

A

POUR AUTRE

Vanessa Ménard
Marie-Hélène Poulin

Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue

Novembre 2014

Coordination et rédaction du projet

Vanessa Ménard, étudiante à la maîtrise en psychoéducation à l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue

Marie-Hélène Poulin, professeure et responsable du projet pour l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue

Membres du comité consultatif du Centre de réadaptation La Maison

Nathalie Quirion, Directrice des services de réadaptation pour la déficience physique et les troubles envahissants du développement (TED)

Nancy Beaudoin, Éducatrice spécialisée aux services externes pour les TED

Gérard-D. Boulanger, Directeur des services professionnels, recherche et enseignement

Aude Dimanche, Orthophoniste aux services externes pour les TED

Conception graphique

PCP

3pcp.ca

Mise en contexte	6
1. Le trouble du spectre de l'autisme (TSA)	10
1.1 Comportements caractéristiques	12
1.2 Théorie de l'esprit	13
1.3 Estime de soi	19
2. Habilidadés sociales	22
2.1 Définition	23
2.2 Habilidadés sociales et TSA	23
3. Domaines généraux abordés des habilitéés sociales	26
4. Outils pour travailler la compétence sociale	32
4.1 Scénario social	33
4.2 Bande dessinée	35
4.3 Support vidéo	36
4.4 Autres	37
5. Sept scénarios tirés d'évènements de la vie quotidienne	46
Concours pour être président	49
Rencontre pour un plan d'intervention multidisciplinaire	52
Contexte de jeu	56
Organiser une fête d'amis	60
Souper de famille	64
Rendez-vous galant	68
Inviter un(e) ami(e) à la maison	72
Fiche vierge à compléter	76
6. Liste d'expressions québécoises & termes communs du langage populaire	80
Références	85
Annexe 1: aide mémoire lorsque je veux faire un appel	89
Annexe 2: fiche «Hier soir à la maison...»	91

MISE

en contexte

Ce guide a été conçu par Vanessa Ménard sous la direction de Marie-Hélène Poulin, professeure en sciences du comportement, dans le but de répondre aux exigences du programme de maîtrise en psychoéducation à l'Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue. Les services externes en trouble envahissant du développement (TED) du Centre de réadaptation La Maison (CRLM) ont proposé, comme projet de stage de Mme Ménard, de regrouper les outils disponibles dédiés à l'enseignement des habiletés sociales dans un recueil. Cette demande a donc motivé la production de ce document s'adressant d'abord à la clientèle vivant avec un trouble du spectre de l'autisme (TSA) âgée entre 6 et 17 ans. Il vise également à répondre aux besoins des intervenants qui travaillent avec les jeunes présentant ou non un TSA ainsi qu'à ceux des parents. Comme le domaine social fait partie des enjeux importants pour les jeunes, il nous semblait d'une grande importance de créer un médium qui puisse favoriser leur adaptation à ce niveau. Bien que sa visée soit réadaptative, ce guide permet également de sensibiliser le lecteur aux réalités qui teintent la relation entre les personnes vivant avec un TSA et les neurotypiques¹. Les outils offerts peuvent aussi s'adresser à des personnes qui vivent des difficultés dans la communication sociale sans présenter un trouble du spectre de l'autisme.

La section 1 et la section 2 présentent les comportements caractéristiques associés au trouble du spectre de l'autisme, la théorie de l'esprit et ses effets sur les aptitudes de la personne ayant un TSA, l'estime de soi ainsi que les habiletés sociales. Ces deux sections permettront au lecteur de se familiariser avec le contexte théorique des concepts essentiels à la compréhension des particularités sociales concernant les personnes ayant un TSA lorsqu'elles interagissent avec une personne sans TSA.

La section 3, quant à elle, définit les six domaines généraux des habiletés sociales abordés lors de l'élaboration de l'outil qui sont : autorégulation, empathie, gestion des amitiés, gestion de conflits, habiletés conversationnelles et jeu coopératif. Pour chacun d'entre eux, des habiletés spécifiques y ont été associées afin de permettre au lecteur d'avoir une vision plus concrète.

La section 4 présente deux outils qui sont fréquemment utilisés auprès des personnes ayant un trouble du spectre de l'autisme : le scénario social et la conversation en bande dessinée. Ces outils présentent une malléabilité intéressante et le lecteur pourra les utiliser selon les besoins spécifiques qu'il a en les modifiant au besoin. À la fin de cette section, un tableau réunit de nombreux outils permettant de travailler les six domaines généraux d'habiletés sociales. Cette section a été élaborée en étroite collaboration avec les intervenantes qui ont généreusement partagé les outils qu'elles privilégient.

La section 5 comprend sept fiches présentant des situations de la vie quotidienne (en groupe et individuelles). Dans les fiches complètes se trouvent la situation décrite en différentes séquences (avant/pendant/après), puis une liste des habiletés spécifiques abordées en fonction de chaque domaine général d'habiletés sociales. Il est également possible de retrouver une

¹ Terme utilisé par les personnes autistes qui désigne les personnes non-autistes.

fiche vierge où l'utilisateur peut choisir une situation lui-même et la structurer tel que désiré. Ces fiches permettent d'anticiper une situation et d'en pratiquer les habiletés requises afin d'augmenter la confiance lorsque cette situation se produira en temps réel.

La section 6 contient une liste d'expressions québécoises et de termes communs du langage populaire, ainsi qu'une courte définition pour chacun d'entre eux. Cette section permet de favoriser une compréhension commune de ces termes compte tenu que les personnes autistes ont généralement une pensée concrète, ce qui leur rend parfois la tâche difficile lorsque leur interlocuteur utilise des expressions qui réfèrent au sens figuré.

