

GUIDE PRATIQUE POUR L'AUTISME



Texte : Autisme Fédération Madagascar

Illustration : Max RAZAFINDRAINIBE

Editeur : Editions Jeunes Malgaches

ISBN : 978-2-490272-38-9

© Autisme Fédération Madagascar, 2025

Imprimé à Madagascar,

dépôt légal N°

PREFACE

Il y a des enfants qui naissent avec des différences, leur comportement est loin de ce que les parents les ont imaginés. Les parents tentent de chercher des explications ; du nom à ce qui arrive à leur enfant.

En matière de trouble du spectre autistique, il est primordial d'aider les parents à mieux repérer les signes. La précocité de prise en charge améliore l'autonomie de l'enfant .Le diagnostic aide aussi à déculpabiliser les parents.

Dr Vololona Ratsaramandimby
Pédopsychiatre

TABLE DES MATIÈRES

Préface.....	2
Objectif du guide.....	4
L' AUTISME en quelques mots.....	5
Signes d'alerte de l'autisme chez l'enfant.....	6-8
Identification et repérage des Troubles du Spectre Autistique (Tsa).....	9
1- de la communication (déficience du langage pragmatique)	9
2- des interactions sociales.....	10
3- du comportement	10
4- des particularités sensorielles et perceptives.....	11
CHAPITRE 1 : COMMENT ABORDER LES PROBLEMES DE COMMUNICATION DES PERSONNES AUTISTES ?	12
CHAPITRE 2 : COMMENT ABORDER LES PROBLEMES D'INTERACTION SOCIALE DES PERSONNES AUTISTES ?.....	19
1- Travailler la gestuelle (exercice individuelle ou en groupe).....	20
2- Travailler le regard	21
3- Travailler l'attention conjointe.....	22
4- Travailler la prosodie	23
5- Travailler l'écoute	23
6- Travailler la conversation	24
7- Enseigner les émotions	25
8- Travailler la capacité d'empathie, développer la théorie de l'esprit :	28
9- Travailler les jeux symboliques /jeux de faire semblant	29
CHAPITRE 3 : QUELLES ÉTAPES SUIVRE FACE À UN PROBLÈME DE COMPORTEMENT ?	31
1- Antécédent	31
2- Comportement	32
3- Conséquences	32
4- Analyse fonctionnelle	33
5- Agir	33
CHAPITRE 4 : COMMENT ABORDER LES SPECIFICITES SENSORIELLES ET PERCEPTIVES DES PERSONNES AUTISTES ?.....	34
1- Les systèmes sensoriels	34
2- Hypersensibilité	35
3- Hyposensibilité/ Recherche de sensation	35
LES DIFFERENTES INTERVENTIONS EDUCATIVES, PEDAGOGIQUES ET THERAPEUTIQUES PROPOSEES DANS L'AUTISME	43
CONSEILS POUR L'ENSEIGNANT	48-49
QUELQUES CONSEILS POUR LES PARENTS:.....	49-58
LES PERSONNALITES CONNUES VIVANT AVEC L'AUTISME.....	60-61

OBJECTIF DU GUIDE

Ce guide tente de rassembler des notions de base et de conseils qui aideront les parents et/ou personnels intervenants à mieux répondre aux besoins des personnes autistes et à bien gérer la situation. Les explications claires et les illustrations judicieuses doivent être adaptées au contexte et aux capacités de la personne, tout en gardant un esprit créatif dans la réalisation des exercices et des aides techniques.

On ne peut pas « guérir » une personne vivant avec des TSA, mais on peut l'aider à se développer et à progresser :

- . en lui donnant du temps,
- . en lui faisant répéter les exercices,
- . en la stimulant et l'encourageant.

Des suggestions contenues dans ce guide peuvent être utiles pour certaines personnes, mais pas nécessairement pour d'autres. Il est important d'essayer différentes approches jusqu'à trouver celle qui fonctionne le mieux. Ce qui est efficace pour une personne ne l'est pas forcément pour une autre.

Nous espérons que ce guide pourra être une source d'informations privilégiée et utile dans les différentes situations de vie de la personne autiste et de sa famille. Il pourra donner des pistes de réponses possibles à leurs besoins.

À ce jour, aucun « traitement » thérapeutique, pédagogique ou éducatif n'existe pour « guérir » l'autisme. Seule une intervention globale, coordonnée, suivie et continue peut aider au mieux les parents à faire évoluer leur enfant, aider les personnes autistes à gagner en qualité de vie.

Les expériences parentales et leurs points de vue sont autant de guides et ressources utiles pour d'autres parents. Nous vous encourageons à demander de l'aide à d'autres parents, et à votre tour d'aider d'autres parents au sein de votre communauté.

L'AUTISME en quelques mots...

L'autisme est un désordre du développement neurologique qui affecte et perturbe le bon fonctionnement du cerveau. Les messages transmis par les sens (la vue, l'odorat, l'ouïe, le toucher et le goût) sont perçus et interprétés de façon atypique.

Comme les symptômes varient beaucoup, on utilise souvent le terme « trouble du spectre autistique » (TSA) pour parler d'autisme.

Le TSA apparaît tôt dans la vie d'un enfant et persiste tout au long de la vie adulte. L'autisme n'est pas une maladie à vaincre. Les personnes autistes ont chacun leurs propres forces et faiblesses. Certaines peuvent avoir besoin de plus de soutien et d'aide dans certains domaines que d'autres.

Il n'existe pas de test médical pour détecter les TSA. Ils sont diagnostiqués en se basant sur la présence d'une série de caractéristiques développementales et comportementales.

Quelles sont les causes des troubles du spectre autistique ?

Les causes de l'autisme sont encore largement inconnues. Elles ne sont pas encore clairement établies par la science. Nous savons cependant que ni les parents ni l'éducation de l'enfant n'en sont la cause, et qu'il n'existe vraisemblablement pas de cause unique. La recherche actuelle explore les causes possibles, notamment les facteurs génétiques et environnementaux.

SIGNES D'ALERTE DE L'AUTISME CHEZ L'ENFANT



Évite le contact visuel et
veut être seul



Ne répond pas à son nom/
ne peut pas dire
ce qu'il veut



Difficultés
d'endormissement/
sommeil perturbé



Langage retardé, perte
de mots acquis



Répétition de mots ou
de phrases à l'infini



Sélectivité
alimentaire

SIGNES D'ALERTE DE L'AUTISME CHEZ L'ENFANT



Maladresses motrices
et lenteur



Retard dans
l'autonomie : habillage,
toilette...



Apprentissages
scolaires complexes



Difficulté à rester
assis, au repas ou
à l'école



Difficulté à s'apaiser :
Colères/pleurs/hyperactivité



Marche sur la
pointe des pieds

SIGNES D'ALERTE DE L'AUTISME CHEZ L'ENFANT



Agite les mains,
balance le corps et
tourne en rond



Retard de motricité
globale/fine



S'énerve face à
des changements
mineurs



Ne sait pas utiliser les
jouets



A des intérêts
obsessionnels



Tsy mahatsapa ny
tandindon-doza

IDENTIFICATION ET REPERAGE DES TROUBLES DU SPECTRE AUTISTIQUE (TSA)

L'autisme est identifié par la présence des éléments suivants :

- **altérations qualitatives de la communication et des interactions sociales**
- **intérêts focalisés, comportements inadaptés pouvant être répétitifs, et particularités sensorielles**

—▶ **Retard ou fonctionnement atypique ayant débuté avant l'âge de 3 ans**

① **De la communication (déficience du langage pragmatique)**

- Absence ou retard du langage
- Peu de vocalisations, babillage absent ou inhabituel
- Incapacité à communiquer par la parole, le geste ou la mimique
- Capacité chez certains enfants à réciter l'intégralité des dialogues d'un film de Disney, mais impossibilité de dire leur nom ou de ressentir de la douleur
- Difficulté à imiter
- Absence de réponse face aux tentatives de communication d'autrui (regard, sourire, voix...)
- Difficulté à initier ou soutenir une conversation
- Utilisation des mains d'un adulte pour indiquer ses besoins
- Rigidité dans l'utilisation du langage (interprétation littérale, compréhension limitée ou particulière, écholalie)

2 Des interactions sociales

- Absence ou pauvreté de jeux
- Difficultés à entrer dans des jeux avec ses pairs
- Préférence pour l'isolement, la solitude
- Semble faire le sourd lorsqu'on s'adresse à lui
- Peu ou pas d'actes de communication interactifs,
- Pas d'intérêt pour les autres enfants, pas conscient des autres; regarde à travers les gens;
- Impression d'indifférence au monde extérieur
- Partage limité des intérêts et des émotions (manque de réciprocité)
- Difficulté à comprendre et à se servir des codes qui régissent les relations sociales.

