´accompagnent (service d'accueil de jour et logopède) mais également grâce à l´emploi systématique de repères visuels. Pour réaliser ses activités quotidiennes, il a par exemple : des recettes de cuisine imagées, des listes de courses imagées, un horaire journalier lui rappelant les tâches d´entretien de la maison, …

Pour faire face à l'inconnu, lors de ses voyages, Joël ne se sépare pas de ses horaires : représentation imagée des activités qu´il réalisera, des différents endroits où il va dormir, des informations générales sur le pays visité.

Joël
28 ans

Les repères visuels lui permettent de varier ses activités de loisirs à la maison, de réaliser des activités dans la communauté, de développer sa communication et de développer son autonomie.

Julien va encore à l'école. Il parle, mais présente des particularités : écholalie, coupure de mot inadéquate, intonation chantante,… Sa compréhension du langage verbal est faible. Il comprend peu les consignes qui lui sont données si celles-ci ne concernent pas ses activités routinières. Julien montre une certaine inquiétude face aux changements d'habitudes. Il occupe ses temps libres de manière invariable : jouer avec ses jeux vidéos, écouter de la musique et jongler. Ses intérêts sont présents de manière intense.

Depuis peu de temps, des stratégies sont mises en place en vue de préparer sa vie d'adulte. Pour ce faire, un maximum de repères visuels sont utilisés en vue d'améliorer la compréhension des consignes : horaire visuel, analyse de tâche, système de contrat, …

Ces outils lui permettent de varier ses activités de loisirs à la maison, de réaliser des activités dans la communauté (aller au restaurant, faire de l'escalade, faire du fitness), de développer sa communication (passer une commande à la boucherie ou au restaurant) et de développer son autonomie (réaliser des recettes de cuisine).

Julien
20 ans

Grâce aux supports visuels affichés dans la salle de bains, Kilian s´habille presque seul le matin.

Kilian a un frère cadet et un frère aîné (Cedric et Liam qui apparaissent également dans les vidéos). Kilian est scolarisé en enseignement spécialisé, dans une classe de pédagogie adaptée à l'autisme. Il s'y sent très bien.

Kilian avait 5 ans lorsque ses parents ont appris qu´il présentait de l'autisme. Kilian adore parler. Il est très curieux et pose beaucoup de questions, même aux personnes qu'il ne connaît pas bien. Il ne comprend et ne respecte pas toujours certaines limites. Kilian peut être très gentil, mais aussi réagir très violemment. Il apprend maintenant à se maîtriser. Le système de récompense et son enthousiasme portent leurs fruits. Grâce aux supports visuels affichés dans la salle de bain, Kilian s´habille presque seul le matin.

Kilian collectionne toutes sortes de choses, comme des brindilles, des pierres, des ficelles. Il adore aussi les autocollants. Il aime aller chez les scouts, aux camps sportifs et au jardin d'enfants. Il peut y laisser s'exprimer son énergie.

Kilian
7 ans

Liam reste maintenant dans son lit, la nuit, ce qu´il n´arrivait pas à faire auparavant.

Liam a 2 frères aînés (Cedric et Kilian qui apparaissent également dans les vidéos). Liam est en première année de maternelle dans l'enseignement normal.

L'autisme a été diagnostiqué cette année. Il a développé le langage plus lentement que les autres enfants de son âge. Liam a besoin de rituels fixes. Chaque matin, son papa l'emmène à l'école. Liam est très perturbé et refuse de parler si quelqu'un d´autre l'y emmène.

Depuis que les parents utilisent des supports visuels à la maison, beaucoup de problèmes ont pu être résolus. Liam reste ainsi dans son lit la nuit, ce qu'il n'arrivait pas à faire auparavant. Il comprend aussi maintenant qu'il ne peut pas allumer et éteindre la télévision quand bon lui semble. En visualisant les règles, Liam reste désormais à table et les repas sont beaucoup plus calmes.

Liam
3 ans

Un horaire visualise son programme au jour le jour. Elle comprend mieux les changements et pose moins de questions.

