

# Outils pour une meilleure intégration scolaire des enfants autistes

*Par Gwénaëlle Roscoe, ergothérapeute D.E., OTR/L - Cabinet La Rose des Vents, Rennes*

L'enfant est en droit d'apprendre.

**Le droit à l'éducation pour tous les enfants, quel que soit leur handicap, est un droit fondamental.**

**La loi du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées renforce les actions en faveur de la scolarisation des élèves handicapés. Elle affirme le droit pour chacun à une scolarisation en milieu ordinaire au plus près de son domicile, à un parcours scolaire continu et adapté.**

<http://www.education.gouv.fr>

Chaque enfant a ses propres capacités, ses propres modes d'apprentissage. Une majorité d'enfants peuvent suivre un programme type. Pour d'autres, le programme devra être adapté. L'adaptation pourra être :

- simple, comme limiter la quantité d'écrit demandé (par exemple, adapter la dictée à une dictée à trous), ou,
- compliquée, comme mettre en place une organisation propre à l'enfant au sein de la classe.

Ce n'est pas une tâche facile pour les enseignants qui sont généralement peu formés aux approches et moyens disponibles pour aider un enfant à participer à sa vie scolaire.

Lorsque cet enfant est un enfant autiste, l'enseignant se sent souvent désarçonné. Les demandes d'adaptations du programme académique se couplent au besoin d'un plan comportemental. L'enfant n'est pas compris et l'enseignant s'épuise. De ce fait l'enfant est rejeté du système scolaire, malgré ses capacités pour apprendre.

S'il n'existe pas de kit pour aider un enfant TSA (Troubles du Spectre de l'Autisme) à s'intégrer dans le système scolaire, un ensemble d'outils est disponible. Ils sont nombreux et divers. Des supports visuels, des stimulations sensorielles, des stratégies d'organisation, des modèles de comportements, ...

Chaque enfant a ses propres besoins, pour lesquels des outils spécifiques répondent. La connaissance de l'enfant, de ses forces et de ses difficultés, permet de considérer des supports qui l'aideront à participer à sa vie scolaire - sur le plan académique et sur le plan social.

Mais connaître les outils et les posséder ne suffisent pas. L'enfant et l'entourage doivent se les approprier. C'est un travail qui demande une compréhension de l'outil

et une continuité dans son utilisation. Sans ces 2 éléments, l'outil utilisé peut perdre toute sa raison.

Les outils que j'utilise et recommande régulièrement peuvent être catégorisés en 3 groupes :

- Ceux qui amènent la prévisibilité
- Ceux qui aident l'enfant à maintenir une régulation
- Ceux qui permettent une organisation idéo-motrice

Chaque groupe comprend des outils clés. Je vais tenter de vous en présenter quelques uns.

## **Les outils de prévisibilité.**

Chacun d'entre nous perçoit des sensations et les gère pour pouvoir produire une réponse adaptée à l'environnement. Par exemple, lorsqu'en ligne dans un magasin, je suis touchée, je me tourne sans crainte pour voir qui m'a touchée. Ou encore, lorsque je lis un livre, je fais abstraction de tous les petits bruits autour de moi pour comprendre ou apprécier l'histoire.

L'enfant TSA vit dans un monde sans cesse en ébullition par sa difficulté à pouvoir gérer les informations sensorielles qu'il perçoit. Si l'on reprend les exemples ci-dessus, l'enfant qui a une hypersensibilité tactile traitera le contact inopiné comme une menace – le léger contact sera pris comme un coup. L'enfant qui perçoit tous les petits bruits de son environnement (tel le tic-tac d'une pendule, le ronronnement de l'ordinateur) sera continuellement distrait et n'arrivera pas à se concentrer sur sa lecture. La réponse sera inadaptée.