3 Du comportement

Caractère restreint, répétitif et stéréotypé des comportements, des intérêts et des activités

- Auto ou hétéro-agressivité (automutilation : se cogner la tête, se mordre, s'arracher les cheveux...)
- Eclats de rire ou crises de larme sans raison apparente
- Rigidité comportementale et résistance aux changements

- Préoccupation persistante pour certains objets
- Activités répétitives, axées autour des intérêts spécifiques

4 Des particularités sensorielles et perceptives

- Mouvements inhabituels du corps (balancement, agitation des mains, ...)
- Manipulation étrange des objets (les faire tourner, les aligner, les flairer)
- Indifférence à la douleur/température
- Sensibilité accrue à certains sons ou textures
- Fascination pour les lumières ou les objets en mouvement (ex : objets qui tournent)
- Tendance à crier ou à hurler
- Difficultés à apprendre des tâches motrices comme monter ou descendre les escaliers
- A l'extrême opposé, comportement physiques intenses tels que les tourbillonnements, les tournoiements et les sauts.
- Maladresse, tendance à tomber
- Difficultés dans la manipulation d'objets nécessitant de la précision, comme les boutons ou les lacets.

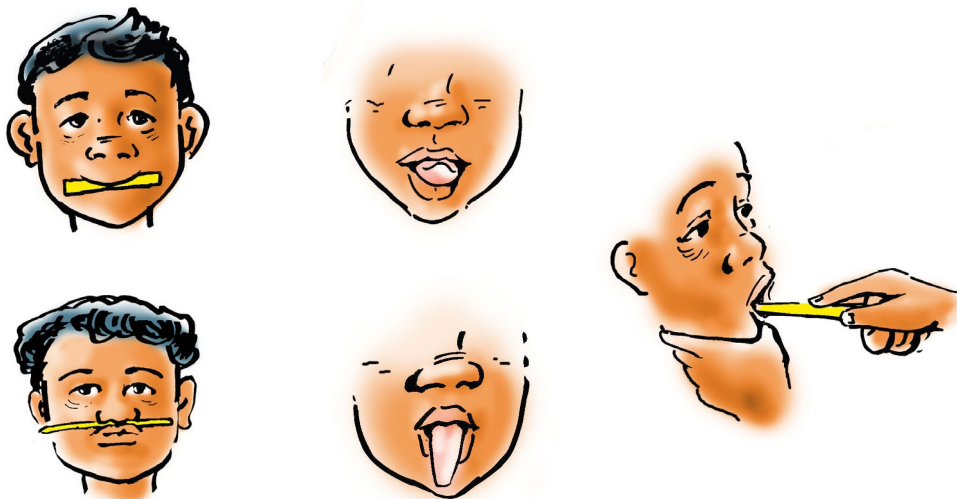
De ce fait, il est essentiel de prendre en compte ces particularités dans la prise en charge.

COMMENT ABORDER LES PROBLEMES DE COMMUNICATION DES PERSONNES AUTISTES ?

Communiquer c'est comprendre et se faire comprendre. Plus le degré de communication est faible, plus il y a de probabilités de voir émerger des comportements inadaptés.

Le prérequis du langage oral

- Commencer par des petits **jeux de bouche et de souffle** (concours de grimaces devant un miroir, faites **des bruitages** en cours de jeux (imitation de bruits d'animaux, de véhicules...), soufflez une bougie,...



- Présentez à l'enfant **des modèles de mots simples, accompagnés de gestes ou d'images**. Lorsque l'enfant répète le mot de manière déformée, **reformulez-le toujours** correctement pour qu'il intègre petit à petit le bon modèle.

Adapter notre manière de communiquer

- Répertorier le niveau de vocabulaire et d'expression de la personne.
- Ayez du plaisir ! Ayez un ton agréable et souriez beaucoup. Créer des situations motivantes et amusantes pour encourager la communication.
- Placez-vous bien **face à l'enfant, à sa hauteur**.
- Capter son attention en lui proposant des activités en accord avec ses intérêts (**le regard + l'écoute si possible**), lui dire d'écouter la consigne et ensuite lui répéter et reformuler si nécessaire.
- L'inciter à parler, à s'exprimer, à imiter : lui proposer des mots, montrer des visages (utiliser en abondance et avec exagération les expressions faciales)
- Parler lentement et clairement, en exagérant les intonations, le ton et le débit de votre voix.
- **Avoir un langage clair, concis, précis, concret, limité et répétitif**
- Proposer des phrases courtes ou phrase modèle : utiliser un vocabulaire qu'il connaît et accentuer ce qui est important.
- Minimiser les phrases abstraites
- Aider l'enfant à visualiser ce qu'on lui dit afin qu'il comprenne ce qui est attendu de lui et se comporte en conséquence.
- **Suscitez des demandes** en plaçant des objets ou des jouets hors de sa portée, qu'il devra réclamer.

- Simplifier au maximum les consignes verbales, et accompagnez-les d'images, de photos, de pictogrammes, d'objets, de mimiques ou de gestes pour soutenir la compréhension du langage oral.

- Utiliser le langage écrit dès que possible **pour compenser l'oral.**



- Poser des questions toujours très précises et s'assurer qu'elles soient comprises ;

→ **rendre possible les réponses avec un geste ou une image.** Lorsqu'il les utilise pour se faire comprendre, l'adulte doit toujours verbaliser sa demande.

→ lui faire des propositions de réponses

- Utiliser des images pour l'aider à visualiser une séquence d'évènements.

- Reprendre avec l'enfant les consignes et indications données à l'ensemble de la classe en lui expliquant bien qu'elles s'adressent aussi à lui.

- Encourager l'enfant à exprimer ce qu'il ressent, ses émotions et ses sentiments afin d'éviter la frustration ou l'expression de colère ou de mal être par une crise ou des gestes violents.

N'oubliez pas de féliciter l'enfant à chaque tentative d'expression de sa part !

À EVITER :

- **Le bain de langage :** éviter plusieurs conversations et plusieurs interlocuteurs dans un espace

- Les phrases ambiguës : « Non ! Viens ici »
- Les questions trop larges : « Est-ce que je peux avoir ton numéro de téléphone ? » Réponse : « oui », mais l'enfant ne le donne pas.
- Les expressions imagées : « Donne ta langue au chat ».



- Les double-sens, l'ironie, les jeux de mots, l'humour : « Bravo ! ». Quand l'enfant fait tomber quelque chose.
- Les formes négatives pour faciliter la compréhension : dire plutôt « Marche doucement » que « Ne cours pas ».

Des interventions orthophoniques

Une prise en charge précoce peut notamment inclure des séances d'**orthophonie**.

L'**orthophonie** s'avère nécessaire et très souvent recommandée pour faciliter l'**intégration sociale et scolaire** pour une personne TSA, qu'elle soit non verbale, peu verbale ou trop verbale.

Recourir au besoin à un outil de communication (PECS, Makaton, ABA ...)



Relie	Lis	Repasse
Compte	Ecoute	Regarde
Souligne	Découpe	Montre

LE PLUS CONCRET



Les objets réels,
les objets miniatures



Les photos



Les images



Les pictogrammes

« je veux
boire »

Les mots écrits

LE PLUS ABSTRAIT

Ne vous découragez pas et gardez votre cap : il faut beaucoup de répétitions.
Et surtout... amusez-vous !



COMMENT ABORDER LES PROBLEMES D'INTERACTION SOCIALE DES PERSONNES AUTISTES ?

L'interaction sociale est « une relation interpersonnelle entre deux individus au moins par laquelle les comportements de ces individus sont soumis à une influence réciproque, chaque individu modifiant son comportement en fonction des réactions de l'autre ». (Stébé, 2008 : XI).

Comme la communication est complexe pour les personnes autistes, les interactions sociales le sont d'autant plus. Elles sont régies par des règles invisibles ; c'est peut être pour cette raison que les personnes autistes évitent d'interagir avec une tierce personne.

Le problème de l'autisme n'est pas un manque de désir d'interagir et de communiquer, mais un manque de possibilité de le faire. En raison d'un manque de compétences sociales, les personnes autistes ne parviennent pas à contrôler leurs sentiments (joie, anxiété, colère, plaisir ...) d'une manière socialement acceptable.

