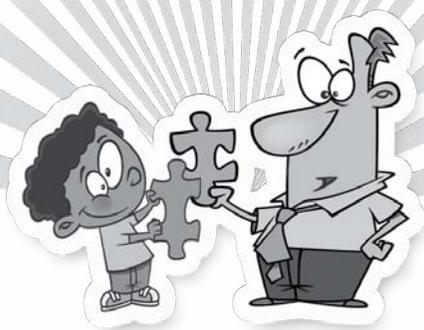


Table des matières



| | |
|--|-----------|
| Introduction | 13 |
| Au début arrivèrent les petites voitures | 14 |
| Le TSA en bref | 17 |
| Les indices qui peuvent vous amener à consulter | 21 |
| La communication et l'interaction sociale | 22 |
| Les particularités sensorielles | 24 |
| Les comportements atypiques | 25 |
| Les forces qui peuvent sortir de la norme | 26 |
| L'évaluation | 29 |
| L'importance du diagnostic | 30 |
| Les différents niveaux du TSA | 31 |
| Le développement de la personne TSA | 35 |
| Aider l'enfant à comprendre son environnement | 38 |
| Le monde concret | 41 |

| | |
|---|-----------|
| L'importance de l'expérimentation | 43 |
| L'approche Greenspan | 46 |
| La découverte est souvent spontanée | 48 |
| Comprendre les règles de l'environnement | 50 |
| Quand l'information entre par les yeux | 53 |
| Pourquoi utiliser le support visuel ? | 54 |
| Les outils TSA de base | 56 |
| • L'horaire | 56 |
| • La séquence | 58 |
| • Le cahier de communication | 60 |
| • Le tableau de choix | 61 |
| • Le Time Timer | 62 |
| • Le script | 63 |
| • Le scénario social | 64 |
| • Les dessins à main levée | 66 |
| • Les vidéos et les documentaires | 70 |
| • La démonstration | 71 |
| • Les listes et les pense-bêtes | 72 |
| Comprendre nos propres sensations | 77 |
| Qu'est-ce que la conscience corporelle ? | 77 |
| Les signaux sensoriels à décoder | 78 |
| La fatigue et le sommeil | 81 |
| • Quelques trucs pour favoriser le sommeil | 82 |
| La douleur | 85 |
| Comment fonctionne le corps ? | 88 |
| Les particularités sensorielles | 89 |
| Quelques définitions pour mieux comprendre | 90 |
| • Hyperréactivité tactile | 90 |
| • Hyperréactivité orale ou olfactive | 90 |
| • Hyporéactivité proprioceptive et vestibulaire | 90 |
| • Hyperréactivité auditive | 90 |

Stratégies et techniques pour accompagner un enfant autiste

| | |
|---|------------|
| • Hyporéactivité auditive | 91 |
| • Hyperréactivité visuelle | 91 |
| Les vêtements | 92 |
| Les touchers | 94 |
| Le bruit | 95 |
| • Les coquilles antibruit et les bouchons | 97 |
| Les particularités alimentaires | 97 |
| • Expliquer l'alimentation | 99 |
| • Montrer les aliments | 99 |
| • Goûter, une bouchée à la fois | 100 |
| • Séparer les aliments | 100 |
| • Cuisiner ensemble | 100 |
| La motricité et l'équilibre | 101 |
| Les comportements autistiques | 105 |
| Découvrir par la bouche | 106 |
| Observer différemment | 107 |
| Tourner, sautiller sur place et se balancer | 108 |
| Des comportements qui dérangent... vraiment ? | 109 |
| L'importance des objets | 110 |
| Augmenter la flexibilité cognitive | 113 |
| Qu'est-ce que la flexibilité cognitive ? | 114 |
| Quand les informations sont classées sur des fiches | 115 |
| Développer la compréhension de l'abstrait | 118 |
| Quelques trucs pour stimuler la faculté d'abstraction | 122 |
| • La déduction | 122 |
| • L'inférence | 126 |
| • La comparaison et l'association | 128 |
| • Le changement et les imprévus | 130 |
| • Les options | 132 |
| L'importance de transformer les apprentissages | 135 |