Aussi pour se mouvoir dans ce monde sensoriel intense, l'anticipation des transitions devient nécessaire pour maintenir une maîtrise de la situation. Dans ce contrôle, l'enfant parvient à trouver une cohésion qui lui permet de fonctionner dans son quotidien. Dans sa présentation du monde de l'autisme de l'intérieur, Deborah Lipsy parle de scripts. Chaque situation de sa vie est un script. Chaque possibilité d'actions est étudiée pour permettre de faire face au quotidien. Ainsi pour aller à un point X, il y aura le scénario A, B, C. Si le scénario A ne marche pas, alors le scénario B ou C est possible. Si aucun des scénarios n'est possible, le monde chaotique prend le dessus et la régulation n'est plus possible : le raisonnement est limité, les troubles de comportements se montrent et interfèrent avec la communication et la participation sociale.

*L'augmentation de la prédictibilité* au sein de l'école, aide l'enfant à s'intégrer et à faire face à la demande. Elle permet de mieux gérer le stress que génèrent les difficultés de traitement sensoriel. D'où l'intérêt des outils cités ci-dessous.

## **L'emploi du temps visuel**

L'utilisation de pictos permet de renforcer la fin d'une activité et facilite l'orientation à l'activité suivante. Mais un de ses rôles principaux, c'est d'aider l'enfant à faire la transition. Le picto est un support visuel qui permet de remplir ce court temps de transit. Il organise le changement de situations et permet à l'enfant de garder contrôle.

### ❗ *L'emploi du temps visuel utilisé mais inefficace*

J'ai vu nombre d'enfants pour qui les pictos étaient utilisés sans qu'ils ne jouent leur rôle. Voici quelques situations :

- Les pictos sont au mur. L'enfant est amené à les enlever quand on y pense.
- L'emploi du temps ne s'accorde pas avec les actions demandées – c'est le temps pour la récré mais l'enfant est amené aux toilettes, que devient alors la prédictibilité recherchée?
- L'enfant reste spectateur passif de la procédure : aucune information pour lier les pictos à l'activité finie ou celle qui va démarrer n'est formulée, les pictos sont enlevés pour lui.



### *Comment utiliser un emploi du temps visuel efficacement*

L'emploi du temps sera fait sur une journée ou une demi-journée selon les besoins. Les pictos doivent être une représentation exacte de ce qui va se passer dans ce laps de temps. L'emploi du temps sera plus ou moins détaillé dépendant du niveau de fonctionnement de l'enfant. Pour un enfant peu connecté avec son environnement, toutes les étapes de la journée devront y figurer (y compris les étapes à l'arrivée à l'école, les temps pour aller aux toilettes ou se laver les mains après une activité salissante, etc...). Pour un enfant qui a déjà les capacités d'interaction avec son entourage, les sujets abordés ce jour-là pourront être placés (écriture, math, récré, musique).

Par ailleurs des couleurs pourront aider l'enfant à situer le lieu de l'activité.

Voici 2 exemples :

- Pour un enfant qui change de bureaux pour lui permettre de mieux se concentrer lors de travaux spécifiques, les activités à son bureau auront une autre couleur que les activités à la table réservée pour le travail individuel.
- Pour un enfant qui a des difficultés avec les transitions à l'extérieur de la classe, les activités dans la classe auront une couleur différente des activités à l'extérieur (récré, gym, sortie de classe, ...)

Les pictos seront sur le bureau même ou seront au mur.

L'enfant gèrera les pictos lui-même (le niveau d'indépendance recherché), ou il le fera avec l'aide d'un adulte.

### ❗ *Les pictos sont un support qui est parfois prématurément retiré.*

Comme l'enfant ne montrait plus le besoin de ses pictos, ils sont laissés de côté. Quelques jours passent, parfois des semaines, et soudain les comportements inadaptés sont plus fréquents, des situations autrefois gérées ne sont plus gérables. L'emploi du temps visuel est remis sur le bureau de l'enfant et, petit à petit, une régulation tout au long de sa journée d'école réapparaît. Que s'est-il passé? L'enfant avait pu faire sans ses pictos. Les aléas du quotidien étaient gérables. Mais il prenait

sur lui et le jour où les pictos étaient nécessaires pour maintenir sa régulation, ils n'étaient plus là. Il n'était pas encore prêt à mettre des stratégies en place pour rester régulé sans un support visuel. La réintroduction du support lui a permis de reprendre le contrôle de la situation.

