Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

FORMATION DES AIDANTS

Formation 2 : L'autisme au quotidien

Jour 2

Mettre en place des outils pratiques pour le quotidien

Qui sommes-nous ?

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Personne témoin	Formateur
Sylvie DEVEZE	Céline DUME

Et maintenant, à vous !

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

A votre tour de vous présenter : vous avez 1 min chrono !

✓Vos prénom et nom

✓Votre relation avec la personne autiste de votre famille ou de votre entourage (papa, maman, grands-parents, etc.)

✓Le prénom et l'âge de la personne autiste

✓Le diagnostic de la personne autiste (si vous voulez !)

✓Une chose que vous aimez dans l'autisme

Le programme de la journée

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

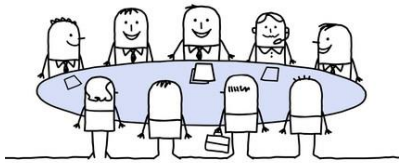
9h30 à 10h : Présentations

Première partie :
Quel outil pour quelle situation ?
Les préalables à réfléchir

12h30 à 13h30 : Déjeuner et temps d'échanges

Seconde partie : Place à la pratique !

17h30 : Fin de journée

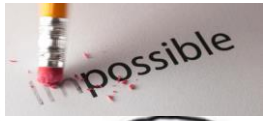


Pour passer une journée agréable tous ensemble

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

- **Etre présent**

- **Etre honnête avec soi même**
  - –Reconnaitre ses ressources et ses difficultés pour les dépasser



- **Etre ouvert et curieux**
  - – Si vous avez déjà ses connaissances:
    - A quelle fréquence je les utilise?
    - Dans quelle mesure je les applique au mieux au quotidien?

- **Avoir l'esprit d'équipe:**

  - –Ne pas se juger
  - –On apprend du formateur, du parent témoin et de tous les participants

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

- **Maître du temps**

- **Secrétaire**

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Première partie :
Quel outil pour quelle situation ?
Les préalables à réfléchir

- Pourquoi mettre en place des outils ?
- La structuration de l'espace, du temps, des activités
- Le choix de l'outil
- Obtenir la coopération de la personne

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

POURQUOI METTRE EN PLACE DES OUTILS ?

DANS QUELS DOMAINES?

Pourquoi utiliser des outils ?

Les particularités de la communication

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Au niveau expressif:

-**Absence d'acquisition du langage**

ou

-**Utilisation particulière du langage :**

Echolalie immédiate et/ou différée (répéter des mots ou des phrases)

Confusion des pronoms personnels

Stéréotypies verbales

Utilisation personnelle

Langage non utilisé pour communiquer avec l'autre

Les particularités de la communication

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Au niveau réceptif

-Difficultés à donner du sens au langage

-Difficultés à comprendre les concepts abstraits

-Compréhension littérale, difficulté à comprendre le langage figuré et l'implicite

-Difficulté à donner du sens aux gestes et mimiques accompagnant le langage

Ex : Temple GRANDIN (1994)* :

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

"…le bruit était une source permanente de problèmes. C'était comme si la roulette d'un dentiste avait touché un de mes nerfs(…). Dans une pièce bruyante je n'arrive pas à comprendre ce qui se dit car je ne filtre pas le bruit de fond".

"J'ai un système auditif qui fonctionne comme un amplificateur au maximum de sa puissance. J'ai deux choix: je poursuis l'écoute et me laisse envahir par un déluge de sons, ou je me coupe de la source de sons".

Améliorer la communication réceptive

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Pour permettre à la personne de mieux comprendre , comment agir ?

- **Adapter notre langage**
- **Adapter l'environnement**

Adapter notre langage

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

- **Ne pas supposer que la personne autiste comprend tout**
- **Simplifier les énoncés verbaux :**
  - ✓ Consignes courtes
  - ✓ Mots concrets, familiers
  - ✓ Eviter le langage imagé
  - ✓ Utiliser la bonne chronologie
  - ✓ Utiliser les même mots en cas de répétition
  - ✓ Limiter le verbal en situation d'apprentissage d'une autre compétence
  - ✓ Formuler de préférence en termes positifs

Adapter notre langage

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

- **Adapter la vitesse de parole : éviter de parler trop vite**
- **Attirer l'attention de la personne, s'assurer de son écoute**
- **Fournir des indices supplémentaires si nécessaire (geste, pointage, intonation)**
- **Etre cohérent dans le langage verbal et non verbal**

➡ **Utiliser des outils visuels même pour les personnes verbales = un message visuel est durable alors qu'un flux de parole est volatile !**

- Permet de vérifier l'information et de mieux la mémoriser
- Permet d'organiser la pensée

Adapter l'environnement

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

- **Clarifier le temps**
- **Clarifier l'espace**
- **Clarifier les activités**
- **Permettre de visualiser les consignes**

Permet d'améliorer les repères, comprendre le monde extérieur, comprendre ce qui va se passer, comprendre ce que l'autre attend…

Comment ?

En créant des environnements visuels structurés :

✓ Qui permettent à la personne de construire du sens sans (nécessairement) passer par les mots ;

✓ Et qui réduisent les sources de stress, d'anxiété et de frustration

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

LA STRUCTURATION DE L'ESPACE

Comment un manque de repérage dans l'espace se manifeste t-il ?