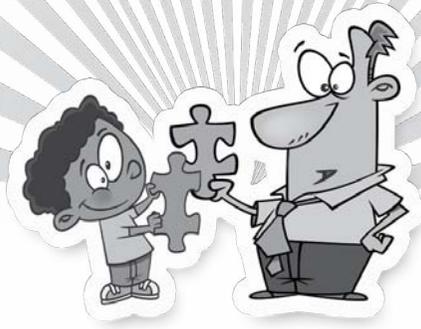
| | |
|--|------------|
| La communication fonctionnelle | 137 |
| La composition de la communication | 138 |
| Communiquer par nos comportements | 140 |
| Communiquer par des gestes | 142 |
| L'écholalie et le langage plaqué | 144 |
| | |
| La communication : c'est tellement plus que les mots | 147 |
| Les expressions faciales et le langage du corps | 149 |
| Le ton de la voix | 153 |
| Les expressions langagières | 154 |
| Les jeux de mots, les sous-entendus et les non-dits | 157 |
| Le sarcasme et l'humour | 158 |
| Les 7 règles pour bien communiquer avec une personne autiste | 161 |
| | |
| La théorie de l'esprit | 165 |
| Quelques idées pour développer la théorie de l'esprit | 168 |
| • Expliquer la pensée | 168 |
| • Les activités portant sur les préférences | 171 |
| • Les jeux de société | 174 |
| • Expliquer ce qu'on pense | 175 |
| • La conversation en bande dessinée | 176 |
| • Une suggestion de lecture | 178 |
| Ce qu'il faut retenir... | 179 |
| | |
| Qu'est-ce que la régulation ? | 181 |
| La régulation mutuelle et l'autorégulation | 182 |
| La théorie en premier | 183 |
| Les 6 émotions de base | 185 |
| • Joie | 186 |
| • Colère | 187 |
| • Peur | 188 |
| • Tristesse | 189 |
| • Surprise | 190 |

Stratégies et techniques pour accompagner un enfant autiste

| | |
|--|------------|
| • Dégoût | 191 |
| L'intensité des émotions | 193 |
| Les émotions reliées au contexte | 195 |
| Les stratégies reliées aux émotions | 196 |
| La connaissance de soi | 199 |
| Qu'est-ce que l'introspection ? | 200 |
| Une meilleure connaissance de soi | 201 |
| Mieux comprendre son diagnostic de TSA | 204 |
| Mieux comprendre les non-autistes | 207 |
| Le développement des habiletés sociales | 211 |
| Par où commencer ? | 214 |
| • Prendre contact avec l'autre | 215 |
| • Savoir qui on est et se présenter | 216 |
| • S'ajuster à l'autre | 216 |
| • Développer des habiletés de conversation | 217 |
| • Comprendre et gérer les émotions | 217 |
| • Respecter les règles fonctionnelles de la vie en société | 218 |
| • Résoudre les problèmes sociaux | 218 |
| Enrichir le vocabulaire comportemental et social | 220 |
| Apprendre des stratégies sociales efficaces | 224 |
| Mieux comprendre les intentions sociales | 226 |
| Les habiletés sociales, ça s'apprend ! | 229 |
| La disponibilité | 231 |
| Qu'est-ce que la disponibilité ? | 232 |
| • Les manques de compréhension de toutes sortes et l'aspect cognitif | 234 |
| • L'aspect physique | 235 |
| • Les aspects émotif et social | 235 |
| Les signes de disponibilité | 238 |
| Les signes d'une perte de disponibilité | 239 |

| | |
|--|------------|
| Les surcharges | 245 |
| Qu'est-ce que les surcharges ? | 246 |
| Quoi faire en cas de surcharge | 249 |
| • Offrir des sensations calmantes | 250 |
| • Diminuer ses exigences | 252 |
| La gestion des crises autistiques | 255 |
| La prévention active et le thermomètre de la disponibilité | 259 |
| Les pauses préventives | 263 |
| • Un mode d'emploi simple | 263 |
| Lors d'une crise : gérer l'agressivité et la désorganisation | 264 |
| En conclusion | 265 |
| Lexique | 269 |
| Références bibliographiques | 273 |

Introduction



Le monde autistique m'apparaissait comme un univers inconnu, lorsque j'étudiais pour devenir éducatrice spécialisée. Début 2000, la plupart des gens n'avaient que vaguement entendu parler du diagnostic de TSA*¹. On l'associait encore à des problèmes psychiatriques ou à la déficience intellectuelle. On parlait à ce moment des personnes atteintes comme d'enfants dans une bulle.