Luna était incapable de faire comprendre ce qu´elle voulait jusqu´à l'âge de $3^{1/2}$ ans, elle se mettait très souvent en colère. Luna a commencé des séances de logopédie et a été opérée aux tympans à 4 ans. Peu après, ses parents ont mis en place différents repères visuels.

Depuis, Luna a beaucoup progressé. Les repères visuels mis en place permettent à Luna et à sa famille de gérer et solutionner différents problèmes. Par exemple, avant, elle répétait souvent les mêmes questions ("Qu´est-ce qu´on mange ?", "On va chez le docteur ?", "Et demain, qu´est-ce qu´on fait ?"). A présent, un horaire visualise son programme au jour le jour. Elle comprend mieux les changements et pose moins de questions.

Ses relations avec ses sœurs se sont également améliorées grâce aux photos utilisées. Ainsi, lors des jeux, Luna veut souvent décider de ce que l´autre doit faire. Avant, si on n'était pas d'accord, Luna pinçait et griffait ses soeurs, Pour l'aider à améliorer son comportement, ses parents et grands-parents ont affiché, dans la cuisine, un contrat de comportement : des dessins montrent les comportements permis et interdits envers ses soeurs, ainsi que la récompense qu´elle peut avoir si elle s´y tient.

Luna
$4^{1/2}$ ans

Mateo comprend le langage et s´exprime avec fluidité, mais il a pourtant besoin de supports visuels.

Mateo a une petite soeur. Il est en 3ème année, dans l'enseignement ordinaire. La recherche ardue des causes de ses problèmes alimentaires a finalement conduit à un diagnostic d´autisme à l'âge de 4 ans.

A première vue, Mateo ressemble à tous les enfants de son âge. Pourtant, nouer des contacts avec les autres et les entretenir est loin d'être une évidence pour lui.

Mateo comprend le langage et s'exprime avec fluidité, mais il a pourtant besoin de supports visuels. Les pictogrammes forment un langage que Mateo comprend bien et qu'il utilise. Il adore dessiner et réalise principalement des bandes dessinées qui ressemblent parfois très fort aux analyses de tâche visualisées. Il en a d'ailleurs dessiné une pour son papa qui, grâce à ce 'manuel d´instructions', devrait pouvoir bricoler l'horloge dont il rêve.

La plupart de ses activités d´autonomie ont été apprises au moyen de nombreux repères visuels.

Pierre vit avec ses parents et est accueilli la journée dans un centre de jour. Pierre est fils unique.

Pierre parle mais présente une prononciation difficilement compréhensible pour les personnes qui ne le connaissent pas. Un travail particulier à ce sujet est mené au moyen d'un système de communication alternatif : le B.A.Bar.

Il présente une certaine autonomie : il sait se laver, s'habiller, se raser, réaliser quelques recettes de cuisine, aller au magasin proche de son domicile seul. La plupart de ces activités ont été apprises au moyen de nombreux repères visuels. En effet, au quotidien, Pierre en utilise beaucoup : pour réaliser des tâches en toute autonomie (réaliser des recettes de cuisine, se raser, utiliser son gsm) et pour respecter certaines règles (utiliser seulement ses papiers et pas ceux de ses parents, ne pas ramasser des déchets sur la route).

Mateo
8 ans

Pierre
21 ans

Les supports visuels sont cruciaux pour lui : ils lui apportent de l´ordre dans un monde chaotique.

Seppe a une soeur cadette et une aînée. L'autisme a été diagnostiqué à l'âge de 3 1/2 ans. Il était alors encore dans l'enseignement normal. Comme Seppe avait besoin d´une approche adaptée à ses besoins, il a rejoint l'enseignement de type deux dès l'âge de 4 ans. Aujourd´hui, il fréquente toujours le Triangel, à Lovendegem, et est très satisfait dans sa classe de pédagogie adaptée à l'autisme.

Seppe apparaît aussi dans les vidéos du DVD de la 1ère brochure 'L'autisme jour après jour. Comprendre pour agir'. Il a beaucoup changé en une année. Son vocabulaire a évolué et il aborde davantage de sujets différents.