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

- Dépendance lors des déplacements
- Déambulation
- Désorganisation dans la réalisation des tâches
- Confusion de la personne dans un espace utilisé pour plusieurs actions

Comment structurer l’espace?

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

https://www.youtube.com/watch?v=2LLQ7BtLngI

Structuration de l'espace

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

➡ Organiser l'environnement pour permettre de diminuer les consignes verbales

Objectifs :

- Mieux s'orienter dans l'espace
- Favoriser l'autonomie dans les déplacements
- Diminuer les sources de distraction lors des apprentissages

Agencement de l'environnement physique :

- ✓ Créer différents espaces dont les limites sont visuellement bien définies
- ✓ Ajouter des repères visuels pour clarifier la fonction des espaces
- ✓ Ajouter des repères visuels pour le rangement des objets
- ✓ Organiser des espaces « épurés » afin de limiter les distracteurs en situation de travail

Exemple d'aménagement pour limiter les distractions pendant le temps de travail à la table :

CRAIF

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Exemple d'aménagement pour clarifier les activités attendues :

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

- ✓ Je suis dans mon espace de travail : je dois terminer mon encastrement
- ✓ Je suis en activité de loisirs : je peux arrêter mon encastrement

Exemples de pictogrammes sur les portes pour indiquer la fonction de la pièce :

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Exemple de structuration de l'espace pour mettre en place une activité sportive : le roller

CRAIF
re de Ressources Autisme
Ile-de-France

Visualiser un parcours au sol avec un scotch de couleur

Parcours avec indices visuels

Zone de freinage

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

En fonction des besoins :

Pictogrammes sur les armoires pour indiquer où sont rangés les objets

Photographie de la personne pour lui indiquer où s'assoir, son porte-manteau, etc.

Utilisation d'un cerceau ou d'une chaise pour indiquer où attendre son tour

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

LA STRUCTURATION DU TEMPS

Comment un manque de repérage dans le temps se manifeste t-il?

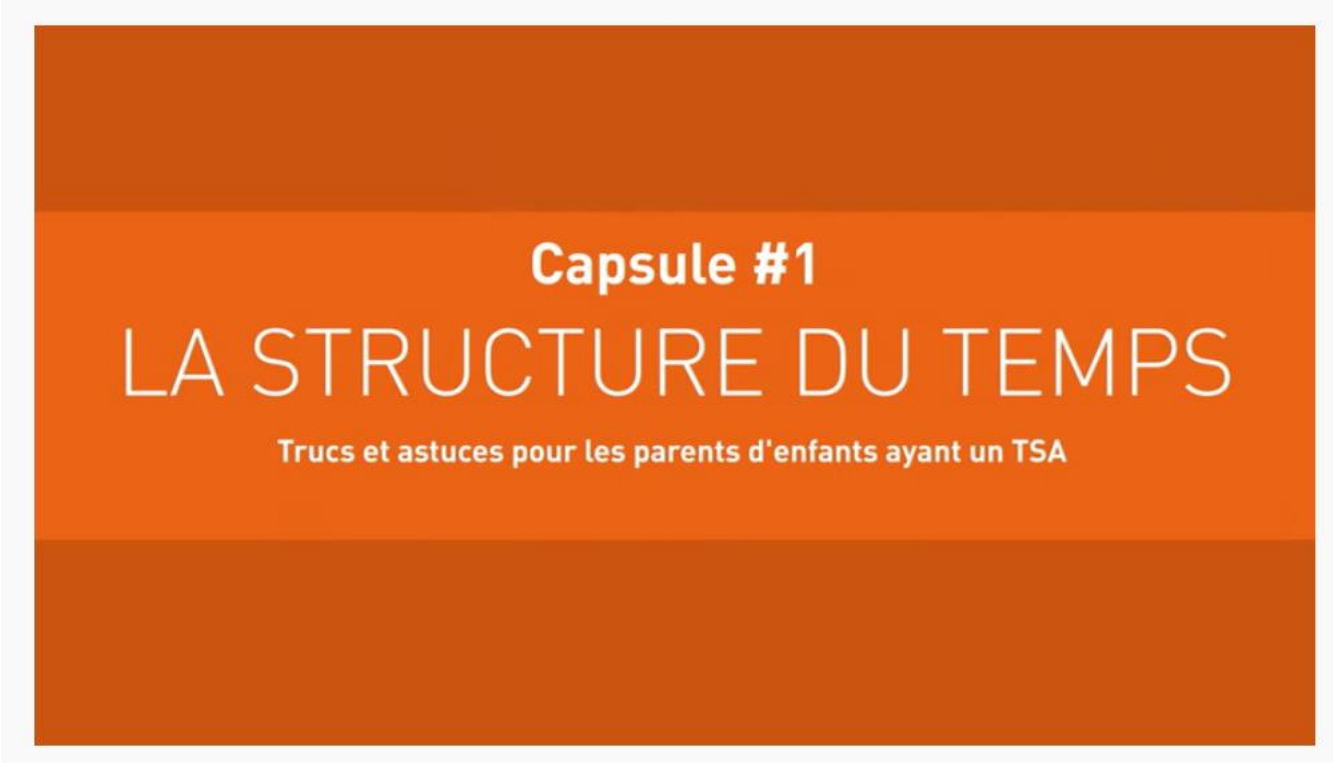
Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

- Recherche d'information continuelle
- Rigidité, inflexibilité des routines (recherche de prévisibilité)
- Passivité
- Dépendance à la personne référente
- Difficultés à arrêter une activité
- Difficultés durant les transitions

Comment structurer le temps?