Il est important de souligner que ce guide est autoportant, mais qu'une plateforme web interactive et un DVD sont disponibles et complémentaires. La plate-forme web, accessible au www.apourautre.ca, comprend deux capsules vidéo, où des micro-habiletés sont présentées sous forme de bulles et où l'internaute doit faire des choix de comportements sociaux lorsque le visionnement s'arrête. L'utilisateur peut prendre le temps de lire l'information dans la bulle en cliquant sur celle-ci ou simplement la laisser disparaître. Cette plateforme web interactive s'adresse tant aux personnes ayant un TSA qu'à celles qui gravitent autour. Comme son contenu peut susciter divers questionnements ou réactions, il est suggéré à l'utilisateur de se référer à une personne ressource en cas de besoin. Le DVD, disponible sur demande aux auteurs, présente les deux mêmes capsules vidéo, sans bulles ni arrêts, mais où des comportements indésirables ont été introduits. Le visionnement du DVD doit donc se faire sous la supervision d'une personne neurotypique bienveillante afin de mettre en contexte les comportements visionnés et d'identifier les comportements souhaités.

Le développement de ce guide et des outils complémentaires n'aurait pas été possible sans la participation active de plusieurs personnes. Un énorme merci à toutes celles qui ont collaborées, de près ou de loin, à la création de cet outil. Entre autres, toute l'équipe des services externes aux TED du Centre de réadaptation La Maison (CRLM) et spécialement aux membres du comité consultatif qui ont validé le contenu et fourni leur appréciation tout au long du processus. Un remerciement spécial à l'équipe P.C.P. qui, au-delà de la qualité des services multimédias offerts, a démontré un réel intérêt à s'imprégner de la réalité des personnes vivant avec un TSA.

1

Le trouble du spectre de l'autisme (TSA)

- 1.1 Comportements caractéristiques
- 1.2 Théorie de l'esprit
- 1.3 Estime de soi

La participation sociale des personnes vivant avec un trouble du spectre de l'autisme est un enjeu actuel pour la société. Le changement récent de la terminologie clinique illustre la progression de notre compréhension de cet état. Auparavant, c'est le trouble envahissant du développement (TED) qui était utilisé comme terme. Cependant, depuis l'apparition de la dernière version du Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM-V), publiée au printemps 2013, cette expression a été remplacée par le trouble du spectre de l'autisme (TSA). Compte tenu de cette modification, ce sera cette nouvelle expression ainsi que son acronyme qui seront utilisés dans ce guide. Par contre, comme la publication de ce manuel demeure récente, certains faits présentés ci-dessous proviennent de la littérature qui tient toujours compte des cinq troubles envahissants du développement définis dans le DSM-IV-TR (autisme, syndrome d'Asperger, trouble envahissant du développement non spécifié, syndrome de Rett, trouble désintégratif de l'enfance) (Collège des médecins du Québec et Ordre des psychologues du Québec, 2012).



Selon le Collège des médecins et l'Ordre des psychologues du Québec (2012), cette particularité développementale est la plus fréquente chez l'enfant. Au Canada, la prévalence des diverses formes de trouble du spectre de l'autisme (TSA) se situe entre 6 et 13 enfants sur 1000. Au Québec, ce sont 9.9 enfants sur 1000 qui en sont touchés. La prévalence du TSA s'accroît, en moyenne, de 25 % par an depuis 2000-2001 (Noiseux, 2014). Il y a donc de plus en plus de cas diagnostiqués chaque année. Parmi les différents facteurs pouvant expliquer cette augmentation se retrouvent « l'élargissement des critères diagnostiques par rapport à la description initiale, la disponibilité et l'accès à des outils standardisés, la multiplication des professionnels formés, en mesure de procéder à l'évaluation, et un public et des professionnels davantage avertis et sensibilisés aux signes des TSA » (Collège des médecins du Québec et Ordre des psychologues du Québec, 2012, p.8).

Selon les Centers for Disease Control and Prevention (CDC, 2014), le TSA est présent chez toutes les ethnies et classes socioéconomiques, mais varie en importance d'un groupe à l'autre. Néanmoins, les garçons sont plus fréquemment atteints que les filles (CDC, 2014). Il peut également se présenter avec un autre trouble, comme les troubles de l'attention ou les troubles anxieux (Collège des médecins du Québec et Ordre des psychologues du Québec, 2012). C'est pour quoi la démarche évaluative s'avère importante avant de poser le diagnostic.

1.1 COMPORTEMENTS CARACTÉRISTIQUES

Les personnes présentant un TSA « [...] sont toutes caractérisées par des altérations ou des atypies dans quatre domaines de compétences : la socialisation, la communication, le jeu et l'imagination, puis la variété des intérêts et des comportements » (Collège des médecins du Québec et Ordre des psychologues du Québec, 2012, p. 8). Depuis l'apparition de la dernière version du DSM, le trouble du spectre de l'autisme se décrit selon deux domaines : *difficultés sociales et de communication* et *intérêts limités et comportements répétitifs* (Dumas, 2013).

Le premier d'entre eux:

« [...] peut se manifester par une difficulté dans la réciprocité sociale et émotionnelle, par exemple une conduite sociale anormale, un échec à suivre une conversation, une pauvre démonstration des affects et des troubles dans l'initiation sociale. Il peut aussi y avoir une altération dans les comportements de communication non verbale, comme des difficultés dans la compréhension et l'utilisation de la communication non verbale. De plus, la personne peut présenter une difficulté à établir et à maintenir des relations sociales qui correspondent à son niveau de développement » (Dumas, 2013, p.16-17).

Le deuxième domaine, pour sa part, peut consister en « [...] un discours ou des mouvements répétitifs ou stéréotypés, une adhérence inflexible à des règles, des comportements ritualisés ou une résistance au changement » (Poirier et Des Rivières-Pigeon, 2013, p. 16). Cette particularité

« [...] peut aussi se manifester par un intérêt limité sur lequel la personne se focalise de manière anormalement intense, comme dans le cas d'une grande préoccupation pour un objet auquel il est inhabituel de s'attacher. Il peut s'agir également d'une hyper- ou d'une hyporéactivité sensorielle, comme une indifférence à la douleur, aux températures extrêmes ou une réponse inhabituelle à des textures ou à des sons particuliers. De même, on peut observer un attrait pour des aspects précis de l'environnement sensoriel, qui se manifestent par des comportements tels que sentir ou toucher excessivement des objets ou par une fascination pour les lumières ou pour les objets qui tournent » (Poirier et Des Rivières-Pigeon, 2013, p.16).