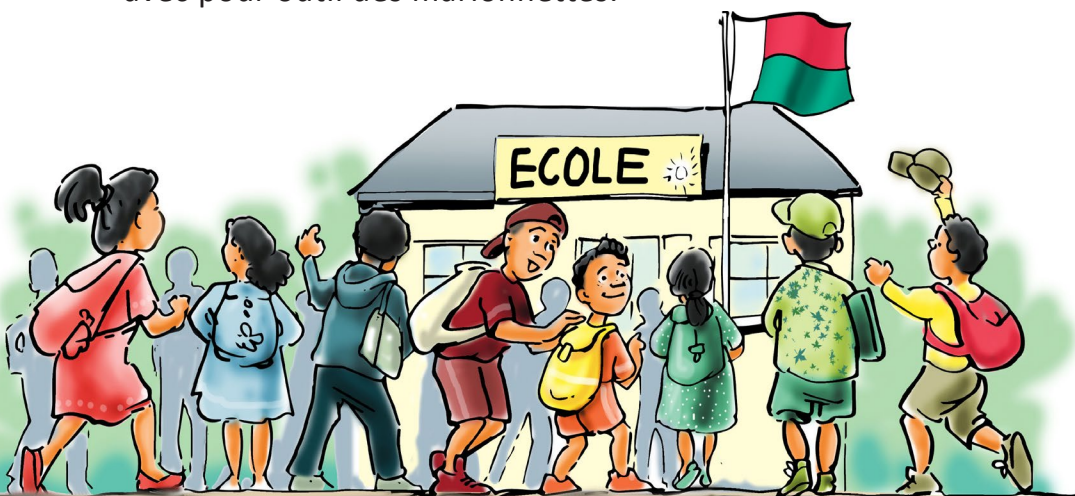
Ainsi, si les enfants avec autisme ne peuvent pas apprendre les habiletés sociales seuls, il incombe aux professionnels et aux parents qui entourent l'enfant de leur enseigner ces compétences. Il ne suffit pas que la personne autiste ait appris un ensemble d'habiletés sociales, encore faut-il qu'elle les utilise au bon endroit, au bon moment et avec la bonne personne. Elle doit également apprendre à s'adapter au contexte.

- La scolarisation quelle que soit la formule retenue : l'école représente un lieu propice d'apprentissages de toutes natures et d'interactions. Le processus éducatif dans son ensemble est utile

pour améliorer les compétences sociales. Le développement de la compréhension et de l'usage du langage, verbal et non verbal est essentiel pour une communication sociale active. Les sorties scolaires, les fêtes, les anniversaires et les jours de visite des parents ou autres visiteurs, offrent d'autres occasions d'encourager l'enfant à la participation et à l'interaction sociale.

- Développer les activités citoyennes, les habiletés socio-professionnelles et les activités socialisantes quels que soient les profils des personnes autistes accompagnées.

- **La méthode SAS (Sviluppo Abilità Sociali)** : il s'agit d'une approche visant le développement des habiletés sociales, avec pour outil des marionnettes.



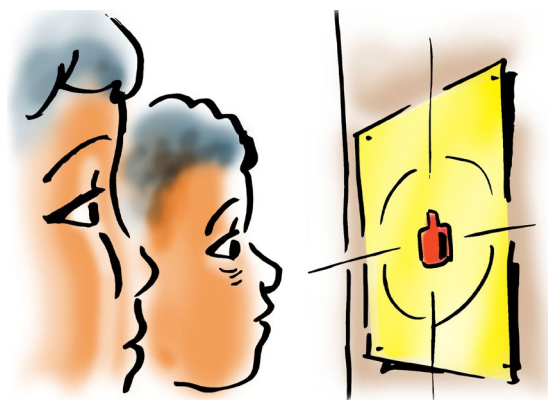
Les apprentissages se font à partir du niveau de développement de l'enfant. On doit avoir des attentes selon le niveau de développement dans les différentes habiletés et non de l'âge réel.

LE PRÉREQUIS DE COMPÉTENCES SOCIALES

1- Travailler la gestuelle (exercice individuelle ou en groupe)

- Imitation des mouvements de motricité globale (lever les bras...)
- Imitation des actions avec des objets (agiter un drapeau...)
- Imitation des mouvements de motricité fine (lever les pouces...)
- Imitation des mouvements de motricité orale (souffler...)
- Comptines gestuelles

2- Travailler le regard



► **Regarder une image, un objet :** Pointez une image ; si l'enfant ne semble pas regarder, tapotez l'image avec le doigt.

- Pointez l'objet aussi longtemps que nécessaire pour que l'enfant le regarde.

- Assurez-vous que le regard de l'enfant soit posé sur l'objet.

- Assurez-vous que le regard de l'enfant suive votre pointage (si l'objet se déplace ou si vous pointez plusieurs objets successivement).

- Incitez l'enfant à vous imiter.

- Nommez l'objet.

- Commencez par attirer l'attention de l'enfant sur des objets

proches, puis progressivement sur des objets plus éloignés.

- Variez les directions : montrez d'abord des objets en face de lui, puis à sa gauche, à sa droite, puis derrière lui.

- Soyez attentif aux intérêts de l'enfant : regardez ce qu'il vous montre et émerveillez-vous !

- Félicitez et encouragez l'enfant à tout moment.

► **Regarder une personne :**

- *on demande à l'enfant de décrire ce que fait l'adulte placé devant lui.

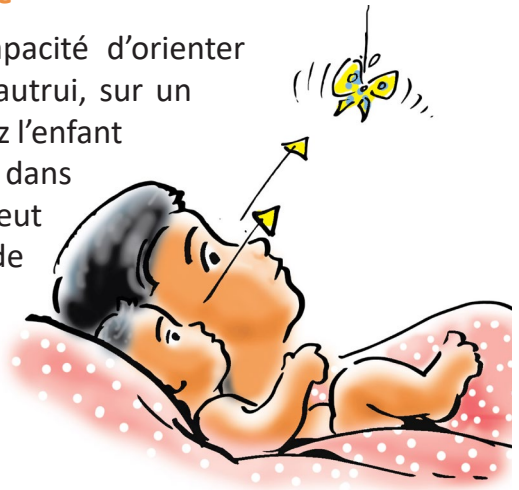
- *on demande à l'enfant de suivre des yeux le déplacement de l'adulte dans la pièce (doucement, puis plus vite, et en parlant même tout en se déplaçant).

3- Travailler l'attention conjointe

L'**attention conjointe** est la capacité d'orienter son attention ainsi que celle d'autrui, sur un objet commun. Elle apparaît chez l'enfant dès le 9^{ème} mois. Cependant, dans certains cas d'autisme, elle peut être absente et il convient alors de la travailler.

En réalité, **il n'existe pas de matériel spécifique** pour travailler l'attention conjointe et le pointage. **Ces compétences se développent dans le quotidien** et

c'est donc tout au long de la journée que l'on peut accompagner son enfant dans cette voie. **Partez de ce que votre enfant aime, et regardez autour de vous : une multitude d'objets, de situations, de personnes à montrer, à regarder, à décrire.**



L'idée étant toujours que l'enfant s'intéresse à la même chose que vous pour arriver au final à faire comme vous et à attirer votre attention pour vous signifier quelque chose (objet, émotion, ressenti, etc.).

Ex : - essayez de regarder ensemble un élément de l'image pointé par l'adulte.

- apprenez à l'enfant à tourner la tête vers la personne qui parle ou qui montre quelque chose.

- l'enfant doit jeter le ballon dans la direction indiquée par l'adulte.

4- Travailler la prosodie avec des jeux de rôle, des saynètes : tous les aspects de la parole, en particulier les faits d'accentuation lexicale, d'intonation, de mélodie et de rythme.



Ex : - Amusez-vous à produire de drôles de sons à tour de rôle.

- L'adulte fredonne une petite mélodie et l'enfant doit répéter

- L'enfant, après avoir écouté le cri d'un animal produit par l'adulte, doit le reproduire

- Produire un bruit avec sa bouche et demander à l'enfant d'imiter

- Compter avec de drôles de voix ...

5- Travailler l'écoute : Assurez-vous que l'enfant est attentif

- Alerter la personne : écoute, regarde

- Redire son prénom avant



l'annonce de la consigne

- En choisissant des consignes que vous pouvez lui demander d'exécuter au quotidien, vous lui offrez des occasions naturelles d'entretenir et de généraliser ses apprentissages (« assois-toi », « allume la lumière », « va chercher un mouchoir » ...)
- Ballon-prénom : un enfant lance un ballon en donnant le prénom d'un de ses camarades présents. Ce dernier doit venir attraper le ballon. C'est ensuite à lui de jouer.

6- Travailler la conversation : apprendre à répondre à des questions simples (réponses à apprendre par cœur au début), progressivement, les questions deviendront plus compliquées.