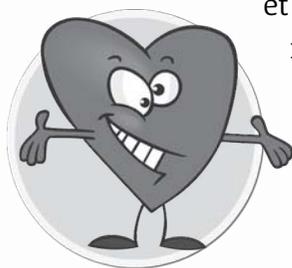
Comme toute nouvelle intervenante, j'avais beaucoup de volonté et je voulais de tout cœur aider ces enfants. Je souhaitais les amener à comprendre le monde tel que je le percevais et à s'y intégrer. Leur apprendre à communiquer, à fonctionner parmi nous, les socialiser. Mais quelle ne fut pas ma surprise de saisir que ce ne serait pas moi qui guiderais les personnes autistes,



1. Les mots suivis d'un astérisque sont définis dans un lexique en fin d'ouvrage.

mais plutôt elles qui me feraient découvrir qui elles sont. Elles me montreraient le chemin à suivre.

J'ai accepté de voyager sur ce terrain inconnu, dans ce fonctionnement qui leur est propre, un pas à la fois. J'ai accepté de laisser tomber mes préconceptions, que je croyais justes, et de m'éveiller à cette différence. Car, peu importe



notre volonté de soutenir les personnes TSA, si nous n'ouvrons pas notre cœur au potentiel* autistique qui s'y cache, nous passerons à côté de qui elles sont vraiment.

Au début arrivèrent les petites voitures

Un de mes premiers clients était un jeune autiste très peu verbal*. Il adorait les petites voitures, dont il collectionnait une quantité phénoménale. Un classique chez l'enfant autiste. J'ai tenté par tous les moyens de l'intéresser aux activités développementales pendant nos rencontres, mais c'était peine perdue. Il quittait inévitablement la table après quelques minutes pour retourner vers ses petites voitures. Me sentant complètement incompetente, j'étais bien heureuse que sa mère ne me voie pas échouer aussi lamentablement à capter son attention. Humble tout de même, j'ai dû admettre ma défaite et accepter que mes activités, aussi plaisantes fussent-elles selon mon point de vue, ne le captiveraient pas.

Attendant sans trop savoir quoi faire, je me suis mise à l'observer en silence. Cet enfant passait une grande partie de son temps à faire défiler les voitures devant ses yeux comme si elles



étaient ce qu'il y avait de plus beau au monde. À le voir regarder ainsi ses jouets, je me suis demandé: *Qu'est-ce qu'il ressent en faisant cela?* Spontanément, je l'ai imité. Si quelqu'un m'avait vue, il m'aurait sûrement trouvée bien étrange. Mais mon esprit scientifique voulait vraiment comprendre. Je désirais voir, sentir, vivre la même chose que lui. Car répéter un comportement aussi souvent devait assurément lui apporter quelque chose!

À ce moment, l'enfant a cessé brusquement de jouer pour me regarder fixement, la bouche entrouverte, en silence. Comme si j'étais la personne la plus spéciale qu'il avait jamais vue. Ce moment, je vais m'en souvenir toute ma vie! Surtout grâce au petit sourire en coin qu'il m'a fait. Nous avons passé quinze bonnes minutes à observer ainsi ses voitures, à nous les partager et à nous regarder avec des sourires complices. Parfois, c'est moi qui lui approchais la voiture des yeux, et ensuite il me le faisait en retour. Il semblait trouver cet échange bien drôle. C'était un instant magique, car je n'avais jamais vraiment réussi à attirer son attention auparavant. Et là, on se souriait mutuellement, vivant un moment agréable et interagissant.