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

https://www.youtube.com/watch?v=GeRQXUHMNTo



Clarifier, structurer le temps

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Organiser le temps pour aider la personne à :

- Mieux comprendre l'ordre des événements, des activités, des différents moments de la journée

- Mieux comprendre et accepter le changement

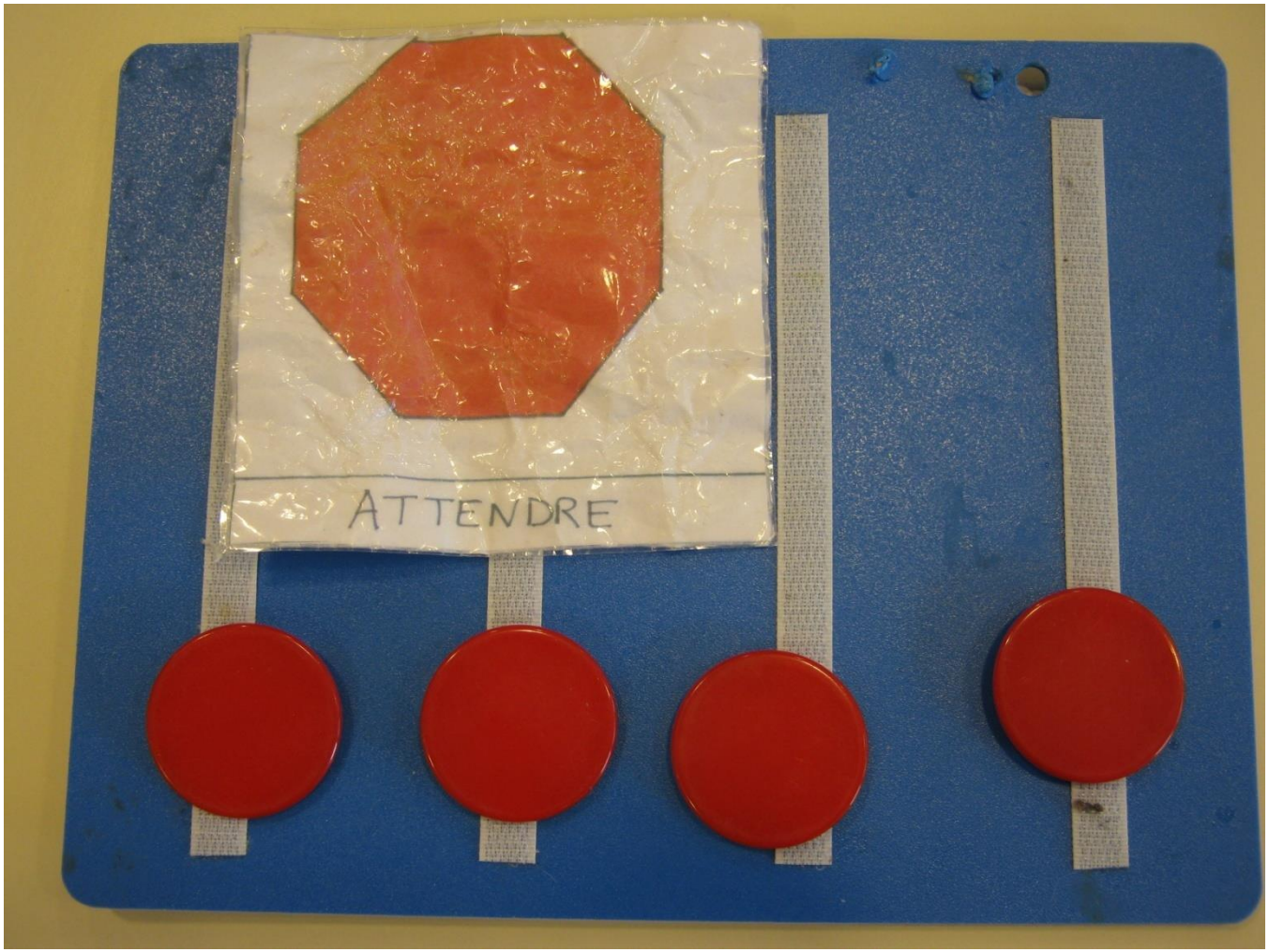
Outils de visualisation de la durée

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Concrétiser le déroulement du temps permet à la personne de comprendre la durée et ainsi d'anticiper la fin d'une séquence.

Outil de structuration du temps : jetons d'attente

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France



Emplois du temps

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

- ✓ **Le principe : utiliser des signaux visuels concrets (supports écrits, pictogrammes ou objets) qui indiquent à la personne :**
  - Ce qu'elle va faire
  - Où elle doit aller
  - L'ordre des activités
  - Ce qui se passe après

- ✓ **Cela permet de :**
  - Rassurer
  - Rendre compréhensible la séquence et le déroulement
  - Rendre plus autonome
  - Rendre plus flexible

- ✓ **Individualiser l'emploi du temps :**
  - Quel type d'emploi du temps , quels supports visuels utiliser ?
  - Où sera-t-il localisé ?
  - Comment la personne sera-t-elle incitée à consulter son emploi du temps ?
  - Quelle longueur ?
  - Quelle manipulation ?