## Le timer visuel

### *Pour aider à faire les transitions*

Le rythme de la classe ne permet pas toujours aux enfants de terminer leur travail avant de passer à un autre sujet. Pour la majorité des enfants ce n'est pas un problème : l'activité pourra être finie plus tard. Mais pour un petit nombre d'enfants, mettre un travail en attente est difficile. Pour un enfant TSA cela peut être une perte de repères et de contrôle. Les possibilités de dérégulation augmentent et les risques de comportements non-sociaux peuvent apparaître : des stéréotypies voir même des comportements inacceptables (déchirer le travail, s'en prendre à un autre enfant, lancer l'objet sous la main,...).



L'utilisation du timer visuel permet à l'enfant de mettre en place des stratégies pour terminer son travail à temps ou pour se préparer à ne pas avoir terminé. Le support humain, le support d'un scénario social ou encore celui de stratégies sensorielles peut se coupler à l'utilisation du timer pour aider l'enfant à gérer la transition.

### *Pour aider à maintenir une régulation face à la demande*



Le timer visuel peut aussi réguler les temps de pause. Lors de sujets non-préférés, il est d'autant plus difficile pour l'enfant de trouver ses ressources et de maintenir un comportement adapté. Il est important alors de veiller au niveau de la demande académique et, au besoin, de fragmenter le travail à accomplir par des mini-pauses sensorielles. Ces dernières consistent à mettre en place une boîte remplie de différents objets qui aident l'enfant à se recentrer (organisant). Cela sera différent pour chaque enfant dépendant de ses besoins sensoriels. L'enfant pourra apprendre à être indépendant en apprenant ce protocole et en ayant à disposition le timer et sa boîte de mini-pauses.

La procédure restera cependant la même.

*A quel moment ?* Avant de commencer une activité non préférée

*Procédure :* 1- demander à l'enfant d'identifier l'objet qu'il voudra utiliser dans ses mini pauses.

2- identifier avec lui, quand viendra le temps de pause – mettre un symbole pour un repère visuel de ce temps de pause.

3- lui donner le choix entre 2 ou 3 minutes de pause. Mettre le timer.

4- reprendre l'activité

## Des attentes clairement spécifiées et respectées

### *Définir la tâche*

Bien définir les attentes est indispensable pour maintenir la prédictibilité. Aussi le travail demandé devra donner les éléments pour pouvoir répondre à ces questions : Comment le travail va-t-il être évalué ? Quelle est la longueur de la tâche ?

Voici un exemple d'adaptation et de définition de la tâche.

Il est demandé à un enfant de recopier une poésie. La tâche est limitée à la première strophe car cela correspond aux capacités de l'enfant. L'effort est demandé pour l'alignement sur la ligne et les espaces entre les mots. La grandeur des lettres n'est pas prise en compte car cela induirait une difficulté que l'enfant aurait du mal à gérer. Un rappel visuel (mots ou pictos) "alignement de la ligne" et "espaces respectés" sont placés devant lui.

### *Maintenir les attentes*

Il se peut que l'enfant ait fait son travail bien plus rapidement que ce que l'enseignant avait estimé. Il serait tentant de demander à l'enfant de continuer (tout comme ses pairs dans la classe) et donc de changer la longueur de la tâche. Mais cela pourrait mettre l'enfant en difficulté en enlevant la prédictibilité. Aussi ce ne serait pas laisser la possibilité à l'enfant de réussir avec une régulation optimale. De même cela ôterait la valeur du système mis en place : l'enfant ne donnerait plus de crédibilité au système qui ne pourrait plus être un support les jours où l'enfant a des difficultés pour maintenir sa régulation.

## **Les outils de régulation**

Pour être calme, posé, organisé et vigilant, il faut être en harmonie avec nos besoins. Il nous faut moduler les fonctions sensorielles, motrices, physiologiques, émotionnelles et attentionnelles. Nos réponses sont adaptées aux demandes d'interaction sociale et de performance attendues. Notre niveau de régulation est alors optimal.