C'est comme ça que j'ai créé mon lien avec cet enfant. Cette rencontre a été l'une des plus marquantes de ma carrière, car elle m'a ouvert les yeux. J'ai compris que cette fameuse bulle n'existait pas. Que cette bulle était imaginaire, créée par des personnes typiques*. Parce que nous n'arrivions pas à faire faire à ces enfants la même chose qu'aux autres. Parce que leur compréhension du monde différente nous fait facilement perdre nos repères et nous rend mal à l'aise. Pourtant, ils aiment nous faire partager leur vision, leurs centres d'intérêt et leurs découvertes. Ce moment m'a fait réaliser que la pensée autistique est à notre portée! Il suffit de regarder. Mais de regarder les choses



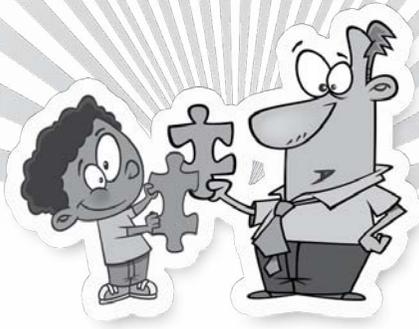
pour ce qu'elles sont vraiment et non de les considérer selon une réflexion teintée de perceptions prédéfinies. Pour ce faire, il faut apprendre à observer! Et à ne pas voir uniquement ce qu'on voudrait voir. Ce qui est tout un défi!

Je me suis donc dit que je tenterais de me faire inviter dans le monde de tous mes clients.

Que, lors de notre premier contact, j'irais visiter leur univers. Je vivrais des expériences à leur façon. J'apprendrais leur langage et serais curieuse de tout ce qu'ils sont! Dorénavant, une fois seulement que le client m'a fait découvrir son monde à lui, qu'il s'est senti compris, je l'invite en douceur dans le mien. Pas à y emménager! À le visiter. À le visiter et à découvrir l'univers typique, avec mon soutien et mon accompagnement. Alors, tranquillement, on passe de l'un à l'autre en faisant des allers-retours, un pied à la fois, une expérience à la fois. Ça se déroule de façon parfois plus courageuse, parfois plus craintive, mais, malgré les obstacles, nous avançons et apprenons l'un de l'autre.

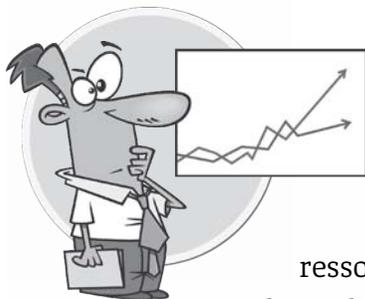
C'est comme ça que j'ai commencé à saisir ce qu'est l'autisme. Mon premier voyage a eu lieu en petites voitures.

Le TSA en bref



Science oblige, quand nous parlons du trouble du spectre de l'autisme, nous devons discuter des recherches actuelles portant sur cette différence neurologique. Nous ne savons pas encore précisément ce qui entraîne cette particularité. La plupart des recherches scientifiques nous dirigent vers des particularités dans les liens génétiques, associés à des causes environnementales. Ces causes ne sont toutefois pas encore parfaitement identifiées. Les recherches font aussi ressortir le fait que l'autisme se manifeste au stade embryonnaire, lors du développement du système nerveux central du fœtus.

Selon les statistiques des Centers for Disease Control and Prevention, un enfant sur 59 reçoit un diagnostic d'autisme aux États-Unis (par rapport à un sur 5 000 en 1975). Depuis l'an 2000, c'est une augmentation de 150 % qui a été observée. Au Canada, on parle d'un enfant sur 66, et au Québec d'un enfant sur 64 selon



l'Agence de la santé publique du Canada. En France, un enfant sur 100 a reçu le diagnostic d'autisme selon l'Institut national de la santé et de la recherche médicale. Il faut noter toutefois qu'il ressort de plusieurs articles sur l'autisme et des publications d'associations telles qu'Autisme France que le diagnostic est encore difficilement accessible là-bas. Cela soulève l'hypothèse d'un sous-diagnostic en France, particulièrement dans le cas des jeunes avec un bon quotient intellectuel, ainsi que des adultes. Les statistiques au Canada et aux États-Unis sont plus similaires. Les chercheurs en autisme tentent d'obtenir les chiffres des autres continents, comme l'Asie, pour dresser un portrait mondial du phénomène².