De plus, le tableau clinique du TSA varie aussi en fonction des capacités cognitives de l'individu, du niveau de langage atteint et de l'âge, ce pour quoi il existe maintenant trois niveaux de sévérité selon le niveau de soutien dont a besoin l'individu présentant un TSA (APA, 2013). Il importe de se rappeler qu'il y a autant de formes d'autismes que de personnes autistes alors chaque personne est unique et doit être considérée dans son individualité. Il va de soi que les étapes d'un développement typique (avoir des amis, s'affirmer, développer son identité, etc.) sont aussi présentes chez le jeune ayant un TSA.

Les différences de perceptions entre les personnes présentant un TSA et les neurotypiques peuvent être perçues comme un avantage dans certaines sphères (Motttron, 2011). En effet, une grande partie des autistes possèdent des habiletés supérieures notamment au niveau

de la perception et du raisonnement. Mottron (2014) parle de plasticité neuronale, c'est-à-dire une souplesse d'adaptation du cerveau, ce qui permet aux personnes ayant un TSA de compenser un déficit en développant davantage les capacités d'un autre sens comme le ferait une personne non-voyante en développant son sens du toucher ou son ouïe. Ces habiletés dépassent le niveau attendu compte tenu du fonctionnement général de la personne, sans toutefois être nettement supérieur au niveau de la population générale. Il importe d'identifier les forces d'une personne présentant un TSA afin de l'aider à les utiliser pour favoriser son adaptation au monde des neurotypiques et y trouver sa place (Association québécoise des neuropsychologues, 2014).

1.2 THÉORIE DE L'ESPRIT

« La théorie de l'esprit désigne la capacité à reconnaître et à comprendre les pensées, croyances, désirs et intentions des autres personnes afin de donner sens à leur comportement et de prédire ce qu'ils sont sur le point de dire » (Attwood, 2008, p.125). Un enfant ou un adulte vivant avec un trouble du spectre de l'autisme éprouve de la difficulté à reconnaître et à comprendre les indices révélateurs des pensées et des sentiments de l'autre personne (expressions faciales, gestes, etc.) à un niveau attendu pour une personne de son âge. Il faut considérer que la personne ayant un TSA a des aptitudes de théorie de l'esprit et une empathie immature et réduite, ce qui n'équivaut pas à une absence d'empathie (Attwood, 2008). Cette difficulté de perception ne les empêche toutefois pas de ressentir des émotions et d'en être affectés. Pour vérifier le niveau d'acquisition de la théorie de l'esprit par l'enfant, le test de Sally et Anne est souvent utilisé bien qu'il ne soit pas le seul. C'est un test de fausse croyance qui vérifie si une personne comprend qu'une autre peut avoir une conception différente de la réalité. Il est illustré dans la figure qui suit.



Test de Sally et Anne (Frith, 1996)

Les enfants qui ont acquis la théorie de l'esprit affirment que Sally n'ira pas regarder dans la boîte. Sally ne peut effectivement pas savoir que la bille a été déplacée. Les enfants qui n'ont pas encore de théorie de l'esprit disent que Sally ira chercher la bille dans la boîte. Puisqu'eux savent que la bille est dans la boîte, ils pensent que Sally le sait également. Quatre-vingt pour cent des enfants avec autisme échouent à ce test (Baron-Cohen, Leslie et Frith, 1985).

1

Difficulté à lire les messages sociaux et émotionnels dans les yeux de quelqu'un

Elle ne considère pas les yeux comme étant la principale source d'informations pour la communication sociale/émotionnelle. Elle tend davantage à regarder la bouche, le corps et les objets. C'est pourquoi elle peut éprouver de la difficulté au niveau de la compréhension de l'état d'une autre personne.

2

Faire une interprétation littérale

Difficulté à comprendre la signification du ton de voix des autres personnes, qui permet normalement à celui qui écoute d'aller au-delà de l'interprétation littérale.

Difficulté à comprendre lorsqu'il y a un décalage entre l'expression du visage, le ton de la voix et le contexte.

Difficulté à détecter quand quelqu'un taquine ou est sarcastique. Les personnes ayant un TSA peuvent être perplexes face aux sarcasmes et tendent à subir le harcèlement des autres, car elles sont remarquablement crédules et supposent que les gens disent exactement ce qu'ils pensent.

Difficulté à comprendre certaines expressions ou métaphores.

3

Être considérée comme insolente ou malpolie

Tendance à parler longuement sans prendre conscience de l'ennui d'une autre personne.

Ne pas être attentive aux intérêts des autres.

4

Honnêteté et tromperie

Difficulté à comprendre que l'on peut parfois tromper les gens pour éviter des sanctions.

Très honnête.

5

Tendance à la paranoïa

Difficulté à distinguer les actions volontaires des actions accidentelles.

Difficulté à interpréter les intentions puisqu'elle n'évalue pas nécessairement le contexte et les codes sociaux. La paranoïa des personnes ayant un TSA peut être due à des expériences sociales réelles, où elles sont confrontées à un degré de harcèlement délibéré et provocateur supérieur à celui des pairs.

6

Résolution de problèmes

Difficulté à comprendre que les autres personnes peuvent avoir des pensées et aptitudes, donc lorsque la personne vivant avec un TSA fait face à un problème, elle n'aura pas nécessairement le réflexe de rechercher le soutien d'une autre personne.

7

Gestion de conflits

Difficulté à conceptualiser les perspectives et priorités de l'autre personne.