- Apprendre à répondre à des questions fermées : « quel âge as-tu ? »...
- Apprendre à répondre à des questions subjectives : « qu'est-ce que tu aimes manger ? »...



- Apprendre à répondre par oui ou par non : « aimes-tu jouer au foot ? »...
- Apprendre à répondre à des questions ouvertes : « qu'as-tu mangé au petit déjeuner ? » ...
- Apprendre à répondre à des questions de choix multiples : « est-ce un petit ou un grand chien ? »...

- Apprendre à répondre à des questions réciproques : « comment vas-tu ? » « bien, et toi, comment vas-tu ? »...
- Apprendre à répondre correctement à deux consignes.
- Apprendre à échanger des avis sur un sujet choisi.
- Apprendre à poser des questions.

7- Enseigner les émotions : joie, peur, tristesse et colère

Nommez vos émotions et celles de l'enfant

Nommez les émotions de votre enfant, les vôtres et celles des autres personnes en situation tout en accentuant votre **expression faciale**. « Tu es content. Tu vas manger du chocolat » ou « Tu es triste. Il n'y a plus de chocolat ». Associez toujours **un geste ou une mimique** à l'émotion pour donner un modèle à l'enfant.

Montrez à l'enfant les indices physiques et le contexte de l'émotion

Aidez l'enfant à **identifier les indices physiques** comme les larmes, les sourcils froncés, la forme de la bouche. **Associez des scènes** du quotidien qui illustrent le contexte de l'émotion. Cet exercice peut être transposé dans beaucoup de situations.

Utilisez des supports visuels

Pour entraîner l'enfant à reconnaître les émotions des autres, recherchez des illustrations dans des magazines ou des livres et **classez les images par émotion**. Pour l'aider à exprimer ses propres émotions, utilisez des cartes illustrées avec des **pictogrammes** ou des **smileys** qu'il pourra pointer en fonction de son humeur.

Imitez les émotions devant un miroir

Vous pouvez aussi vous amuser à **imiter** les émotions devant un **miroir**, toujours en verbalisant chaque émotion. Votre enfant pourra ainsi apprendre à mieux repérer les mimiques et les reproduire. Le travail sous forme de jeu fera qu'il sera d'autant plus attentif.

Favorisez les interactions avec les autres

Proposez à votre enfant **des situations de jeu, d'imitations de gestes ou de partage d'intérêts** avec d'autres personnes de votre entourage et d'autres enfants. Expliquez-leur les particularités de votre enfant afin qu'ils comprennent ses réactions.

Si certaines activités deviennent conflictuelles, aidez votre enfant à **décoder et à analyser la situation**. Expliquez-lui les actions, les émotions et les réactions qui ont mené à cette situation.

Abordez l'intensité des émotions

Une fois que l'enfant a bien identifié les émotions de base, vous pourrez **aborder leur intensité**. Utilisez un **baromètre des émotions**, toujours avec des smileys, pour illustrer différentes nuances allant de « un peu triste ou content » à « très triste ou content ».

Arrivez progressivement aux émotions complexes

Enfin, quand l'enfant connaîtra les expressions de base (joie, tristesse, colère, peur), vous pourrez travailler sur **les expressions plus complexes** comme la déception, la fierté ou la jalousie.

Objectif : Être capable de moduler et contrôler les émotions, également de les exprimer de manière socialement acceptable.

8- Travailler la capacité d'empathie, développer la théorie de l'esprit :

- Savoir comment répondre à des émotions dans certaines



TRISTE



EN COLÈRE



SURPRIS



AIMANT



APPRÉCIE



SEREIN



HEUREUX



A PEUR



MÉFIANT



TIMIDE



circonstances : si quelqu'un a froid, faim, mal, la personne saura quoi dire ou quoi faire. Il peut soit expliquer ce qu'il ferait, soit le montrer.

► Capacité de comprendre les états intérieurs par l'observation d'états extérieurs : lire les comportements et les expressions pour émettre des hypothèses sur ce que les gens pensent, ressentent ou envisagent.



Activités recommandées :

- Faire deviner une photo à l'élève.
- Jouer à deviner les émotions des autres, que ce soit en attendant votre assiette au restaurant ou en feuilletant des revues ou dans la cour d'école, toutes les occasions sont bonnes.

- Valoriser les jeux d'équipe sans perdants, les jeux de société, les jeux coopératifs et l'entraide par moment.
- Gratifier les enfants qui aident leurs pairs d'une manière qu'ils croient utile et réconfortante.
- Se déguiser en jouant.
- Faire des jeux de rôle.
- Reconnaître par le toucher un ou des objets cachés dans un sac ou une boîte.
- Mettre en pratique diverses situations sociales : Saisir les occasions du quotidien, favoriser la participation du jeune aux activités prévues dans tous les lieux de vie considérés, valoriser la théâtralisation de scénarios sociaux ...

Les scénarios sociaux : Un scénario social est une petite **séquence d'images** expliquant de façon claire et simplifiée un « **bon comportement** » que l'on souhaite voir apparaître ou renforcer chez un enfant.

9- Travailler les jeux symboliques /jeux de faire semblant

Commencer par des jeux utilisant des déguisements ou des objets réels en taille réduite. Puis apprendre à l'enfant qu'un objet peut jouer le rôle d'un autre objet.

Ex : - jouer avec un morceau de ficelle ; nous allons dire que c'est un serpent. Faites comme si la ficelle était un serpent en imitant ses mouvements et sons.

- Jouer à faire le petit train avec des chaises.
- Organiser un jeu de rôle avec des marionnettes.



Ne pas abandonner les adaptations mises en place sous prétexte que l'élève réussit. Ces adaptations ont souvent permis la réussite et les lui enlever revient à retirer la canne blanche à la personne aveugle sous prétexte qu'elle arrive assez bien à se déplacer en milieu « hostile ».

QUELLES ÉTAPES SUIVRE FACE À UN PROBLÈME DE COMPORTEMENT ?

Les comportements-défis sont définis comme « *des comportements culturellement anormaux d'une intensité, fréquence ou durée telle que la sécurité physique de la personne ou d'autrui est probablement mise sérieusement en danger ou des comportements qui limitent probablement ou empêchent l'accès aux services ordinaires de la communauté* ».

L'automutilation, l'agression d'autrui, la destruction d'objets, les comportements perturbateurs comme les fugues, les stéréotypies et la recherche permanente de nourriture, sont autant d'exemples de comportements-défis. Ces comportements posent problème à l'environnement, car ils créent une barrière aux apprentissages. C'est pour cette raison qu'ils sont appelés comportements « défis », car ils défient quiconque désire les changer.

Les troubles de comportements sont une conséquence et non une caractéristique de l'autisme.

ANALYSE DU COMPORTEMENT INAPPROPRIÉ

Pour résoudre un problème de comportement, la stratégie consiste à recueillir des éléments descriptifs du problème (décrire les antécédents, le comportement, les conséquences), puis à en faire l'analyse.

1- Antécédent :

- Que s'est-il passé avant l'apparition du comportement ?

- Y a-t-il eu un changement dans l'environnement, une modification de routine, une maladie, etc. ?
- L'élément déclencheur était-il immédiat ou survenu plus tôt ?
- Était-il évident ou subtil ?

2- Comportement :

- Les comportements ont besoin d'être définis de manière objective et spécifique afin de garder tout le monde sur la même voie
- Un comportement n'est jamais basé sur une opinion ou subjectif
- Un comportement doit être observable, mesurable, défini clairement

3- Conséquences :

- Que s'est-il passé après que le comportement soit survenu ?
- Le comportement a-t-il augmenté ou diminué à cause de ce qui s'est passé après ?
- La conséquence était-elle immédiate ou différée ?
- Évident ou subtile ?

4- Analyse fonctionnelle

4-1- Analyser : pour qui ce comportement est-il un problème ?

- Dangereux pour la personne
- Dangereux pour les autres

- Risque d'augmentation
- Interfère avec les apprentissages
- Limite les intégrations sociales

4-2- Quelle est sa fonction?

- Attirer l'attention
- Obtenir quelque chose/accéder à une activité
- Eviter une situation
- Combler un besoin sensoriel

5- Agir

Il est ensuite possible d'établir un ou des plans d'action et d'en vérifier leur efficacité. Il n'est pas toujours facile d'identifier le bon paramètre à modifier avant ou après le comportement à problème afin de l'éliminer. Mais en procédant par élimination, il est possible de trouver la cause du problème.