Les statistiques montrent que l'autisme est entre trois et quatre fois plus fréquent chez les garçons que chez les filles. D'après les estimations actuelles, 1 garçon sur 54 et 1 fille sur 252 sont autistes, aux États-Unis. Et ces chiffres changent constamment avec le temps, ainsi que d'un pays à l'autre. On ne connaît pas la véritable raison de ce qui paraît être à première vue une augmentation mondiale des cas d'autisme. Il est important toutefois de savoir que les recherches désignent surtout **une amélioration des méthodes d'évaluation**, et ce, particulièrement dans le cas des enfants autistes très verbaux*, des filles, et des adultes qui n'avaient pas encore reçu de diagnostic. L'augmentation générale des cas n'est pas prouvée officiellement. Il semble plutôt que ce soit une meilleure compréhension de cette différence neurologique et le dépistage précoce

2. Autisme France, *Autisme: plus le droit à l'erreur*, dossier de presse. Pour les références complètes, voir la bibliographie en fin d'ouvrage.

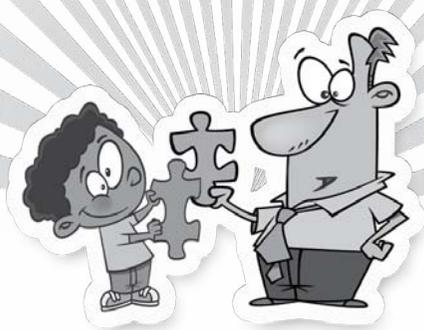
lors de la petite enfance qui influent sur les statistiques. En ce qui concerne les filles, on a émis l'hypothèse qu'elles s'adaptent plus facilement sur le plan social, ce qui rend l'établissement du diagnostic plus difficile. Leurs difficultés passent souvent pour des troubles anxieux, par exemple. Il est donc possible que les filles soient sous-représentées dans les statistiques et que le diagnostic de TSA arrive plus tard dans leur vie.

En résumé: pas de panique! Il n'y a rien d'ajouté dans l'eau ou dans les vaccins qui «donnerait» l'autisme. Vous pouvez aussi continuer à manger des fruits et des légumes malgré les pesticides. Je vous suggère toutefois de les laver avant, question de santé en général! Ces personnes ont toujours été parmi nous, tout autour de nous. Votre voisin, votre chirurgien ou l'enseignant de votre enfant en est peut-être une³.



3. Selon le site de l'association Autism Speaks Canada.

Les indices qui peuvent vous amener à consulter



Voici des indices qui peuvent vous amener à vous questionner sur la possibilité que votre enfant reçoive un diagnostic d'autisme. Il faut garder en tête que ces caractéristiques sont les plus générales et qu'elles ne dressent pas le portrait complet du trouble. L'enfant qui ne les présente pas toutes peut quand même être autiste.



Au fur et à mesure que la personne apprend et mûrit, certaines particularités disparaissent ou deviennent moins visibles. Le spectre de l'autisme étant très large, plusieurs peuvent être observées chez une personne et, chez une autre, beaucoup moins, voire pas du tout. Tout dépend du niveau d'atteinte de l'individu, de son développement, de sa personnalité et de son histoire personnelle. Malgré des traits communs, chaque personne autiste est unique.

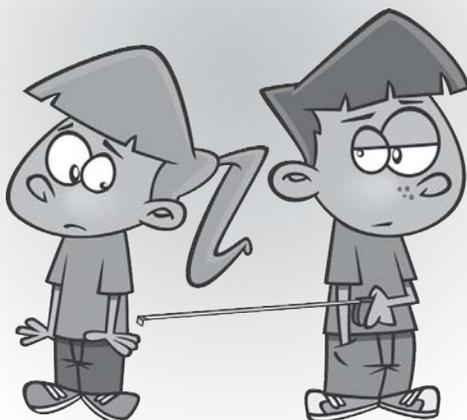
La communication et l'interaction sociale

L'enfant...

- N'emploie aucun langage verbal ou développe le langage de façon plus tardive.
- Ne montre rien du doigt et utilise peu les gestes pour se faire comprendre.
- Fait de l'écholalie: il répète des mots ou des sons qu'il a entendus.
- Dit des phrases plaquées: il reprend textuellement des phrases.
- Développe bel et bien le langage, mais de façon particulière (par exemple: il se met à parler du jour au lendemain; il parle à la troisième personne; il apprend à lire avant de parler).
- Tient des monologues et récite ses connaissances.
- Semble peu s'intéresser aux autres enfants.
- Joue en parallèle: joue à côté des autres, mais pas avec les autres.
- Va vers les autres pour les aspects fonctionnels uniquement, comme répondre à ses besoins de base ou faire des activités de la vie quotidienne.
- Semble peu en contact avec ce qui se passe autour de lui.
- Ne répond pas à son nom.
- S'exprime avec un accent particulier, accent non observé chez les autres membres de la famille.