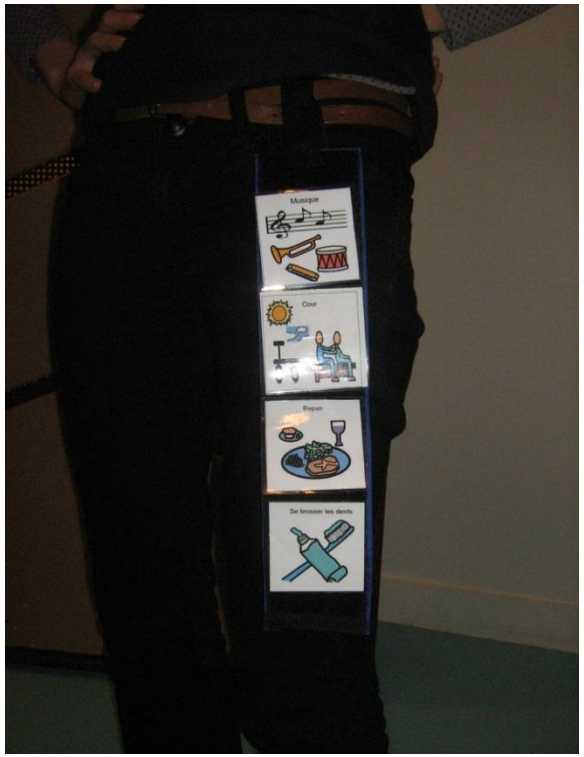
Exemple d’emploi du temps avec objets :

Exemple d'emploi du temps avec des pictogrammes :

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Exemple d’emploi du temps portatif :

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France



Emplois du temps : aller plus loin

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Travailler la flexibilité

- Changer l'ordre des pictogrammes
- Barrer un pictogramme pour signifier le changement
- Carte « imprévu »
- Carte « attendre »

Intégrer des intérêts

- Récompenses
- Jeux
- Récréation / Temps de pause

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

LA STRUCTURATION DES ACTIVITES

Structurer les activités

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Développer des systèmes de « travail » afin de rendre la personne la plus autonome possible : « les séquentiels »

Dans la préparation d'une activité, séquence de travail, toujours pouvoir répondre aux questions suivantes :

- ✓ Comment la personne sait-elle ce qu'elle doit faire ?
- ✓ Comment sait-elle la quantité de travail ?
- ✓ Comment sait-elle qu'elle a fini ?
- ✓ Que se passe-t-il après ?

Structurer les activités

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Les outils visuels permettront à la personne de comprendre ce qu'elle doit faire de manière autonome.

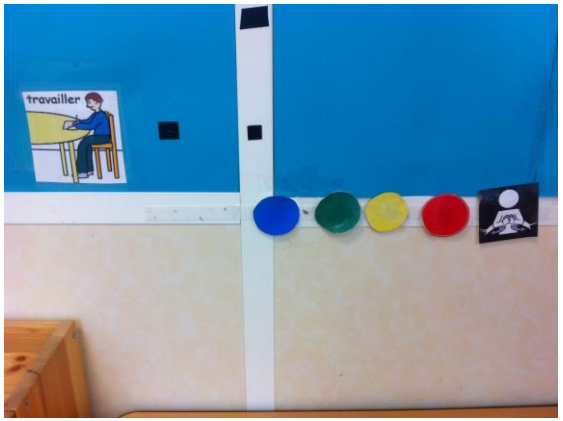
On peut :

- ✓ Définir un objectif visuel
- ✓ Donner des instructions visuelles (silhouettes, images, modèles …)
- ✓ Organiser la tâche visuellement (plateaux, boîtes)
- ✓ Clarifier visuellement (souligner, codes couleurs, numéroter, images séquentielles …)

Exemple de structuration d'une activité :

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Les couleurs indiquent l'ordre dans lequel les activités doivent être réalisées