Les méthodes de contraintes physiques ne doivent être utilisées qu'à partir du moment où tous les autres moyens ont été épuisés et lorsque la situation présente un potentiel danger pour l'enfant ou les personnes de son entourage.

COMMENT ABORDER LES SPECIFICITES SENSORIELLES ET PERCEPTIVES DES PERSONNES AUTISTES ?

1 - Les systèmes sensoriels

Le trouble du traitement des informations sensorielles peut toucher toutes les modalités sensorielles. Les systèmes sensoriels les plus connus sont :

- la vision 
- l'audition 
- le toucher 
- l'olfaction 
- la gustation. 

D'autres modalités moins connues sont toutes aussi importantes à prendre en compte :

- **le système vestibulaire**  est le sens de l'équilibre qui fournit des informations sur la position de la tête et sur les déplacements dans l'espace.
- **le système proprioceptif**  ou sensibilité profonde renseigne sur l'état et la position du corps grâce à des récepteurs localisés dans la musculature profonde, les articulations et les tendons.
- la **nociception**  et la **thermoception**  sont respectivement les sens de la douleur et de la température.

Particularité sensorielle : l'information sensorielle est sentie mais perçue de façon anormale, traitée par le cerveau d'une manière inhabituelle.

Les plus fréquentes sont l'hypersensibilité et l'hyposensibilité.

2 - Hypersensibilité

Sensibilité plus élevée que la moyenne.

De façon un peu caricaturale, la personne a besoin que la stimulation soit plus faible pour apporter une réponse adaptée. Cela peut se caractériser par des gênes pour la lumière, même faible; une difficulté à supporter les bruits; une grande sélectivité alimentaire; un besoin d'adopter des positions particulières.



3 - Hyposensibilité/Recherche de sensation

Sensibilité plus faible que la moyenne.

La personne aurait besoin que la stimulation soit plus élevée, plus franche pour apporter une réponse adaptée. Cela peut se caractériser par la recherche d'odeurs fortes, la répétition des cris, une faible sensibilité à la douleur...

Un Intérêt marqué, envahissant pour certaines expériences sensorielles : une fascination pour un objet qui tourne.

Quel que soit le type de sensibilité (hypo/hyper), cette déficience de perception sensorielle entraîne des comportements inadaptés chez la personne avec autisme.

3.1 - Désensibilisation de l'hypersensibilité

- Proposer un casque antibruit, des bouchons d'oreilles, ou un casque audio avec de la musique calme pour masquer les bruits.
- Habituer progressivement votre enfant à certains bruits. Lorsqu'il

joue tranquillement à la maison, diffuser le bruit d'une cour d'école par exemple. Cette étape favorisera une désensibilisation progressive.

- Couper les étiquettes des vêtements, éviter d'acheter des tee-shirts avec des images cousues dessus où l'on sent la couture à l'intérieur du tee-shirt.
- Privilégier des vêtements amples et souples.
- Distraire l'enfant lors de la coupe des cheveux (*regarder une vidéo avec des écouteurs*). Utiliser plutôt des ciseaux si le bruit de la tondeuse le dérange.
- Proposer progressivement différentes textures à toucher (*bac de riz avec objets à retrouver dedans, cuisiner, jeux avec du sable, ...*).
- Légères percussions poings fermés sur le dos, jeu de pressions plus ou moins fortes (sur les mains...).
- Privilégier des câlins avec une pression importante plutôt qu'un effleurement. Pour les bisous, préférez coller votre joue contre celle de l'enfant ou veuillez à réaliser un bisou sec.
- Proposer des lunettes de soleil, casquette.
- Tamiser les lumières à la maison (mettre un paravent).
- En voiture, couvrir la fenêtre de l'enfant et éviter la lecture et écrans.
- Préférer les escaliers par rapport à l'ascenseur ou l'escalator.
- En douceur, lui proposer, sous forme de jeu, de se balancer légèrement dans différentes directions ou sur un gros ballon (*ne pas aller plus loin que ce que l'enfant tolère*).
- Utiliser des détergents ou des shampooings inodores.
- Eviter de se parfumer.
- Faire en sorte que l'environnement ait le moins d'odeur possible.
- Proposer un mouchoir/foulard avec une odeur qu'il apprécie et qu'il peut sentir pour masquer l'odeur non appréciée.

3.2 - Hyperstimulation pour l'hyposensibilité et recherche de stimulations :

3.2.1- Stimulations auditives

- Se placer face à l'enfant, le toucher et dire son prénom quand on l'appelle.
- Imiter les bruits d'animaux, de différents moyens de transport.
- Utiliser un jeu de bingo sonore; l'enfant entend un son et doit l'identifier.
- Rythmes de tambours : on sort les tambours et les enfants se déplacent au rythme de ceux-ci.
- Proposer des jeux musicaux, une boîte où on met des objets (ex : haricots secs, billes...)
- Sortir des boîtes de conserve, des cuillères de bois, des tambours et des baguettes pour faire de la musique.
- Provenance du son : l'enfant ferme ses yeux et doit trouver la provenance du son.

3.2.2- Stimulations tactiles



- Proposer de manipuler des fidgets, pâte à modeler, bac avec du riz/sable, balle anti-stress...
- Pour augmenter sa réactivité, le stimuler avec une brosse.
- Proposer un gilet ou une couverture lestée (adapté à l'âge et le poids de la personne)
- Entourer l'enfant dans une couverture et la serrer autour de son corps.
- Jouer à faire des tartes : utiliser un rouleau à pâtisserie et le faire rouler sur le corps de l'enfant couché au sol.
- Remplir un bac de riz et y cacher des objets. Les enfants ferment les yeux, plongent les mains dans le bac et tentent de retrouver les objets.



- C'est l'été... sortir les pinceaux et de l'eau. Laisser l'enfant peindre sur son corps avec l'eau.
- Étendre de la crème à raser dans un miroir et faire des dessins avec les doigts.
- Froisser, chiffonner et lancer des feuilles de papier.
- Faire des massages à l'enfant avec vos mains ou des balles : **d'abord sur le dos, puis les épaules et les bras, ainsi que sur le crâne.**

3.2.3- Stimulations visuelles

- Faire des grimaces devant un miroir et utiliser les crayons de maquillage.
- Faire des bulles : l'enfant suit les bulles des yeux et tente de les attraper.



- Utiliser une lampe de poche : déplacer la source lumineuse au sol et sur les murs et demander à l'enfant tente de l'attraper.

- Des bouteilles brillantes : remplir une bouteille d'eau avec des paillettes, l'agiter et regarder les paillettes tourner dans la bouteille.

- Faire rouler des balles au sol. L'enfant doit tenter de les attraper.



- Se placer face à face et lancer un ballon à hauteur des yeux.

3.2.4- Stimulations vestibulaires

- Proposer un coussin d'air de positionnement ou une bande élastique sur les pieds du bureau.

- Permettre à l'enfant de se « défouler » avant et après un travail.

- Utiliser un gros ballon : inviter l'enfant à s'y coucher sur le ventre et faire rouler le ballon.

- Placer l'enfant sur une couverture. Tirer la couverture pour promener l'enfant.

- Faire des culbutes, des roulades, des sauts sur un trampoline.

- Utiliser les balançoires du parc. Placer l'enfant sur le ventre et lui demander d'étirer les bras vers l'avant et les jambes en arrière.

Puis, le faire basculer.

- Coucher l'enfant sur une planche à roulettes. Promener l'enfant en poussant sur ses jambes.
- Coucher l'enfant au sol et lui demander de se déplacer en roulant sur lui-même.

3.2.5- Stimulations proprioceptives

- Jouer à la brouette. L'enfant avance sur les mains pendant qu'un adulte tient ses jambes.
- Lors des déplacements, imiter la démarche de divers animaux (ours, chenille, crabe, etc.).
- Transporter des objets lourds (bacs de jouets, livres, sacs de sable, etc...).
- Pratiquer des compressions et tractions des articulations.
- Faire du sport (natation, marche rapide, saut à la corde, etc...).

3.2.6- Stimulations olfactives

- Travailler la reconnaissance des odeurs avec des choses du quotidien, le loto des odeurs.
- Utiliser des produits à forte odeur pour distraire la personne des stimuli odorants inappropriés (tels que les excréments).
- Créer des habitudes et des routines pour l'hygiène quotidienne.