Stratégies et techniques pour accompagner un enfant autiste

- Parle comme on écrit ou avec des mots moins utilisés dans le langage courant.
- Communique peu ses besoins. Il fait les choses par lui-même, parfois même si c'est dangereux.
- Établit difficilement un contact visuel; ce contact est fuyant.
- Comprend difficilement les sous-entendus, les jeux de mots, les expressions langagières et le sens exprimé par le ton de la voix.
- Prend ce qui est dit au pied de la lettre.
- Décode difficilement les expressions faciales, ce qui relève du langage du corps, comme la posture, et les émotions des autres.
- Entre laborieusement en relation avec les autres et/ou ne le fait pas adéquatement.



- Réagit beaucoup à ce qu'il trouve injuste.
- Pose peu de questions et ne demande pas d'aide malgré les difficultés observées.
- Demande constamment l'approbation de l'adulte.
- Veut créer des liens, mais avec peu de gens à la fois et pendant un court laps de temps.
- Manifeste de l'anxiété sociale.
- Préfère normalement le contact avec des plus jeunes et avec l'adulte.

Les particularités sensorielles

L'enfant...

- Réagit aux touchers et aux câlins, souvent en les évitant.
- Amorce des contacts physiques seulement s'il le souhaite. Les contacts peuvent être intenses (par exemple: des câlins qui nous étouffent).
- Sent les gens, les cheveux ou les objets.
- Réagit beaucoup au brossage des cheveux et/ou des dents.
- Tolère difficilement les soins de santé.



- Est attiré par des stimuli particuliers.
- Présente des particularités alimentaires.
- Réagit de façon importante à certains types de vêtements⁴.
- Fuit la foule, le bruit et la proximité.
- Devient rapidement surchargé sur le plan sensoriel (reçoit trop d'informations, trop de stimulations) lors d'événements normalement appréciés des enfants.

Les comportements atypiques

L'enfant...

- Tourne sur lui-même sans paraître étourdi.
- Aligne des objets.
- N'utilise pas les objets comme ils sont censés être utilisés.
- Ne semble pas savoir comment jouer de façon conventionnelle.
- Sautille sur place.
- Porte les objets à sa bouche ou tente de goûter des choses inappropriées.
- Fait du *flapping* : bouge ses mains comme des ailes.

4. Voir la section « Les vêtements » dans le chapitre *Les particularités sensorielles*.

- Marche sur la pointe des pieds.
- A des centres d'intérêt limités et/ou obsessionnels.
- Regarde les mêmes films à répétition ou des séquences précises en boucle.
- Fait des crises importantes sans qu'on en comprenne l'origine.
- Fuit certaines situations.
- Manque de flexibilité dans sa réflexion. Ses pensées sont de type *noir ou blanc*.
- Fait preuve de rigidité dans la routine.
- Vit difficilement les changements et les imprévus. Éprouve de l'anxiété face à la nouveauté.
- Réagit aux changements de saison et aux changements d'heure.



Les forces qui peuvent sortir de la norme

L'enfant...

- A une excellente mémoire et une grande logique visuelle.
- Possède des connaissances très importantes liées à ses centres d'intérêt.

Stratégies et techniques pour accompagner un enfant autiste

- Se souvient d'endroits qu'il a vus il y a des années.
- Se souvient de dates précises et de ce qui s'est passé cette journée-là.
- Retient une foule d'informations particulières et impressionnantes.
- Parle et agit parfois comme un petit adulte.
- Éprouve de l'intérêt pour le fonctionnement des choses.
- Mène des réflexion concrètes et scientifiques, souvent bien développées.
- Suit à la lettre les consignes lorsqu'elles sont comprises et assimilées.
- Fait preuve d'une belle honnêteté.
- Considère que la justice est très importante.
- Propose des réflexions empreintes d'innocence et de simplicité.
- Communique de façon claire et précise, sans ambiguïté.
- Tente de tout cœur de répondre aux exigences et de se conformer aux attentes.