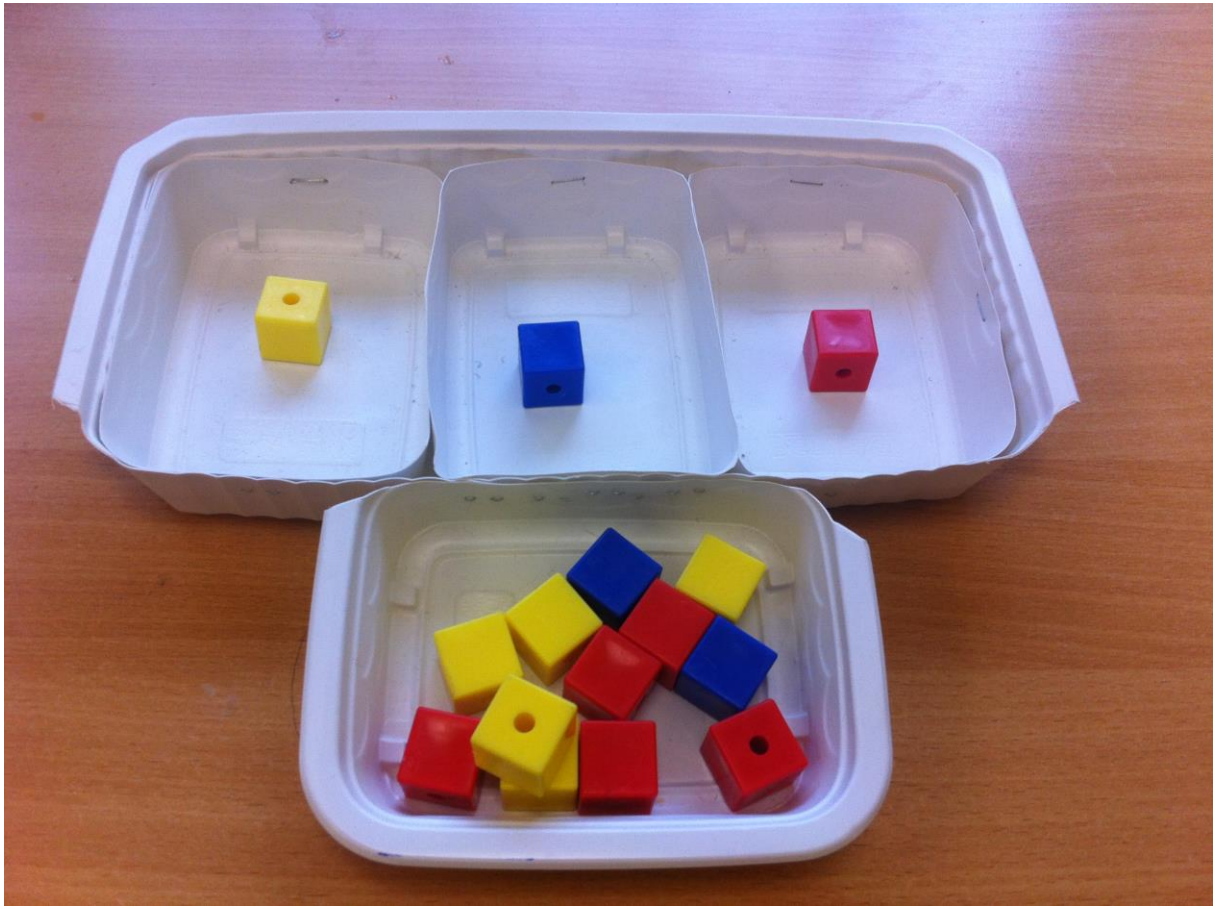
Elles peuvent servir à la personne à indiquer l'état d'avancement de son activité

Exemple de tâches/activités structurées :

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France



Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Exemple de structuration d'une séquence de jeu : Jeux de société – Clarification du tour de rôle

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

La boîte avec les pions est passée d'un joueur à l'autre pour expliciter le tour de rôle.

La perle indique le tour de rôle. Elle est déplacée par le joueur une fois qu'il a joué.

Utiliser des séquentiels pour favoriser l'autonomie

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Beaucoup de tâches du quotidien sont complexes et nécessitent une coordination de nombreuses étapes.

Il faut donc décomposer les tâches et utiliser des outils visuels pendant l'apprentissage.

Il se peut que la personne avec autisme ait besoin à vie de ses schémas visuels pour favoriser son autonomie.

L’autonomie personnelle

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Exemple de séquentiel pour le lavage des mains

L’autonomie personnelle

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Exemples de séquentiels pour s’habiller

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Exemple de séquentiel pour se brosser les dents