Seppe est devenu beaucoup plus indépendant grâce aux supports visuels. Les analyses de tâche visualisées lui permettent désormais, notamment, de se laver et de s'habiller seul, de mettre la table et d'aller aux toilettes. Seppe regarde tous les jours son horaire mensuel. Cette prévisibilité lui a permis de diminuer considérablement son stress. Ces supports visuels sont cruciaux pour lui : ils lui apportent de l'ordre dans un monde chaotique.

Seppe bénéficie d´un accompagnement personnel depuis un an maintenant (dans le cadre d´un Budget d'Assistance Personnalisée qui lui est octroyé par l'Agence flamande pour les personnes handicapées afin d´organiser et de financer une assistance à domicile, à l'école ou au travail). Seppe attend avec impatience le jour de la visite de Veerle ou Katrien, ses accompagnatrices.

Seppe
13 ans

Résumé et rédaction:
Magali Descamps, Véronique Lenoir, Martine Thys

Avec la contribution de:
Marie-Hélène Bouchez, Ellen Demurie, Christine Deravet, Sabine Desmette, Freddy Hanot, Tinneke Hellinckx, Ghislain Magerotte, Theo Peeters, Vincent Pirard, Françoise Poncin, Ruth Raymaekers, Herbert Roeyers, Lieselot Ruysschaert, Cis Schiltmans, Jean Steyaert, Petra Warreyn et Eric Willaye

Remerciements pour leur participation aux vidéos:
Marie-Hélène Bouchez, Christel Cloetens, Arnaud Glacé, Cécile Habets, Françoise Poncin, Marc Serruys et Eric Willaye

Un remerciement spécial à:
Adam, Arthur, Cedric, Joël, Julien, Kilian, Liam, Luna, Mateo, Pierre, Seppe et leur famille

Conception: Walking Men
Photographe: Laure Geerts
Impression: Groupe Impresor-Ariane (Bruxelles)
Editeur responsable: a.s.b.l. Participate!

Avec le soutien de Mobistar

© a.s.b.l. Participate!, 2ème édition, 2011

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter le site **www.participate-autisme.be**
Cette brochure peut être téléchargée gratuitement sur le site.

Cette brochure est également éditée en néerlandais

Bibliographie

Artuso Danièle
L'aide au très jeune enfant atteint d'autisme
Autisme France Diffusion, 2005

Attwood Tony
Le syndrome d'Asperger et l'autisme de haut niveau
Dunod, 2003

Baker Brian L. & Brightman Alan J.
L'autonomie pas à pas : enseigner les compétences quotidiennes aux enfants ayant des difficultés d'apprentissage
Autisme France Diffusion, 2006

Bisschop Marijke & Compernolle Theo
Votre enfant peut le faire tout seul. Une méthode pratique et amusante pour l'apprentissage de l'autonomie individuelle
Séquoia, 1981

Faherty Catherine
Asperger, qu'est-ce que c'est pour moi ?
Autisme France Diffusion, 2007

Gray Carol
Apprivoiser la jungle de la cour de récréation
Future Horizons, 1996

Gray Carol
Nouveau livre des scénarios sociaux
Future Horizons, 1994

Montreuil Nicole & Magerotte Ghislain
Pratique de l'intervention individualisée
De Boeck, 1994

Peeters Theo
L'autisme : de la compréhension à l'intervention
Dunod, 1996

Schopler Eric, Lansing Margaret & Reichle Robert J.
Stratégies éducatives de l'autisme
Masson, 2002

Schopler Eric, Lansing Margaret & Waters Leslie
Activités d'enseignement pour enfants autistes
Masson, 2001

Willaye Eric, Blondiau Marie-Françoise, Bouchez Marie-Hélène, Catherine Stéphanie, Descamps Magali, Glacé Arnaud, Moro Barbara & Ninforge Christelle
Manuel à l'intention des parents ayant un enfant présentant de l'autisme
Autisme France Diffusion, 2008