Aptitudes de persuasion limitées.

Tendance à la confrontation et à la rigidité.

Réticence à changer une décision et à admettre que l'on a fait une erreur.

Aversion au fait d'être interrompue.

Besoin compulsif de perfection.

Tendance à punir plutôt qu'à féliciter.

Tendance à éviter les demandes.

Connaissance insuffisante des stratégies alternatives.

8

Introspection et conscience de soi

Difficulté à penser les émotions, qu'elles soient celles d'une autre personne ou de soi-même.

Différence dans l'acquisition et la nature des aptitudes de la théorie de l'esprit dans le développement cognitif, ce qui l'amène à développer une forme différente de conscience de soi. Elle les acquiert en faisant usage de son intelligence et de son expérience plutôt que de l'intuition.

9

Comprendre l'embarras

Comprend dans l'abstrait le concept de l'embarras, mais moins capable de l'utiliser dans des situations nouvelles.

Tendance à moins se livrer à des gestes d'embarras (par ex. mettre la main devant la bouche, rougir, etc.).

Habile à identifier les erreurs et très enclines à signaler celles d'une autre personne.

10

Anxiété

Ne pas être sûr de ce que quelqu'un est en train de penser ou de ressentir peut être un facteur contribuant à un sentiment général d'incertitude et d'anxiété.

11

Vitesse et qualité du raisonnement social

Lenteur à gérer les points qui exigent des aptitudes de la théorie de l'esprit.

Délai des raisonnements intellectuels qui aboutit à un manque de synchronisation. Ce délai de réaction peut faire que l'autre perçoive la personne ayant un TSA comme particulièrement formelle ou pédante, jusqu'à la croire atteinte d'un retard intellectuel. Cela peut les amener à se faire traiter de stupide, ce qui peut les conduire à une mauvaise estime de soi ou à de la colère.

Difficulté à déterminer quels signaux sont importants ou non lors de rassemblements sociaux compte-tenu de la grande quantité d'informations sociales.

12

Épuisement

Haut degré d'effort intellectuel : utilise des mécanismes intellectuels pour compenser des aptitudes de la théorie de l'esprit déficientes, ce qui aboutit à un épuisement intellectuel.

1.3 ESTIME DE SOI

L'estime de soi peut se définir comme étant « [...] la conscience de sa valeur personnelle dans différents domaines. [...]. En effet, chaque individu se forge une opinion de lui sur le plan physique (apparence, habiletés, endurance, etc.), sur le plan intellectuel (capacités, mémoire, raisonnement, etc.) et sur le plan social (capacité de se faire des amis, charisme, sympathie, etc.) » (Duclos, Laporte et Ross, 1995, p.8). Cette opinion découle de l'évaluation de ses compétences à travers chaque expérience vécue. Ainsi, les personnes qui en font une évaluation positive, sont celles qui ont une bonne estime de soi ce qui signifie « [...] assumer ses responsabilités, s'affirmer, savoir répondre à ses besoins, avoir des buts et prendre les moyens pour les atteindre » (Duclos, Laporte et Ross, 1995, p.10). Ce concept regroupe également quatre composantes : le sentiment de sécurité et de confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance à un groupe et le sentiment de compétence (Duclos, 2010).

Comme mentionné précédemment, une personne présentant un trouble du spectre de l'autisme est vulnérable aux situations d'échec dans les relations sociales, ce qui peut la mener à évaluer négativement sa compétence sociale et ainsi, diminuer son sentiment de sécurité ou de confiance. Considérant ce fait, il s'avère important d'évaluer l'estime de soi avant de travailler les habiletés sociales afin d'augmenter la confiance, la motivation et le taux de réussite de l'intervention. Aussi, Duclos (2010) précise que si on veut favoriser le travail au niveau des habiletés sociales, il faut miser sur l'estime de soi avant tout. Toutefois, il est impératif que les besoins de bases des individus (physiologiques, sécurité, appartenance) qui vivent avec un TSA ou non, soient comblés avant même de penser à augmenter l'estime de soi (Maslow, 1954).

Voici quelques trucs proposés par Brigitte Harrison (2008, fiche d'intervention #5 adapté de Duclos, 2004) pour améliorer l'estime de soi :

[Apprendre à communiquer selon la pensée des personnes présentant un TSA pour échanger avec elles:](#)

- Trouver ce qu'on aime de leur personnalité et leur dire ou leur écrire (caractéristiques physiques, intelligence, habiletés, talents, gentillesse, etc.).
- Leur faire comprendre que tout le monde a des zones de vulnérabilité, des obstacles à surmonter, des défis à relever.
- Échanger avec elles sur les buts qu'elles poursuivent à court, moyen et long terme afin de les aider.
- Les aider à avoir une perspective d'avenir au niveau professionnel.

Établir une relation de confiance :

- S'intéresser sincèrement à ce qu'elles disent et les amener à s'intéresser à ce que vous lui dites avec trois conditions : sans juger l'autre, sans critiquer, sans argumenter.
- Comme l'initiation d'une conversation peut être difficile pour les personnes présentant un TSA, le moment de discussion doit être relativement structuré pour elles et en milieu connu de celles-ci pour faciliter l'échange.
- Écoutez-les d'abord. Ensuite, parler de vous, de vos goûts, de vos intérêts, de vos sentiments.