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Saisir la brosse à dents

Mouiller la brosse

Enlever le capuchon du tube

Étaler le dentifrice sur la brosse

Brosser la rangée de dents du bas

Brosser la rangée de dents du haut

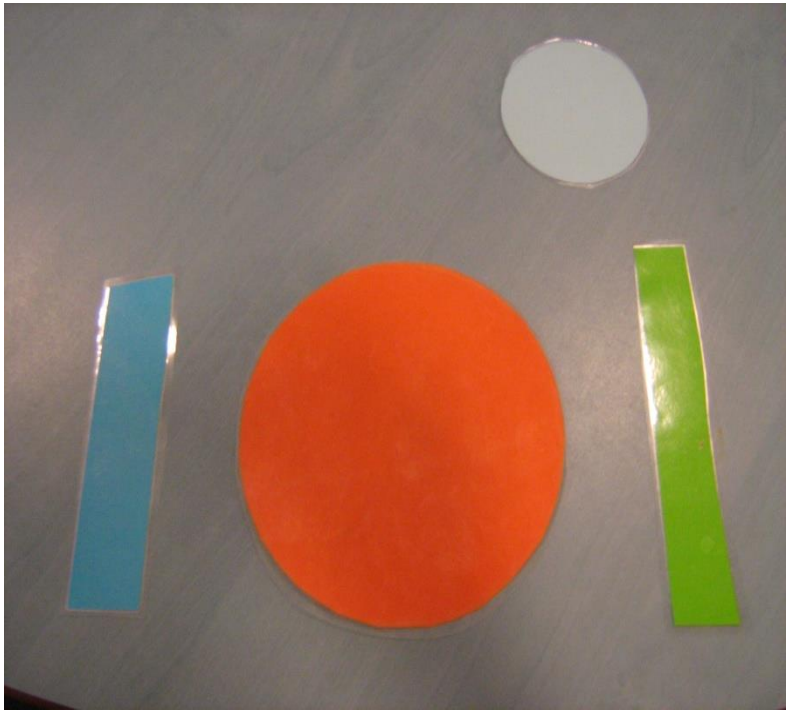
Exemple : aller aux toilettes

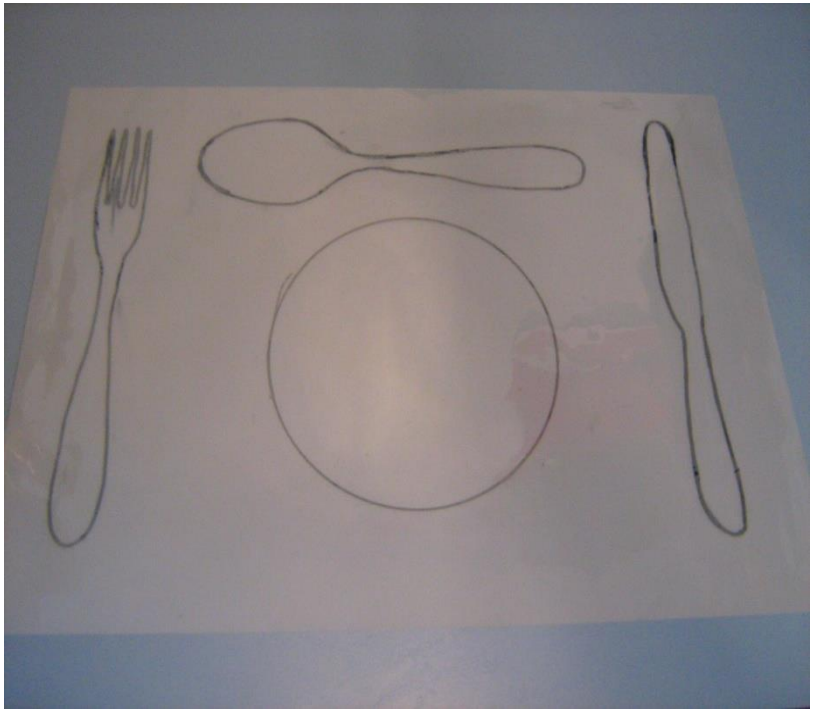
Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

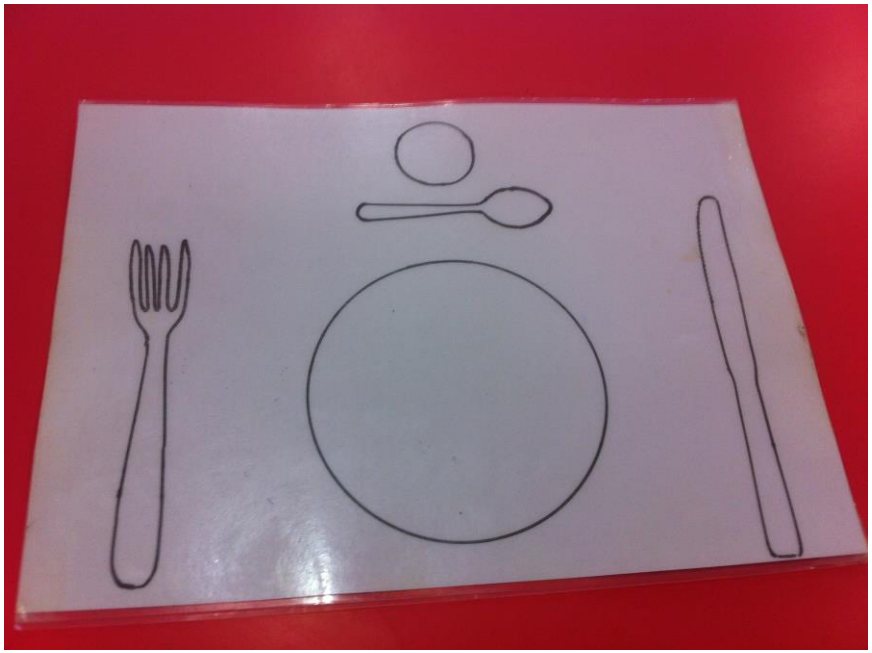
L’autonomie domestique

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Exemples d’aides visuelles pour mettre la table







CRAIF

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Exemples d'aides visuelles pour ranger

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

L’autonomie domestique

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Exemple : visualiser les séquences de l’action « éplucher des navets »

Exemple : décomposition d'une recette

Recette de la quiche

Ingrédients

4 œufs

4 tranches de jambon

150 grammes de gruyère râpé

25 cl de crème fraîche liquide

1 pâte

Prendre un saladier, prendre un fouet.

Casser les œufs et mélanger.

Ajouter la crème fraiche et le gruyère râpé. Bien mélanger.

Aller chercher une planche.

Couper les tranches de jambon en petits morceaux.

Aller chercher un moule.

Ouvrir la pâte et l'étaler dans le moule.

Mettre le jambon sur la pâte.

Verser le mélange du saladier.

Mettre au four 30 minutes à 180°

Le gâteau au chocolat

Ingrédients :