Exemples de bonne intégration sensorielle:

- Un élève copie des renseignements du tableau en se servant de son système visuel pour lire les mots et de son système proprioceptif pour savoir où se trouve sa main dans l'espace et quelle force il doit exercer pour tenir son crayon. Une intégration sensorielle adéquate lui permet de rester attentif et de faire abstraction des bruits de fond pendant qu'il trace les lettres sur la page.
- Un élève utilise son système auditif pour écouter la leçon de l'enseignant et se sert de son système visuel pour suivre les points énumérés sur des transparents. Il n'est pas distrait visuellement par les réalisations artistiques affichées au mur, ni distrait sur le plan auditif par les bruits qui proviennent du couloir, ni agacé sur le plan tactile par ses vêtements, mais il suit la discussion et comprend.

*Extrait du Chapitre 5 : Répondre aux besoins des élèves. Enseigner aux élèves ayant un ensemble des troubles causés par l'alcoolisation fœtale ; Alberta, Canada ; 2006*

«Lorsque le flux de sensations est troublé, la vie peut ressembler à un embouteillage à l'heure de pointe causé par un accident. »

Le quotidien devient un parcours d'obstacles, sujet notamment aux aléas d'un traitement inadéquat de l'information sensorielle. L'enfant présente alors souvent des troubles du comportement associés à des problèmes de modulation sensorielle et d'organisation motrice. Il s'ensuit des problèmes d'intégration scolaire.

### **Mises en place de stratégies sensorielles**

Des stratégies sensorielles peuvent être implémentées tout au long de la journée pour répondre aux besoins sensoriels de l'enfant. Voici un exemple.

 Un enfant qui bouge sans arrêt sur son siège et qui a du mal à se concentrer, pourra peut-être bénéficier :

- D'un petit coussin gonflable. Cela l'empêchera d'avoir la « bougeotte » s'il doit rester assis à son bureau.
- d'activités impliquant un mouvement de tête en dessous du cœur afin d'apporter des stimuli vestibulaires pour l'aider à s'ancrer dans la tâche à faire. Par exemple, l'enfant cherchera les lettres d'un mot de la dictée sous sa chaise, une lettre à la fois avant de l'écrire. Cela se répètera sur 2 ou 3 mots, avant de continuer la dictée sur le mode habituel. Sa meilleure concentration permettra à l'enfant de devenir plus performant dans une tâche où il était dispersé.
- d'activités de résistance telles que tirer sur un theraband attaché à la chaise ou faire des pompes sur la chaise.

### **Mises en place de stratégies environnementales**

La décision de l'emplacement de l'enfant dans la salle de classe peut aussi avoir un impact important sur la régulation de l'enfant tout au long de la journée. Voici quelques exemples.



Certains enfants sont très sensibles à la lumière fluorescente. Cela se transforme en un stroboscope. Dans ce cas, l'enfant sera mieux situé près de la fenêtre.



L'enfant qui a une hypersensibilité tactile peut appréhender d'être touché. En veillant à ce que la proximité des bureaux ne soit pas trop importante (comme un espace suffisant entre sa chaise et le bureau derrière lui), il pourra alors baisser ses défenses et se concentrer sur le travail demandé.

Cela est aussi vrai en ligne, conformément à l'exemple cité préalablement. L'enfant hypersensible se comportera mieux s'ils sont en début ou à la fin d'une file où il y a moins de distractions sensorielles provenant des autres élèves.



Fournir des casques d'écoute pour masquer les bruits de classe



Permettre à l'enfant de rester après la classe « pour aider l'enseignant » et de passer à la prochaine classe une fois que la majorité des élèves auront quitté les couloirs.