2

Habiletés sociales

2.1 Définition

2.2 Habiletés sociales

2.1 DÉFINITION

Comme mentionné précédemment, la sphère sociale fait partie des domaines où une personne présentant un trouble du spectre de l'autisme peut éprouver quelques difficultés. Pour certaines de ces personnes, « leur plus grand défi [...] est de savoir comment communiquer et interagir avec les autres dans un contexte social » (Cuny, 2012, p.482). Tout d'abord, selon Elliot et Gresham (1993), les habiletés sociales sont définies comme des comportements socialement acceptables appris qui permettent des interactions positives et qui permettent d'éviter des réponses négatives. De manière plus précise, Michelson, Suguai, Wood et Kazdin (1983) proposent une définition de l'habileté sociale en distinguant six caractéristiques essentielles :

1. Les habiletés sociales sont principalement développées par l'observation, l'imitation, le modelage;
2. Les habiletés sociales comprennent des comportements spécifiques, verbaux et non verbaux;
3. Les habiletés sociales se composent d'initiations et de réponses appropriées et efficaces;
4. Les habiletés sociales maximisent les renforcements sociaux;
5. Les habiletés sociales sont de nature interactive et impliquent des réactions efficaces et adaptées;
6. Les déficits et excès dans le fonctionnement social peuvent représenter la cible d'intervention » (Cuny, 2012, p.482).

2.2 HABILITÉS SOCIALES ET TSA

Comme tout être humain, les personnes ayant un TSA « [...] manifeste un intérêt et une conscience d'autrui. Le problème est davantage créé par une absence d'habiletés sociales plutôt que par le manque d'intérêt pour les autres » (Tardif, 2010, p. 202). Chez elles,

« le déficit des habiletés peut être expliqué par un défaut de cohérence centrale, des difficultés, voire une impossibilité d'apprentissage passant par l'implicite, des difficultés à généraliser, à percevoir les modifications d'une situation, un déficit de la théorie de l'esprit, des centres d'intérêt spécifiques, un manque d'intérêt pour les récompenses purement sociales, des difficultés de décentration, un manque d'expériences (lié à un défaut d'initiatives), et une anxiété sociale (résultant souvent de la prise de conscience des difficultés) » (Cuny, 2012, p.482).

Une altération des habiletés sociales peut aussi se traduire par des conduites inadaptées dans la résolution de problèmes sociaux (Baghdadli et Brisot-Dubois, 2011). Les comportements associés aux difficultés sociales vécues par les personnes présentant un trouble du spectre de l'autisme sont présentés à la page suivante.

Particularités des comportements sociaux chez la personne ayant un trouble du spectre de l'autisme (adapté de Tardif, 2010)

- Contact visuel fuyant
- Préfère les jeux individuels
- Désire entrer en contact, mais est plutôt solitaire
- Doit apprendre à initier, maintenir, soutenir ou conclure une interaction
- Doit apprendre à utiliser spontanément les systèmes verbaux et non verbaux de communication
- Attitude générale qui semble apathique
- Doit apprendre à respecter la distance entre elle et son interlocuteur (trop près ou trop loin)
- Les sourires, les regards et certains gestes peu significatifs
- Doit apprendre à considérer la perspective de l'autre
- Conversation centrée sur ses propres intérêts

Les éléments mentionnés ci-haut expliquent pourquoi la clientèle présentant un trouble du spectre de l'autisme a souvent des relations interpersonnelles distantes, passives, réticentes ou inadaptées. La proximité des enfants ayant un TSA avec leurs pairs ne suffit pas à promouvoir des interactions sociales positives (Poirier et Bernard, 2005). Même si les acquis sociaux sont différents d'une personne à l'autre, on sait que la reconnaissance des situations sociales ne suit pas un développement habituel pour eux (Bernier, Lamy et Mottron, 2003). Pour corriger cette lacune, il importe que l'entraînement aux habiletés sociales recouvre un ensemble de stratégies d'apprentissage visant à améliorer les relations interpersonnelles et la compréhension des situations sociales (Anderson, Pourre, Maffre et Raynaud, 2011). Poirier et Bernard (2005) ont démontré que les connaissances apprises en rencontre individuelle peuvent être transférées à un contexte de groupe comme l'imitation, le jeu et la réponse aux consignes. Les habiletés sociales sont donc généralisables à d'autres contextes même lorsqu'elles sont apprises en dyade.

De façon générale, il convient de dire que l'amitié recouvre plusieurs avantages, telles que la facilité à résoudre les problèmes, la prévention face à une mauvaise estime de soi et à l'anxiété, puis la diminution des risques de difficultés et de retards dans le développement social et émotionnel (Attwood, 2008). Cela explique donc l'importance de favoriser les bonnes habiletés sociales à adopter chez la personne autiste.

3

Domaines généraux des habiletés sociales

(Baker, 2003; Borczon, 2007; Gutstein et Sheely, 2002)

AUTORÉGULATION

DÉFINITION

Gérer ses pensées, ses comportements et ses émotions

Répondre efficacement à différents stimulus et à retourner à un équilibre stable

Réfléchir sur ses efforts et ses stratégies afin de voir l'impact sur ses apprentissages
(Lévesque, 2012)

HABILETÉS SPÉCIFIQUES

Identifier sa propre émotion

Exprimer une émotion de façon appropriée aux circonstances

Graduer une émotion

Parler à quelqu'un lorsque je suis fâché, triste, bouleversé

Composer avec le fait de faire une erreur

Faire un essai même si cela semble difficile

Essayer quelque chose de nouveau

EMPATHIE

DÉFINITION

Compréhension de l'état d'esprit d'une autre personne (Gendreau, 2001)

HABILETÉS SPÉCIFIQUES

S'assurer que les autres voient ce qu'il voit

Se préoccuper des intérêts de l'autre, trouver quelque chose qui va plaire à l'autre

Arrêter ou modifier une action ou des paroles qui dérangent ou rendent confuse une autre personne (sujet délicat)