3 œufs

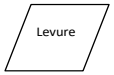
2 Yaourts

1 verre de sucre en poudre

4 verres de farine

1 verre d'huile

1 verre de chocolat



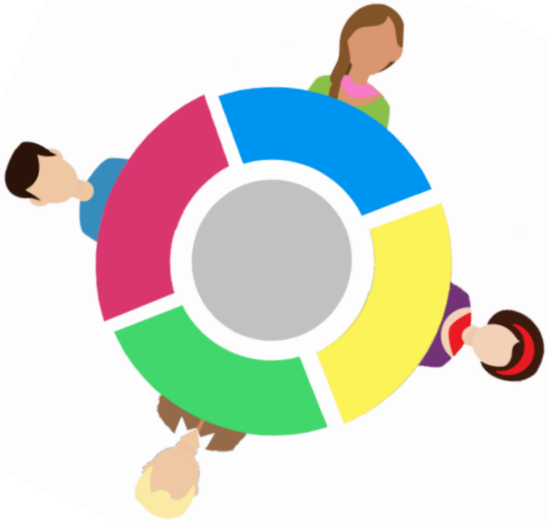
1 sachet de levure

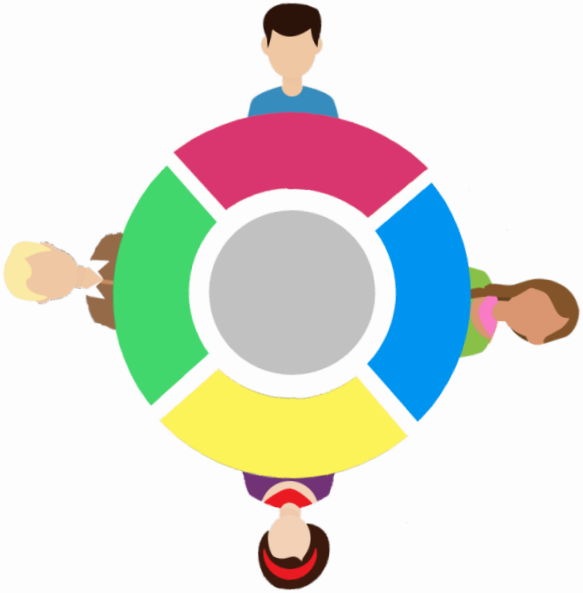
Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

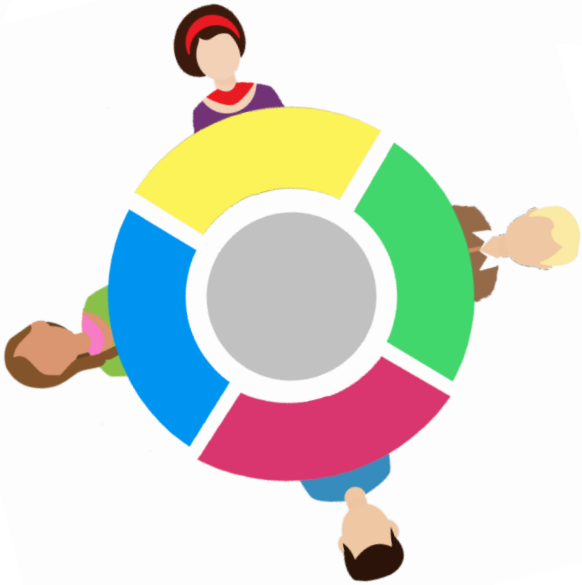
Exemple : faire du jus d'orange

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Expérimentation :
L'intérêt de la structuration







Le choix de l'outil

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Comment choisir l'outil que l'on va mettre en place ?

- **Définir des objectifs pour choisir un outil adapté**

↓

- **Individualiser l'outil par rapport niveau de compréhension de l'enfant/adulte TSA**

Définir des objectifs puis des outils

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

- Dans quels domaines peut-on réfléchir à des objectifs ?
  - ✓ Communication
  - ✓ Structuration du temps et de l'espace
  - ✓ Activités de loisirs
  - ✓ Activités d'autonomie
  - ✓ Activités relationnelles
  - ✓ Etc.

- Prioriser les objectifs

⬇

Choix d'un outil adapté à l'objectif retenu

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Individualiser l'outil en fonction du niveau de compréhension de la personne

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Qu’est-ce qu’un « bon » outil?

- Évaluer
- Simple
- Clair
- Exploitable dans l’immédiat
- Fonctionnel
- Adapté à la personne
- Sans trop de détails
- Disponible à tous moments / moment opportun
- Flexible et évolutif

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Les questions à se poser pour mettre en place un outil auprès d'une personne avec un TSA

- Comment perçoit-elle?
- Que comprend-elle?

Comment le mettre en place?

- Permettre à la personne d'être acteur / outil
- Obtenir sa coopération

Procédure pour mettre en place un outil:

- ✓ **Evaluer**
- ✓ **Tester**
- ✓ **Adapter**
- ✓ **Individualiser**
- ✓ **Pratiquer**
- ✓ **Réajuster**

La mise en place d'un outil n'est jamais simple :

CRAIF
Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

- Nécessite du temps
- De l'apprentissage
- De l'entrainement
- De l'adaptation
- Demande beaucoup de travail et d'investissement de la part de la personne, du parent et de l'entourage
- Motivation, valorisation, coopération
- Généralisation

Elle peut être bénéfique, si elle est bien préparée et réfléchie !

Obtenir la coopération de la personne

Pourquoi est-ce important ?

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Sans coopération, il est inutile de commencer un apprentissage

Il est primordial de rechercher les motivations de la personne.

C'est une fois que son intérêt sera présent qu'il sera possible de la solliciter

Obtenir la coopération de la personne

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Comment faire ?

- ✓ Identifier les centres d'intérêt

- ✓ Noter régulièrement toutes les stimulations possiblement agréables : objets stimulant les sens (lumineux, massage, musique etc.), sport ou sortie extérieure, livre, objet à collectionner, jeux seul ou en duo, activité manuelle, artistique, etc.