Willaye Eric, Descamps Magali & Blondiau Marie-Françoise
Le Junior Support Team. Le développement d'activités de loisirs intégrés pour des adolescents avec autisme
SUSA, 2003

Attwood Tony
Hulpgids Aspergersyndroom. De complete gids
Uitgeverij Nieuwezijds, 2007

Attwood Tony & Grandin Temple
Meisjes en vrouwen met Asperger
Uitgeverij Pica, 2008

Betts Dion & Patrick Nancy
Autisme wegwijzer. Doeltreffende oplossingen voor alledaagse problemen
Uitgeverij Pica, 2007

Boyd Brenda
Oudergids Aspergersyndroom. 200 tips en strategieën
Uitgeverij Nieuwezijds, 2007

Cloetens Christel
Kinderen met autisme en een verstandelijke handicap. Een begeleidingsprogramma voor oudergroepen - Werkboek voor de ouders
Uitgeverij Lannoocampus, 2006

De Bruin Colette
Geef me de 5
Uitgeverij Graviant Doetinchem, 2008

Degrieck Steven
En dan… En dan…? Tijd verhelderen voor mensen met autisme
Uitgeverij Lannoocampus, 2007

Degrieck Steven
Werk maken van vrije tijd. Autisme en vrije tijd
Uitgeverij EPO, 2004

Degrieck Steven
Denk en doe
Uitgeverij EPO, 2001

Schiltmans Cis & Fiems Ann
Leven als (g)een ander. Over een vrienden- en kennissenkring. Verhalen en handleidingen
Vlaamse Vereniging Autisme v.z.w. i.s.m. Autonoom v.z.w.

Van Der Velde Caroline
Oudergids autisme. Een praktische handleiding sociale vaardigheden
Uitgeverij Nieuwezijds, 2005

Van Der Velde Caroline
Pubergids autisme. Een praktische handleiding
Uitgeverij Nieuwezijds, 2007

Vermeulen Peter & Degrieck Steven
Mijn kind heeft autisme. Gids voor ouders, leerkrachten en hupverleners
Lanoocampus, 2006

Verpoorten Roger, Degrieck Steven & Valkenborg Jos
B^2, Omgaan met autisme - Mijn communicatie
Autisme Centraal, 2001

Williams Chris & Wright Barry
Hulpgids Autisme. Praktische strategieën voor ouders en begeleiders
Uitgeverij Nieuwezijds, 2006

Eckenrode Laurie, Fennell Pat & Hearsey Kathy
Task Galore. Book one
Task Galore, 2003

Eckenrode Laurie, Fennell Pat & Hearsey Kathy
Task Galore. For the Real World
Task Galore, 2004

Les objectifs pour mon enfant

La communication

L'autonomie

Les objectifs pour mon enfant

Les relations sociales

Les loisirs

L’autisme en images

Parce que les images en disent souvent plus que les mots, Participate! vous invite à regarder les différentes séquences vidéos. Des experts apportent des explications, des parents témoignent et des personnes avec autisme évoluent dans leur environnement quotidien.

Comprendre le quotidien
Adapter son langage
Clarifier l’espace
Rendre la journée prévisible
Clarifier le temps
Clarifier les activités
Visualiser à l’extérieur
Les événements inhabituels
Planifier son temps d’étude

Communiquer
Pour s’exprimer
Demander quelque chose au repas
Demander la télévision
Apprendre à téléphoner
Faire ses courses

Devenir autonome
Se préparer le matin
S’habiller
Aller aux toilettes
Cuisiner et dresser la table
Entretenir la maison
Utiliser sa pharmacie

Les loisirs
Jouer seul
Faire du sport
Aller au restaurant

Les relations sociales
Promouvoir les relations sociales

Les comportements difficiles
Qu’est-ce qu’un problème de comportement?
Les causes d’un problème de comportement
Clarifier pour prévenir
Avoir un comportement adapté, ça ne va pas de soi
Comprendre les règles
Médication, c’est la solution?
Frères et soeurs
Problèmes alimentaires
Manger peu varié
Respecter les règles à table
Dormir dans son lit
Se laver les cheveux