Essayer de comprendre le point de vue ou la perspective de l'autre

Démontrer de la compréhension lorsqu'une autre personne fait une erreur

Poser des questions pour connaître les idées ou sentiments des autres

Démontrer une compréhension de l'émotion de l'autre personne

Remonter le moral à un ami

GESTION DES AMITIÉS

DÉFINITION

Manière de composer avec les amis

HABILETÉS SPÉCIFIQUES

Comprendre les différents niveaux d'amitié et d'intimité

Respecter les frontières interpersonnelles

Respect de l'opinion de l'autre

Partager un ami

Avoir l'attention de façon positive

Éviter d'être le « surveillant » ou la police des règles

Offrir de l'aide

Quand et comment rapporter l'autre

Modestie

Prendre rendez-vous avec quelqu'un

S'occuper d'un ami à la maison

Contact physique approprié

Composer avec la pression des autres

Composer avec les rumeurs

Appeler un ami

Répondre au téléphone

GESTION DE CONFLITS

DÉFINITION

Manière de composer avec les conflits

HABILETÉS SPÉCIFIQUES

S'affirmer

Accepter un « non » comme réponse

Composer avec les moqueries

Éviter de prétendre sans savoir

Donner une critique de façon positive

Accepter la critique

Chercher et trouver des solutions alternatives pour résoudre un problème

Déterminer si une action est volontaire ou accidentelle pour y réagir

HABILETÉS CONVERSATIONNELLES

DÉFINITION

Conduite adaptée lors d'une conversation avec une ou plusieurs personnes

HABILETÉS SPÉCIFIQUES

Maintenir une distance sociale adéquate de l'autre

Position d'écoute

Ton de voix

Accueillir

Quand et comment interrompre

Introduire un sujet de conversation

Demeurer dans le sujet de conversation

Maintenir la conversation

Maintenir le tour de rôle

Débuter une conversation

Joindre une conversation

Terminer une conversation

Vérifier si l'autre personne comprend

Poser une question lorsque tu ne comprends pas

Dire « je ne sais pas »

Changer de sujet de conversation

Éviter de parler trop longtemps

JEU COOPÉRATIF

DÉFINITION

Jeu impliquant des interactions avec une ou plusieurs personnes dont les règles sont prédéfinies et qui mène à un but commun dans un esprit de compétition

HABILETÉS SPÉCIFIQUES

Demander à quelqu'un pour jouer

Plaisanter avec l'autre dans le jeu

Coordonner et synchroniser son jeu à celui de l'autre

Suivre l'idée de l'autre

Assumer le rôle de meneur dans un jeu

Faire un compromis

Partager

Tour de rôle dans le jeu

Respecter les règles du jeu (ne pas tricher, ne pas être rigide)

Perdre

Gagner

Encourager

Entraide

Terminer un jeu

Rediriger son attention vers le jeu après avoir été distrait

Se sentir concerné par une consigne donnée au groupe

Être flexible dans ses rôles

Se joindre à une activité en cours

4

Outils pour travailler la compétence sociale

- 4.1 Scénario social
- 4.2 Bande dessinée
- 4.3 Support vidéo
- 4.4 Autres

Différents outils sont dédiés à l’enseignement des habiletés sociales. Afin d’optimiser leur efficacité, quelques éléments peuvent être pris en considération tels qu’illustrés ci-dessous.

Éléments favorisant l’enseignement des habiletés sociales (Mercereau, 2011)

<p>OUTILS VISUELS</p> <p>Repères qui leur sont très concrets</p>	<p>APPRENTISSAGES LUDIQUES & MOTIVANTS</p> <p>Supports ludiques et en lien avec leurs intérêts</p>	<p>DU THÉORIQUE, DU PRATIQUE, DES LIVRES MÉMOS</p> <p>Création d’un référentiel que l’on peut avoir avec soi</p>	<p>GÉNÉRALISATION DES HABILÉTÉS</p> <p>Petites missions entre chaque atelier</p>	<p>PARTIR DES BESOINS DE LA PERSONNE</p> <p>Un pour un ou groupe homogène</p>
---	---	---	---	--

4.1 SCÉNARIO SOCIAL

Les scénarios sociaux sont de courtes histoires écrites à l’intention des personnes autistes ou ayant un trouble apparenté pour décrire en séquence des situations. Ils permettent d’anticiper les réponses adaptées dans ces contextes (Gray, 1996a). Les scénarios sociaux ont été conçus pour répondre aux besoins individuels de la personne vivant avec un TSA. Ils ont plusieurs fonctions, telles que décrire n’importe laquelle situation sociale, pratiquer les habiletés sociales, expliquer le caractère fictif des histoires, des films ou autres produits de l’imagination, apprendre à s’adapter aux changements, puis traiter un large éventail de comportements (Gray, 1996a).

L’utilisation de cet outil peut amener chez la personne présentant un TSA : des acquisitions sur le plan des habiletés de communication (Adams, Gouvouis, VanLue et Waldron, 2004), une amélioration de la capacité à faire des choix d’activités, une augmentation des habiletés de jeux (Barry et Burlew, 2004), un accroissement des interactions sociales et de l’attention sociale dirigée vers les pairs (Scattone, Tingstrom et Wilczynski, 2006 ; Soenksen et Alper, 2006).

Conseils quant à la rédaction et à l’utilisation d’un scénario social:

- Utiliser un langage que la personne comprendra facilement : vocabulaire et caractère d’impression tenant compte des habiletés de la personne (Gray, 1996a).
- Écrire les scènes de la vie en société en utilisant des phrases courtes, à la première personne du singulier et au présent, comme si la personne ayant un TSA décrivait les faits comme ils se produisent (Gray, 1996a).
- « Le scénario doit comporter trois types de phrases : les phrases descriptives, qui illustrent une situation de façon claire, les phrases directives, qui présentent ce qui est attendu du sujet, puis les phrases projectives, qui décrivent les réactions potentielles des personnes

impliquées dans la situation sociale décrite » (Poirier et Des Rivières-Pigeon, 2013, p. 104).