## Les diètes sensorielles

Chaque enfant a ses propres besoins sensoriels. Si deux enfants présentent des difficultés comportementales, certains conseils mentionnés ci-dessus peuvent créer une boîte à outils de stratégies sensorielles pour un enfant, mais elle ne s'appliquera pas pour l'autre enfant : le profil sensoriel est propre à chacun. La compréhension de l'enfant sous son angle sensoriel permet de choisir les outils appropriés et compose un diète sensorielle ou encore appelé diète sensorielle.

Une diète sensorielle est établie par un ergothérapeute spécialisé en intégration sensoriel. Il s'agit d'une routine programmée qui s'effectue chaque jour à peu près aux mêmes horaires pour aider l'enfant à répondre à ses besoins sensoriels et pouvoir être dans un état calme et organisé.

Tout comme certaines personnes sont assujetties à un régime alimentaire pour rester en bonne santé, d'autres peuvent bénéficier d'une diète sensorielle pour maintenir une régulation optimale.

*Une diète sensorielle peut aider à alléger les difficultés du quotidien en répondant aux besoins par une étude personnalisée des difficultés comportementales de l'enfant. L'objectif est d'optimiser son autorégulation pour mettre en place un terrain propice à l'intégration sociale et aux apprentissages.*

## Les outils d'organisation idéo-motrice

Ces outils sont là pour permettre un plus grand respect des consignes, moins de besoin de guidance d'un tiers (prompts) et plus d'organisation.

Le non-respect des consignes pour les enfants TSA est souvent lié à une difficulté à retenir la consigne ou à organiser les étapes nécessaires à la demande. Ils peuvent laisser croire à une mauvaise volonté de l'enfant.

L'enseignant et les parents peuvent confondre la capacité à pouvoir répéter l'instruction, et la capacité à comprendre ce que cette consigne signifie. En pouvant répéter « Je dois me préparer pour les maths », cela ne veut pas dire qu'il comprend que cela inclut : arrêter de lire son livre, le mettre de côté, sortir le livre de maths, papier et crayon, et regarder le tableau.

De même, l'enfant a besoin d'une guidance verbale et des instructions pour commencer et finir une tâche. Ainsi, l'enseignant informe « on passe au maths maintenant », l'élève continue ce qu'il était en train de faire jusqu'à ce que l'enseignant vienne à lui et lui donne des instructions plus précises comme « mets ton livre dans ton bureau, sors ton livre de maths ». Ceci amène à une dépendance des prompts. Souvent durant le temps d'attente, ils s'engageront dans des stéréotypies (telles que chantonner, se balancer d'avant en arrière) ou ils s'installeront dans un schéma de comportement rituel (tel que de parler de leur topique favori).

Ces enfants sont aussi ceux qui paraissent toujours désorganisés. Ils montrent une mauvaise gestion du matériel dans, sur et autour de leur bureau ; ils ont des difficultés

à établir les priorités ; ils n'arrivent pas à compléter plusieurs choses à la fois; ils ont souvent de grandes difficultés pour résoudre les problèmes efficacement.

❗ Ces comportements inadaptés sont présents de par les troubles qu'ils ont et non par intention.



Par l'apprentissage de stratégies, l'enfant peut améliorer sa participation en classe et à la maison. Par des plans comportementaux avec un système de récompense, l'enfant peut apprendre à faire les choses d'une manière différente et plus acceptable. De par leur fonctionnement cérébral, les enfants TSA ne peuvent pas apprendre les choses comme les enfants au développement typique. Ils ne peuvent pas apprendre une autre façon de se comporter sans intervention spécifique.

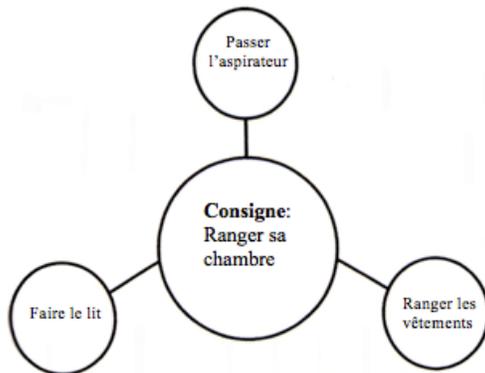
Parmi les outils qui apportent une structure et un support pour surmonter les difficultés inhérentes à leurs troubles, on peut citer les cartes heuristiques et les check-lists. La capacité visuelle est un atout qui doit être mis à profit pour adresser les difficultés de rappel des consignes et d'organisation. Je ne vais aborder ici qu'un aspect de leur utilisation.