3.2.7- Stimulations gustatives

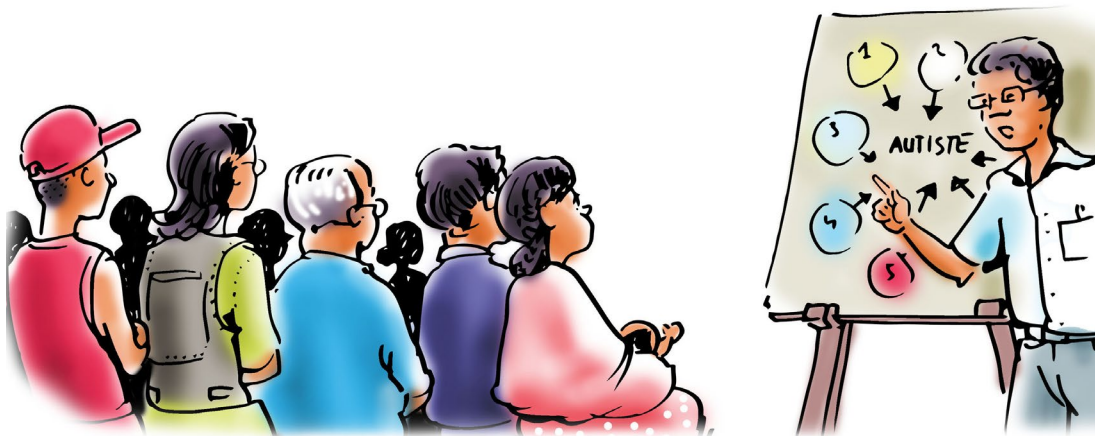
- Proposer un collier ou un embout de mastication ou des aliments à croquer (ex : carottes) ou à mâche (chewing-gum).
- Organiser des ateliers de « goûtage » (en explorant les quatre saveurs de base et différentes textures.)

Il en existe probablement plusieurs autres. L'important à retenir est que ces diverses activités devraient faire partie de votre programmation. Elles permettent à l'enfant de travailler ses sens. Le fait d'offrir aux personnes autistes diverses activités comble leurs besoins sensoriels et diminue ainsi nos interventions en ce qui concerne les comportements négatifs.

Expérimentez, faites confiance à votre instinct et n'hésitez pas à faire appel à des professionnels.

Le soutien nécessaire aux personnes autistes varie d'un individu à l'autre et peut évoluer avec le temps. Il est important de soutenir ces personnes tout au long de leur vie, afin de maximiser leur potentiel et de minimiser les obstacles, favorisant ainsi leur inclusion dans l'éducation, le travail et la société.

LES DIFFÉRENTES INTERVENTIONS ÉDUCATIVES, PÉDAGOGIQUES ET THÉRAPEUTIQUES PROPOSÉES DANS L'AUTISME



1. Programme « TEACCH » : désigne un programme d'intervention globale fondé sur l'observation initiale des compétences de la personne, l'utilisation de ses centres d'intérêts et de ses motivations naturelles afin de lui permettre de développer ses capacités de communication, d'interactions sociales et d'adaptation à l'environnement. Il est caractérisé par l'implication des parents ou d'un proche lorsque cela est possible, l'utilisation des capacités émergentes comme premier objectif d'enseignement du programme individualisé, et un environnement d'apprentissage structuré.

2. Les interventions fondées sur l'Analyse Appliquée du Comportement (Applied Behavior Analysis, ABA)

L'ABA se fonde sur la réduction des comportements inappropriés, l'augmentation de la communication, des apprentissages et des comportements sociaux appropriés.

Les principes de cette méthode ont pour but l'amélioration des comportements sociaux et de développer de nouvelles compétences en analysant :

- Les conditions, ou le contexte dans lesquelles ce comportement apparaît : ce sont **les antécédents** à ce comportement, ce qui le précède.
- Ce qu'il se passe juste après : ce sont **les conséquences** du comportement

Ce programme utilise des techniques d'interventions comportementales intensives sous l'angle temporel. Ainsi, l'enseignement (effectué en relation duelle) proposé aux enfants dès leur deuxième ou troisième année, dure 7 heures par jour (40 heures par semaine), pendant un minimum de 2 ans. Avant de s'engager dans ce programme, un essai de 3 mois est préconisé. Cet essai est borné par deux évaluations réalisées à l'aide de l'Early Learning Mesure. L'intervention a, dans un premier temps, lieu à domicile avant de s'élargir progressivement à d'autres milieux (écoles, hôpitaux...). Tous les parents suivent un entraînement afin de faire partie intégrante de l'équipe thérapeutique.

3. Le programme dit de « Denver » : (s'adresse à des enfants de 2 à 6 ans)

Il est centré sur le développement de la cognition et, en particulier, de la fonction symbolique et de la communication à travers l'apprentissage de gestes, de signes et de mots. Il a pour but de susciter le développement d'un apprentissage en amenant l'enfant à interagir avec l'intervenant par l'intermédiaire du jeu et en privilégiant ses centres d'intérêt.

4. Le PECS (Picture Exchange Communication System) est un système de communication par échange d'images

Il permet aux personnes ayant une incapacité à la parole de pouvoir communiquer d'une manière fonctionnelle et autonome. C'est un moyen de communication augmentative (qui complète un langage oral existant mais insuffisamment fonctionnel, élaboré et/ou intelligible) ou alternative (qui se substitue à un langage oral tout à fait absent). En pratique, on apprend aux personnes à choisir une image qui représente une activité, une personne ou un objet désiré. On leur apprend à présenter l'image au partenaire de communication et à obtenir le résultat souhaité. La personne dispose d'un classeur de communication avec des images qui lui servent à s'exprimer. Ce système se généralise par le biais de l'utilisation du classeur dans tous ses lieux de vie.

5. Le TED (thérapie d'échange et de développement) : Thérapie de rééducation fonctionnelle, elle se fonde sur l'interaction ludique entre l'enfant et le thérapeute pour travailler sur les capacités d'attention, d'intention, de contact, de communication... Elle est recommandée avant 4 ans, c'est-à-dire à un âge où la très grande plasticité neuronale favorise la rééducation des fonctions cérébrales.

6. Le Makaton est un Programme d'Aide à la Communication et au Langage, constitué d'un vocabulaire fonctionnel combinant parole et visuels (les signes et/ou les pictogrammes).

Les signes et les pictogrammes illustrent l'ensemble des concepts. Ils offrent une représentation visuelle du langage, qui améliore la compréhension et facilite l'expression.

La diversité des concepts permet rapidement de favoriser les échanges, en accédant à l'ensemble des fonctions de la communication : dénommer, formuler une demande ou un refus, décrire, exprimer un sentiment, commenter...

En complément de ces méthodes globales, des **interventions personnalisées plus spécifiques** peuvent être proposées pour renforcer l'efficacité de l'accompagnement.

Par exemple :

- Des séances d'orthophonie pour améliorer la communication et le langage;
- Suivi d'un psychologue pour travailler sur les aspects cognitifs;
- Accompagnement par un psychomotricien ou un ergothérapeute pour le développement sensoriel moteur;
- Jeux de rôle, groupes de parole ou psychothérapies individuelles pour la gestion des émotions...
- Médiation par les animaux
- Musicothérapie
- Balnéothérapie
- Activité sportive
- Planification scolaire par l'élaboration d'un plan d'enseignement individualisé (PEI)

Vous avez certainement aussi entendu parler d'autres méthodes qui ne sont pas encore évaluées ou sont en cours d'évaluation

Exemple :

- **Le modèle Saccade**
- **Programme SonRise**
- **Le PACT (Pre-schoolAutism Communication Trial) ou "thérapie de communication pour les enfants avec autisme d'âge pré-scolaire"**
- **La méthode PROMPT (Restructuring Oral Muscular-PhoneticTargets)**
- **La méthode Floortime**
- **Communication Améliorée et Alternative (CAA) : a pour objectif de favoriser le langage oral par la superposition de**

plusieurs canaux de communication (gestuel, symbolique, écrit).

- Méthode des 3i
- Modèle SCERTS

Les caractéristiques des interventions

Il n'existe pas une forme d'accompagnement unique qui convienne à tous. Les méthodes d'intervention ne feront pas disparaître les TSA, mais elles peuvent en réduire certaines manifestations, contribuer à développer les compétences, améliorer la qualité de vie et favoriser les interactions sociales. Ces interventions doivent être :

- **Précoces** : les interventions doivent commencer le plus tôt possible afin de favoriser le développement et les apprentissages de l'enfant et de réduire le risque de sur-handicap. Pour cela, un diagnostic précoce de TSA est nécessaire.
- **Personnalisées et intensives** : définies en fonction de l'évaluation initiale et continue du développement afin de correspondre aux besoins et aux contraintes de la personne.
- **Coordonnées** : afin de promouvoir la généralisation et le transfert des acquis. Pour cela, toutes les personnes gravitant autour de la personne concernée (professionnels, famille, proches...) doivent être écoutées et mobilisées.
- **Sécurisées** : mises en œuvre par une équipe formée et régulièrement supervisées.
- **Structurées** : au regard de différents paramètres tels que l'espace, le temps, l'environnement (planning, frise chronologique, début d'activité sonore...).