- Les scènes peuvent être écrites au futur, pour décrire une situation à venir, de façon à la faire paraître moins menaçante. Il peut être utile d'associer certains aspects de l'évènement à venir à un évènement vécu, un environnement plus familier ou une activité connue (Gray, 1996a).
- Le scénario social peut prendre différentes formes : écrit et illustré à l'aide de dessins, d'images ou de photos, filmé (Gray et Shelley, 2006 : cités dans Poirier et Des Rivières-Pigeon, 2013), informatisé (Hagiwara et Smith-Myles, 1999 : cités dans Poirier et Des Rivières-Pigeon, 2013), ou mis sous un format musical (Brownell, 2002 : cité dans Poirier et Des Rivières-Pigeon, 2013) pour s'adapter aux besoins de la personne.
- Éviter l'emploi de mots comme *toujours*, utiliser plutôt des mots comme *habituellement* ou *parfois* (Gray, 1996a).
- Formuler les phrases directives positivement, de manière à faire connaître les réponses souhaitées plutôt que de décrire des comportements problématiques (Gray, 1996a).
- Le scénario social doit être lu, regardé ou écouté systématiquement par la personne et il doit être à portée de main en cas de besoin (Poirier et Des Rivières-Pigeon, 2013).

Exemple d'un scénario social (Tardif, 2010, p.215)

CE N'EST PAS IMPORTANT SI ON GAGNE OU PERD L'IMPORTANT C'EST DE JOUER LE JEU

C'est une bonne idée de jouer à des jeux et d'avoir du plaisir avec mes amis.

Quand je joue à un jeu, je dois suivre les règles.

Tout le monde doit connaître et suivre les règles.

C'est mieux de suivre les règles et jouer de la bonne façon.

Mes amis sont contents quand je respecte les règles.

Quand je joue et je respecte les règles, parfois je gagne et cela me rend heureux.

Parfois, c'est mon ami qui gagne et je suis content pour lui.

Parfois, je perds. C'est OK de perdre, je peux jouer une nouvelle fois ou à un autre moment.

Quand je perds, voici quelques choses que je peux me dire :

« C'est seulement un jeu, il y aura d'autres jeux », « Bravo », « Super » ou « Tu as bien joué ».

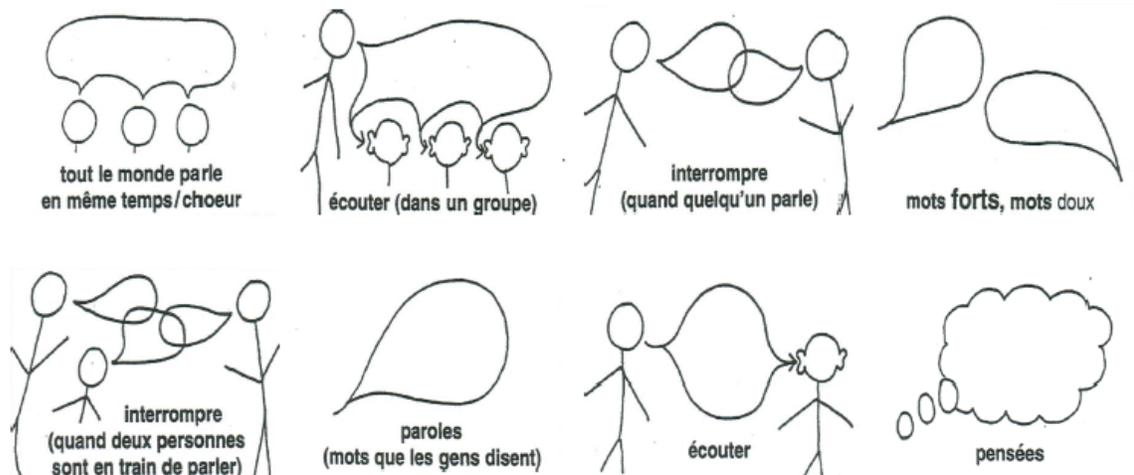
Je peux serrer la main de mon ami et l'aider à ranger.

Gagner ou perdre fait partie du jeu. L'un n'est pas plus important que l'autre. Ce qui est important, c'est d'avoir du plaisir et d'être avec mes amis.

4.2 BANDE DESSINÉE

Une conversation en bandes dessinées est une discussion entre deux ou plusieurs personnes illustrée par des dessins simples (Gray, 1996b). « Ces dessins servent à illustrer une conversation continue, et ils aident ceux qui ont de la difficulté à saisir le sens des propos, qui sont échangés rapidement, à mieux comprendre ce dont il est question » (Gray, 1996b, p.1). Elles servent aussi à travailler visuellement une situation problématique, à trouver des solutions et constituent une excellente activité préparatoire au scénario social (Gray, 1996b). « Dans les conversations en bandes dessinées, les pensées et sentiments des autres dans une situation d'interaction ont autant d'importance que les paroles et les actions » (Gray, 1996b, p.2). Les habiletés de base de la conversation sont représentées par un ensemble de huit symboles (Gray, 1996b; voir ci-dessous). Les couleurs peuvent aussi être utilisées pour imaginer les émotions, pensées ou questions (Gray, 1996b). Il est important de souligner que « [...] c'est la personne autiste qui dirige la conversation. Le parent ou le professionnel guide sans diriger [...] » (Gray, 1996b, p. 6).

Symboles d'une conversation en bandes dessinées (Gray, 1996b, appendice A)



4.3 SUPPORT VIDÉO

Plusieurs moyens, tels que les jeux de rôles, les scénarios sociaux et les jeux de société, sont utilisés auprès de la clientèle autistique afin de favoriser l'acquisition de meilleures compétences sociales (Leclair Arvisais, 2010). Cependant, peu de ressources vidéo sont disponibles pour les intervenants œuvrant avec cette clientèle malgré leur efficacité.