### Les cartes heuristiques d'organisation séquentielle et les check-lists

Ces cartes retranscrivent les séquences d'action nécessaires à une tâche donnée.

Dans un premier temps, l'enfant peut apprendre à identifier les séquences nécessaires à la tâche.

**Carte heuristique pour décomposer la consigne**



- La consigne est inscrite dans la bulle du milieu.
- L'enfant apprend à identifier les composants ou les sous-tâches de l'activité en commençant par un item et à l'écrire dans une bulle.
- Progressivement il apprend à identifier toutes les étapes de l'activité.
- Dans cette première phase, l'enfant n'est pas dans l'organisation des étapes, mais simplement de présenter toutes les tâches essentielles pour mener l'activité ou consigne demandée.

Dans un deuxième temps, elles sont très utiles pour établir les priorités et l'ordre logique pour un résultat bien défini.

### **Etapes séquentielles d'une tâche**



Présenter la carte présentant la décomposition de l'activité ou de la consigne. Demander à l'enfant « quelle étape doit être effectuée d'abord, après et en dernier? ». En même temps que l'enfant mentionne les étapes lui demander de les écrire (ou les écrire pour lui) dans la bulle correspondante sur la carte séquentielle.

Généralement nous apprenons des activités de bases (comme se brosser les dents, s'habiller), lorsque nos capacités de contrôle moteur et de mémoire procédurale augmentent. Nous devenons indépendants dans des routines plus complexes qui demandent l'organisation séquentielle de ces tâches (la routine du coucher). Elles s'effectuent le plus souvent sur un mode automatique qui permet la complétion de l'activité avec des interruptions ou en mode multitâches (sur plusieurs fronts en même temps).

 Les enfants TSA ne peuvent gérer les interruptions dans les procédures apprises et ne savent pas faire face au changement.

 C'est une des applications des check-lists. Elles donnent un support visuel qui offre les repères nécessaires à la réalisation de la routine dans des situations variées. En classe comme à la maison, les check-lists peuvent être utilisées pour décomposer les étapes nécessaires à la réalisation de la tâche et permettre à l'enfant de gagner plus d'autonomie.

 Les cartes heuristiques peuvent aussi avoir un rôle dans les apprentissages. En intégrant les connaissances de façon organisée, elles facilitent leurs restitutions ultérieures.

## Conclusion

Ces quelques outils peuvent permettre aux enfants TSA (ainsi qu'à ceux présentant des troubles d'apprentissage et TDHA) de participer à la vie de la classe avec des comportements plus adaptés et de pouvoir exprimer leurs capacités académiques. Ces outils sont universels. Ils peuvent être bénéfiques pour tous. Leur implantation dans la classe pourrait aider d'autres enfants à accéder à davantage d'autonomie ou à montrer une meilleure participation sociale.

## Références :

Ayres AJ. *Sensory integration and learning disorders*, 4e éd. Los Angeles, Western Psychological Services; 1974

From anxiety to meltdown- Deborah Lipsky

Alert Program – How does your engine run? A leader guide to the Alert Program for self-regulation. By Mary Sue Williams, OTR ergothérapeute and Sherry Shellenberger, OTR ergothérapeute

A guide to implementing Sensory Strategies in the classroom setting. By Diane Corson, OTR ergothérapeute and Abby Green, OTD doctorat en ergothérapie

Sensory Integration in children – processing strategies for autism spectrum, ADHD, and other neurobehavioral disorders. By Susan Larson Kidd, EdD; EdS, doctorat en éducation

Learning the R.O.P.E.S. for improved Executive Function – A cognitive behavioral approach for individuals with high functioning autism and other behavioral disorders. By Patricia Schetter, MA, BCBA psychologue comportemental