



Je suis capable !

Monette LeBlanc-Priemer, M. ED., BCBA
Agente pédagogique, Partenariat d'apprentissage en autisme
Ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance

Suite à la présentation du concept d'autonomie que nous avons partagé la semaine passée ([L'autonomie des apprenants ayant un TSA](#)), nous vous offrons ici cinq pistes pour favoriser le développement de l'autonomie chez les individus ayant un TSA de tous âges.

1. Développer la communication

Les habiletés de communication représentent une première porte d'accès vers l'autonomie. Dans le cas de Dominic (voir le conseil intitulé [L'autonomie des apprenants ayant un TSA](#)), les limites de l'enfant sur le plan de la communication verbale entraînent des comportements liés à la frustration lorsqu'il ne peut pas exprimer qu'il a faim. Ses parents ont donc commencé à utiliser le système de communication que le personnel scolaire appliquait à l'école afin de diminuer les crises. Enseigner à effectuer diverses demandes, en utilisant des mots, des gestes, des supports technologiques ou l'échange d'images, peut grandement aider l'enfant à faire preuve d'initiative et à combler ses propres besoins.

Note : Le contenu de ce document n'est pas un conseil clinique, mais plutôt un exemple de pratique efficace pour un apprenant en particulier. Les plans d'intervention devraient être basés sur une évaluation, et les stratégies d'enseignement basées sur les preuves doivent être choisies soigneusement selon les besoins de l'enfant et son profil d'apprentissage.

2. Encourager la prise en charge des soins personnels et la participation aux tâches ménagères

La réalisation de tâches liées aux soins personnels et au ménage peut être incorporée à la routine quotidienne dès un jeune âge. Le type de tâches demandées peut être révisé au fur et à mesure où l'enfant grandit. Pour aider l'enfant à apprendre à effectuer une tâche avec un minimum d'aide, on peut utiliser une variété d'outils dont on a montré l'efficacité, par exemple :

- Une séquence d'images qui illustrent les étapes à suivre
- Un modelage vidéo
- Une liste de vérification à cocher (avec des images ou du texte)
- Un horaire visuel
- Une minuterie pour encourager la réalisation de la tâche dans un délai raisonnable

Vous pourrez trouver facilement sur Internet des listes de tâches appropriées pour chaque tranche d'âge. Il est préférable de réviser périodiquement les tâches demandées afin qu'elles correspondent au niveau de développement de l'enfant et aussi pour prévenir la monotonie. Les parents de Dominic lui ont par exemple montré comment aider à mettre la table à l'aide de napperons qui illustrent où vont les ustensiles.

3. Aider l'enfant à découvrir des loisirs

Une caractéristique souvent observée chez l'enfant ayant un TSA est la présence d'intérêts restreints et de comportements stéréotypés (par exemple, Dominic qui grimpe sur les meubles puis saute, encore et encore).

Une meilleure communication combinée à l'accès à un environnement enrichi d'activités de loisir a tendance à réduire ces comportements stéréotypés. Par contre, l'enfant ayant un TSA a souvent besoin d'un coup de pouce pour apprendre à jouer. Il est possible de faire un inventaire des préférences de l'enfant. Pour cela, il suffit de l'exposer à une variété de jouets et d'activités, puis d'observer s'il manifeste un intérêt pour ceux-ci ou pas. L'enseignement du jeu peut se faire par modelage, soit par l'adulte ou par d'autres enfants. Certains enfants s'ennuient rapidement avec une activité, il est donc important de mettre une variété d'activités à leur disposition. Plus on améliore le répertoire de jeux chez l'enfant, plus celui-ci sera capable de s'occuper de façon autonome pendant ses temps libres. Pour Dominic, un programme de jeu autonome a été intégré à la journée scolaire. Les nouveaux jeux ont été envoyés à la maison pour que les parents puissent rediriger Dominic vers ces activités lorsque ses parents ont besoin de préparer les repas.

4. Faire preuve de patience

Pour les adultes, il peut être difficile de s'abstenir d'aider un enfant qui vit des défis. Dans un premier temps, lorsque l'enfant apprend une nouvelle habileté, il est tout à fait convenable de lui offrir de l'aide pour lui montrer comment faire. Mais ensuite, l'adulte peut favoriser l'autonomie en diminuant petit à petit l'aide offerte. Ceci peut signifier qu'il faut attendre un peu sans intervenir et ainsi donner à l'enfant l'occasion d'essayer d'accomplir la tâche. De même, on devrait résister à la tentation de répéter les consignes. L'excès de mesures d'aides et de consignes verbales peut parfois créer ce qu'on appelle la dépendance à l'incitation. On reconnaît la dépendance à l'incitation lorsque l'enfant hésite à commencer une tâche ou activité sans l'intervention d'un adulte. En diminuant systématiquement les mesures d'aide et consignes verbales, on peut prévenir cette forme de dépendance.

5. Célébrer les succès

Depuis un bon nombre d'années, les recherches scientifiques ont montré que le renforcement positif contribue grandement à l'apprentissage chez l'enfant ayant un TSA. Vous pouvez encourager l'autonomie en utilisant le renforcement de façon stratégique. Souvent, il n'est pas nécessaire que le renforcement soit très élaboré. On peut simplement féliciter l'enfant explicitement lorsqu'il réalise une tâche ou s'adonne à une activité de loisir seul afin d'augmenter les chances qu'il ou elle continue à essayer plus tard. Pour certains enfants, le renforcement peut être plus efficace lorsqu'il est plus structuré. À la maison, les parents de Dominic ont utilisé un tableau de récompenses où ils ajoutent un autocollant lorsque leur fils réalise seul une tâche ciblée, comme la routine du soir par exemple. Lorsque Dominic obtient cinq collants, il peut avoir accès à une des activités qu'il préfère, comme emprunter un jouet de son frère pour une journée. N'oubliez pas de fixer des objectifs réalistes pour ainsi vous assurer que l'enfant pourra goûter à sa récompense !

Qui sommes-nous ?

Partenariat d'apprentissage en autisme (PAA), une direction du ministère de l'Éducation et du Développement de la petite enfance (ÉDPE) du Nouveau-Brunswick (Canada), est le fournisseur exclusif du curriculum de formation provinciale en autisme destiné aux agences d'intervention en autisme et au personnel éducatif du Nouveau-Brunswick. PAA offre des formations professionnelles et des ressources pour accompagner les parents, le personnel des agences d'intervention préscolaire et le personnel éducatif de la province. L'offre est bilingue, basée sur des preuves et de haute qualité. Le mandat de PAA est également d'établir des partenariats avec des organisations nationales et internationales.