Les interventions peuvent avoir lieu en groupe ou en individuel, avec des pairs atteints d'autisme ou non. Elles peuvent se combiner.

CONSEILS POUR L'ENSEIGNANT

- Observer l'enfant et identifier ses besoins.
- Créer un lien positif : Le pairing (le but premier ne doit pas être un apprentissage mais bien la construction de la relation de confiance).
- Mettre de l'enthousiasme dans votre voix.
- Formuler et reformuler la situation pour lui.
- Choisir du matériel intéressant, fonctionnel et dont l'enfant raffole.
- Choisir des renforçateurs naturels et variés.
- S'assurer de sa compréhension.
- Opter pour des programmes variés (langage, jeux, domaine social, autonomie ...).
- Valoriser ses réussites.
- Donner des repères.
- Pour certains élèves, il est parfois nécessaire aussi de se recentrer sur la posture (bras croisés, pieds au sol, dos bien adossé, corps proche de la table...), d'autres ont besoin de bouger.

Apporter une guidance pendant la réalisation de l'activité. Cette aide doit progressivement s'estomper en fonction des capacités de l'élève :

- **Visuelle** : donner des indices visuels pour permettre à l'élève d'effectuer l'acte de façon autonome en utilisant des photographies ou des pictogrammes.
- **Verbale** : expliquer par des phrases courtes et précises ce qu'il doit faire. Donner une seule consigne à la fois. « Ouvre le robinet », « mouille tes mains », « prends du savon », ect ...

- **Physique** : prendre les mains de l'enfant et lui faire faire le geste attendu; Si l'enfant montre des résistances au contact, il est préférable de privilégier des impulsions physiques plutôt qu'une guidance physique complète.
- **Par modelage** : faire la démonstration de l'action souhaitée pour que l'enfant imite. Exemple : lui montrer comment serrer la main d'une personne qu'on lui présente.
- **Guidance gestuelle** : effectuer une action motrice pour donner un indice sur ce que l'enfant doit faire en attirant son attention vers l'objet de la consigne (montrer du doigt, toucher un objet).
- **Guidance environnementale** : aménager l'environnement pour faciliter la réalisation de l'activité (Mettre à disposition uniquement le matériel nécessaire), placer l'objet que l'enfant doit choisir en position avantageuse par rapport à lui (quand vous demandez à l'enfant de montrer l'objet rouge, placez celui-ci plus près de l'enfant que ceux d'autres couleurs).

QUELQUES CONSEILS POUR LES PARENTS

Pour le trouble du sommeil

- installer des conditions favorables à un sommeil efficace : chambre calme, sombre, à température ambiante adaptée,
- Éliminer tous les facteurs qui entravent un bon sommeil : grasse matinée, durée de la sieste, nombre et composition des repas
- prendre des habitudes quotidiennes : activité physique, temps passé à l'extérieur, dernier repas léger etc...
- Établir un rituel du coucher : donner un bain apaisement, horaire

fixe pour aller au lit, mettre un pyjama, se brosser les dents, lire une histoire, écouter de la musique douce ...

Pour gérer efficacement les crises, réduire le stress

Les outils mentionnés plus haut vous permettront d'intervenir en prévention et d'éviter plusieurs crises.

- Préparez l'enfant à l'avance à se confronter à une situation inconnue : verbalisez et illustrez la situation nouvelle en utilisant des photos/images.
- Assurez-vous de couper tous les stimuli autour de votre enfant, y compris votre voix. Ne pas intervenir verbalement aidera grandement votre enfant à se calmer.
- Restez près de lui pour s'assurer qu'il ne se blesse pas.
- Favorisez le retrait dans un endroit calme et sécuritaire plutôt que les contacts physiques, qui aggraveront l'état de crise de votre enfant.
- Si vous désirez communiquer avec votre enfant, utilisez des moyens visuels pour le faire. Par exemple, présentez-lui l'inventaire visuel de ses stratégies d'autorégulation pour proposer des techniques de relaxation.

Pour prévenir les fugues ou les errances

Certaines personnes autistes ont tendance à fuguer ou à errer, tout en étant peu conscientes des dangers. Elles peuvent également réagir de façon excessive face à des personnes et des situations nouvelles, et céder à la panique.

- Avant toute chose, **informer et sensibiliser l'entourage** de l'enfant afin qu'il fasse preuve de la plus grande vigilance quant

au risque de fugue

- Veillez à **sécuriser les accès** vers l'extérieur (portes, portails fermés à clé en permanence, clé à ne pas laisser sur la serrure, etc.)
- Mieux comprendre et **anticiper les comportements à risque** pour optimiser **la sécurité et le bien-être** des personnes avec autisme
- Pour faciliter les recherches, utilisez des étiquettes thermo-collantes ou à coudre, avec un prénom et un numéro de téléphone sur tous les vêtements de votre enfant.
- Utilisation d'appareils de géolocalisation : **balise GPS (est-ce dispo à Mada ?)**

Pour apprendre la propreté

L'apprentissage de la propreté chez un enfant autiste peut nécessiter une approche personnalisée et beaucoup de patience. Voici quelques astuces qui peuvent vous être utiles :

Comprendre les besoins de votre enfant

- **Observer ses habitudes** : Notez quand votre enfant a tendance à faire ses besoins pour établir un rythme.
- **Identifier ses signaux** : Certains enfants peuvent manifester des signes avant d'aller aux toilettes (grimaces, agitations...).
- **Tenir compte de ses intérêts** : Utilisez ses jeux préférés ou des récompenses qu'il apprécie pour le motiver.

Mettre en place un environnement propice

- **Rendre les toilettes attrayantes** : Décorez les toilettes avec des éléments qui plaisent à votre enfant (posters, jouets...).
- **Faciliter l'accès** : Assurez-vous que les toilettes sont

facilement accessibles et qu'il n'y a pas d'obstacles.

- **Utiliser des visuels** : Des images ou des pictogrammes peuvent aider votre enfant à comprendre les différentes étapes.

Structurer l'apprentissage

- **Établir une routine** : Fixez des moments réguliers pour aller aux toilettes (après les repas, avant le coucher...).
- **Mettre en place un planning régulier pour le « pipi » comme pour le « caca »** : même si l'enfant ne montre pas de signes d'envie. Cela peut aider à instaurer une habitude.
- **Emmener votre enfant régulièrement aux toilettes** : par exemple, réglez une minuterie qui sonnera chaque heure. Lorsque la minuterie sonne, vous vous rendez aux toilettes avec l'enfant.
- **Respectez des horaires fixes à intervalles précis** : par exemple, si votre enfant est capable de se retenir de faire pipi au moins une heure, fixez vous comme départ un intervalle d'une heure entre chaque passage aux toilettes. Si votre enfant fait « caca » 15mn après le repas, un passage aux toilettes à ce moment là est essentiel. Basez vous le plus souvent sur le rythme de votre enfant.
- **Être patient et cohérent** : L'apprentissage de la propreté prend du temps et des régressions peuvent se produire. Restez toujours positif et calme.

Techniques spécifiques

- **Renforcement positif** : Récompensez chaque succès, même les plus petits. Des félicitations sincères, des câlins, des activités préférées peuvent être utilisés comme récompenses immédiates.
- Lorsque votre enfant comprend et réalise (ou tente de réaliser)

la consigne conformément à son planning de propreté, il est important de le féliciter par un bravo ou de le laisser accéder à quelques chose qu'il apprécie tout particulièrement.

- De façon régulière (tous les ¼ d'heure, toutes les ½ heure) faites constater à votre enfant qu'il n'a pas fait « pipi » ou « caca » dans sa couche ou ses vêtements et de la même manière félicitez le.
- **Jeu de rôle** : Simulez des situations d'aller aux toilettes avec des poupées ou des peluches.
- **Démonstration** : Montrez à l'enfant comment s'asseoir sur les toilettes, comment tirer la chasse, se laver les mains.
- **Généralisation** : Favoriser la généralisation des compétences acquises dans différents environnements.

Procédure en cas d'accident

- Rester neutre et calme
- Le faire aider au nettoyage en restant neutre (neutre + peu d'attention, peu d'interaction et peu de contact)

Attention : - certains enfants apprécient le fait de nettoyer, dans ce cas ne le faites pas participer au nettoyage, cela aurait un effet inverse et encouragerait les « accidents ».