- ✓ D'une manière générale, se demander « A quel moment mon enfant est-il calme et serein/ concentré ? ». Identifier les activités pendant lesquelles il n'y a pas de troubles du comportement

- ✓ A noter : avec certaine personnes, il est plus difficile de déceler des signes de plaisir. Nous pouvons donc nous baser sur des comportements objectifs : on peut estimer que le fait de regarder un objet de façon prolongée ou de le prendre en main est un bon indicateur d'intérêt. Même s'il ne sourit pas ou ne verbalise pas.

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Ne pas utiliser de façon répétée et systématique l'activité renforçatrice, en présumant qu'elle le sera toujours.

Si la personne ne montre plus de motivation pour une activité, c'est qu'elle s'en est désintéressée ! Les centres d'intérêts changent, et peuvent fluctuer d'un jour sur l'autre, voire d'une heure à l'autre ! Tout comme pour nous …

Obtenir la coopération de la personne

Donner du sens

Au-delà des outils, il faut constamment se poser la question suivante : « *Est-ce que je suis certain que la personne comprend :*

- *Où elle est ?*
- *Ce qu'on attend d'elle dans cet espace ?*
- *Durant l'activité :*
  - *ce qu'elle a à faire ?*
  - *la durée de l'activité ?*
  - *quand l'activité prendra fin ?*
- *Ce qui se passera après l'activité ? »*

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Deuxième partie :

Place à la pratique

Matériel

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Voici des exemples d'utilisation de matériel « recyclé » à la maison :

-Boutons -> jetons

-Bouchons

-Boites à chaussures

-Boites d'œufs

-Classeurs rigides -> emplois du temps

-Catalogues, prospectus, photos -> banque d'image

-Ancienne vaisselle, gobelets plastique

-Chaussures, sweats

- Feuilles/feutres/ciseaux/colle etc.
- Détourner des jeux

Banque d'image : Importance de bien choisir la représentation

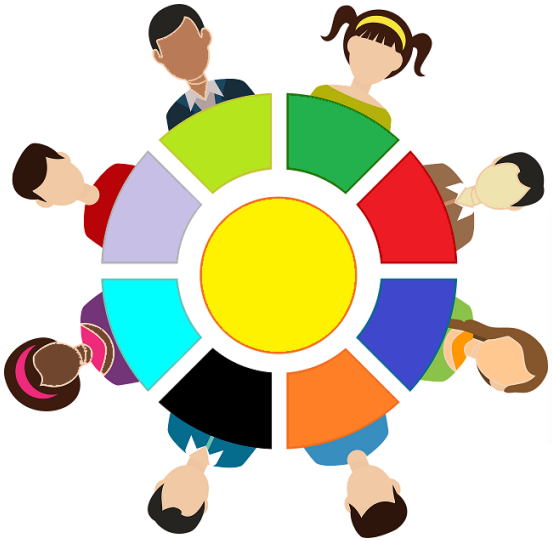
Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

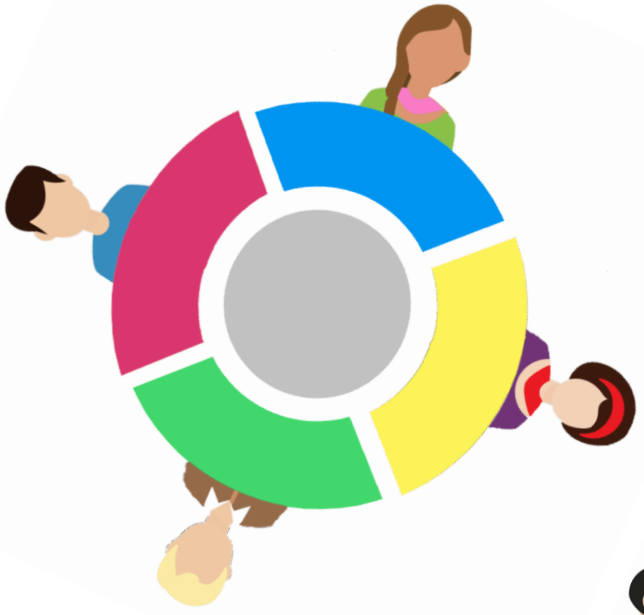
Super une fraise Tagada géante !

Chouette je vais avoir plein de fraises tagadas

Sous-groupes de création

CRAIF
Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France





Partage des créations

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

« Boite à outils » adaptable

CRAIF
Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

Temps	Espace	Emotions Narration	Socialisation TOM	Sensoriel
✓ Emploi du temps visuel ✓ Tableau de priorités ✓ Timer, sablier, minuteur ✓ Etc.	✓ Paravent ✓ Etc.	✓ Carnet de bord ✓ Carnet de vie ✓ Echelle des émotions ✓ Catalogue des émotions ✓ Roue de la régulation des émotions ✓ Etc.	✓ Scénarios sociaux ✓ Les questions ✓ Echelles sociales ou de comportement ✓ Fiche de procédure ✓ Cercles relationnels ✓ Etc.	✓ Balle ✓ Casque ✓ Lunettes ✓ Chewy tube ✓ Echelle sensorielle ✓ Catalogue des sensations ✓ Etc.

Compréhension /décodage
✓ Dictionnaire visuel ✓ Catalogue des blagues et du sens figuré ✓ Visualisation des verbes ✓ Etc.

Bien être
✓ Cercles énergétiques ✓ Etc.

Clôture de la journée

Centre de Ressources Autisme Ile-de-France

- **Avec quoi repartez-vous de cette journée?**

Centre de Ressources Autisme
Ile-de-France

Merci