- certains enfants peuvent utiliser le fait de faire « pipi » ou « caca » sur eux comme moyen d'attirer votre attention pour maîtriser votre présence auprès d'eux.

Développer la demande pour aller aux toilettes

- Laissez à votre enfant la possibilité de montrer son envie d'aller aux toilettes, par exemple : attendez qu'il dandine ou dites-lui d'« aller aux toilettes » ou montrez lui le picto « aller

aux toilettes » « faire pipi ou caca » ou faites lui le signe.

- Félicitez le immédiatement lorsqu'il amorce la réponse ou répond complètement à la question. Accompagnez le aux toilettes.

La sélectivité alimentaire

Comprendre et s'adapter aux besoins spécifiques

- **Identifier les causes** : Comprendre si les difficultés sont liées à des textures, des goûts, des odeurs, de l'anxiété ou d'autres facteurs est essentiel pour adapter l'approche.
- **Créer un environnement rassurant** : Un environnement calme, sans distractions, avec des visuels clairs peut aider à réduire l'anxiété liée aux repas.
- **Atmosphère détendue** : Créer un environnement calme et agréable pendant les repas.
- **Présentation des aliments** : La manière de présenter les aliments peut influencer leur acceptation.
- **Horaires réguliers** : Manger à des heures fixes peut aider à réguler l'appétit.
- **Utiliser des outils visuels** : Des images, des pictogrammes ou des cartes de menu peuvent aider à comprendre ce qui est servi et à anticiper les repas.
- **Préférences gustatives** : Les personnes autistes peuvent avoir des préférences alimentaires très spécifiques.
- **Compléments alimentaires** : Si nécessaire, des compléments alimentaires peuvent être prescrits pour assurer un apport nutritionnel suffisant.

Introduire de nouveaux aliments progressivement

- **Petites quantités** : Commencez par de très petites quantités d'un nouvel aliment, associées à un aliment connu et apprécié.
- **Food chaining** : Modifiez progressivement un aliment connu pour en introduire un nouveau (par exemple, en changeant la couleur ou la forme).
- **Jeu culinaire** : Impliquez la personne dans la préparation des repas pour la rendre plus curieuse et ouverte aux nouveaux goûts.

Renforcer les comportements positifs

- **Système de récompense** : Récompenser les tentatives de goûter de nouveaux aliments, même si ce n'est que pour une petite quantité
- **Célébrer les réussites** : Même les plus petites victoires doivent être félicitées pour renforcer la confiance.
- **Modelage** : Montrer l'exemple en mangeant les aliments à introduire.
- **Jeu de rôle** : Simuler des situations de repas avec des jouets pour rendre l'expérience plus familière.

Travailler sur les aspects sensoriels

- **Explorer les textures** : Proposez des aliments de différentes textures pour habituer les papilles à de nouvelles sensations (lisse, croquante, molle).
- **Jouer avec la nourriture** : Des activités ludiques comme la cuisine peuvent aider à réduire l'anxiété, à dédramatiser les aliments et à rendre les repas plus agréables.

- **Utiliser des ustensiles adaptés** : Certains couverts peuvent être plus agréables en bouche.

Autres conseils

- **Être patient et persévérant** : L'amélioration de la sélectivité alimentaire demande du temps et de la patience.
- **Rester positif** : Un environnement positif favorise l'ouverture aux nouvelles expériences.
- **Collaboration** : Impliquer toute la famille dans le processus.
- **Flexibilité** : Adaptez vos stratégies en fonction des réactions de la personne.

Collaborer avec les professionnels

- **Orthophoniste** : Peut aider à travailler sur la déglutition et les troubles sensoriels oraux.
- **Ergothérapeute** : Peut proposer des stratégies pour améliorer la coordination et la manipulation des aliments.
- **Nutritionniste** : Peut élaborer un plan alimentaire équilibré adapté aux besoins spécifiques.

Vie affective et sexualité

Il est important de rappeler que chaque personne est unique et que les besoins en matière de sexualité peuvent varier considérablement d'un individu à l'autre. L'accompagnement doit être adapté à chaque situation (selon le niveau de maturité de la personne), doit être présenté de façon visuelle et concrète et doit toujours être basé sur le respect et la bienveillance.

Dès la préadolescence, les interventions sont primordiales afin

qu'une fois adultes, les individus avec autisme entretiennent des relations interpersonnelles (et sexuelles) plus satisfaisantes.

Comprendre les spécificités

- **Chaque personne est unique** : Il est important de ne pas généraliser et de considérer chaque individu avec ses particularités.
- **Les difficultés peuvent varier** : Les difficultés rencontrées peuvent concerner la compréhension des émotions, l'interprétation des signaux sociaux, la communication des désirs, etc.
- **Les besoins évoluent avec l'âge** : Les besoins et les attentes en matière de sexualité évoluent tout au long de la vie.

Favoriser une communication ouverte et respectueuse

- **Créer un espace de confiance** : Il est essentiel de créer un environnement où la personne se sent à l'aise pour poser des questions et exprimer ses doutes.
- **Utiliser un langage clair et simple** : Évitez les termes trop techniques ou abstraits et utilisez des exemples concrets.
- **Adapter le langage au niveau de compréhension** : Le langage utilisé doit être adapté à l'âge et aux capacités cognitives de la personne.
- **Valider les émotions** : Il est important de reconnaître et de valider les émotions de la personne, même si elles semblent différentes de celles que l'on pourrait attendre.

Développer les compétences sociales

- **Enseigner les codes sociaux** : Expliquer les règles de vie en

société, les comportements appropriés et les situations délicates.

- **Travailler sur la communication non verbale** : Pratiquer le langage du corps, les expressions faciales et la tonalité de la voix.
- **Favoriser les interactions sociales** : Organiser des activités en groupe pour développer les compétences relationnelles.

Respecter l'intimité et l'autonomie

- **Consentir** : Le consentement est essentiel dans toute relation sexuelle. Il est important de s'assurer que la personne comprend ce qu'est le consentement et qu'elle est capable de le donner librement.
- **Protéger** : Informer sur les méthodes de contraception et les maladies sexuellement transmissibles.
- **Soutenir les choix** : Accompagner la personne dans ses choix, tout en lui permettant de prendre ses propres décisions.

Offrir un soutien adapté

- **Associations spécialisées** : Des associations proposent des informations et des services adaptés aux personnes autistes et à leur entourage.
- **Groupes de soutien** : Participer à des groupes de soutien peut permettre d'échanger avec d'autres personnes confrontées aux mêmes difficultés.
- **Ressources éducatives** : Des ouvrages et des articles scientifiques traitent spécifiquement de la sexualité et de l'autisme.
- **Professionnels de santé** : Psychologues, sexologues, médecins peuvent apporter un soutien personnalisé.



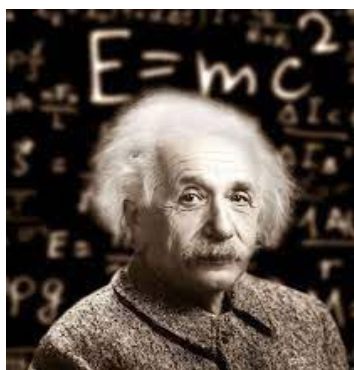
LES PERSONNALITES CONNUES VIVANT AVEC L'AUTISME



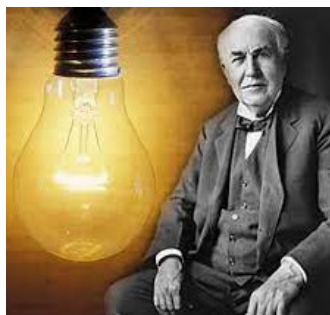
Le musicien Wolfgang Amadeus Mozart



La chercheuse Marie Curie, deux fois Prix Nobel



Les physiciens Isaac Newton et Albert Einstein



Thomas Edison (pionnier de l'électricité)



Le peintre Vincent Van Gogh

LES PERSONNALITES CONNUES VIVANT AVEC L'AUTISME



Josef Schovanek, diplômé en Sciences politique et Docteur en Philosophie. A publié le livre « je suis à l'Est ! Savant et autiste. Un témoignage unique, aux éditions Plon – France en 2012.



Stephen Wiltshire, surnommé «The Human Camera» (l'appareil photo humain), est capable de reproduire par le dessin des vues observées pendant seulement quelques minutes. Il est célèbre pour ses reproductions de villes entières.



Bill Gates, le créateur de Microsoft.



Mark Zuckerberg, le créateur de Facebook.

Le réalisateur Woody Allen.