Mottron (2004) mentionne quelques compétences typiques des personnes autistes telles qu'une mémoire très efficace et une perception sensorielle hors du commun. Aussi, bien qu'elles peuvent éprouver des difficultés à traiter les informations affectives et porteuses de sens en situation de communication, les personnes autistes semblent capables de bien assimiler les composantes physiques de l'environnement (Mottron, 2004). Considérant tous ces facteurs, les supports de type visuel sont facilitants pour la clientèle autiste (Serret, Myquel, Renaudo, Argaud et Askenazy, 2009). L'étude menée par Serret et al. (2009) utilise le support vidéo. Lors de la présentation des résultats, ils relatent une réaction d'un participant qui démontre son intérêt vis-à-vis du moyen utilisé : « Un sujet est par exemple venu vers un membre de l'équipe et lui a adressé la parole spontanément, en parlant de la séquence qu'il venait de voir, partageant ainsi son excitation et ce qui semblait être du plaisir [...] » (p.264). Cela illustre une fois de plus les effets positifs de l'utilisation de ce type de support.

Leclair Arvisais (2010) propose également l'utilisation de séquences de film pour favoriser l'apprentissage d'habiletés sociales. En effet, le modelage est la technique la plus fréquemment proposée selon Leclair Arvisais (2010), et c'est par ce médium qu'elle peut, entre autres, être utilisée.

« La façon la plus simple est d'utiliser une caméra numérique pour effectuer un montage de photos ou un montage vidéo : (a) choisir l'habileté à évaluer, (b) la diviser en étapes, (c) prendre des photos ou filmer chacune des étapes, (d) faire le montage (peut être réalisé par les participants), (e) présenter en utilisant la technique du modelage. L'utilisation de cette technique permet quelques variantes. Par exemple, il est possible d'ajouter des consignes sonores aux photos. Il faut aussi considérer que des extraits de séquences visuelles déjà préparées ou d'émissions télévisées peuvent être utilisés. Soulignons que tous les enregistrements vidéos, qu'ils soient déjà prêts ou qu'ils soient préparés par les participants et les intervenants, ont plusieurs avantages, car ils permettent : (a) de susciter l'intérêt rapidement, (b) une répétition de la séquence, (c) d'utiliser le verbal comme le non-verbal, (d) un arrêt à certains endroits pour la discussion » (Leclair Arvisais, 2010, p.9).

4.4 AUTRES

Le tableau ci-dessous présente différents outils favorisant l'enseignement des habiletés sociales. Pour chacun d'entre eux, le ou les domaine(s) concerné(s), abordés précédemment, sont précisés ainsi que les références de leur provenance. Il est important de souligner que cette liste n'est pas exhaustive et que nous ne faisons pas la promotion d'outils. Elle a été élaborée avec la collaboration de différents professionnels et intervenants du Centre de réadaptation La Maison.

Liste d'outils pertinents dédiés à l'enseignement des habiletés sociales selon leur type.

OUVRAGES & DOCUMENTS

Apprendre aux enfants autistes à comprendre la pensée des autres : guide pratique	Empathie	Baron-Cohen, S., Hadwin, J. et Howlin, P. (2011). <i>Apprendre aux enfants autistes à comprendre la pensée des autres : guide pratique</i> . Bruxelles : De Boeck.
Apprendre... avec Réfecto	Gestion de conflits	Gagné, P.P. et Longpré, L.-P. (2004). <i>Apprendre... avec Réfecto</i> . Montréal : Chenelière Éducation.
Apprends-moi le langage	Autorégulation	Freeman, S. et Dake, L. (2010). <i>Apprends-moi le langage</i> . (traduit de l'anglais) Bellingham, WA : SKF Books.
Asperger : Qu'est-ce que c'est pour moi ?	Gestion des amitiés Habiletés conversationnelles	Faherty, C. (2005). <i>Asperger : Qu'est-ce que c'est pour moi?</i> (traduit de l'anglais) France : Autisme France Diffusion.
Binôme	Habiletés conversationnelles	Harrisson, B. et St-Charles, L. (2007). <i>Binôme SACCADE</i> . Québec : Concept CONSULTÉD.

Conversations en bandes dessinées	Autorégulation Empathie Gestion des amitiés Gestion de conflits Habilités conversationnelles Jeu coopératif	Gray, C. (1996). <i>Conversations en bandes dessinées</i> . (C. Bouchard et U. Hoff, trad.). Québec : Jenison Public Schools. (L'ouvrage original a été publié en 1994)
Fiche « Mémo » pour se présenter	Habilités conversationnelles	Mercereau, J. (2011, avril). <i>Habilités sociales et troubles envahissant du développement</i> . Journée mondiale de l'autisme, Sanary-Sur-Mer, France.
Guide à l'emploi pour les TSA au pays des neurotypiques	Gestion des amitiés	Fédération québécoise de l'autisme et des autres troubles envahissants du développement (2013). <i>Guide à l'emploi pour les TSA au pays des neurotypiques</i> . Montréal : FQATED.
Guide de vie pour les TED au pays des neurotypiques	Gestion des amitiés	Fédération québécoise de l'autisme et des autres troubles envahissants du développement (2009). <i>Guide de vie pour les TED au pays des neurotypiques</i> . Montréal : FQATED.
L'esprit des autres	Empathie Gestion de conflits	Monfort, M. et Monfort Juarez, I. (2001). <i>L'esprit des autres</i> . Madrid : Entha.
L'esprit des autres 2	Empathie Gestion de conflits	Monfort, M. et Monfort Juarez, I. (2006). <i>L'esprit des autres 2</i> . Madrid : Entha.
L'incroyable échelle à 5 points	Autorégulation Empathie Gestion de conflits Gestion des émotions Habilités conversationnelles	Buron, K. D. et Curtis, M. (2009). <i>L'incroyable échelle à 5 points</i> . Kansas : Autism Asperger Publishing Company.

<p>Liste d'applications Projet Pilote Ipad du CRDITED-CA</p>	<p>Autorégulation Empathie Gestion des amitiés Gestions de conflits Habilités conversationnelles Jeu coopératif</p>	<p>Commission scolaire de Laval (2014). <i>Liste d'applications Projet Pilote Ipad du CRDITED-CA</i>. Laval : Commission scolaire de Laval.</p> <p>Voici le lien menant à cette liste : http://www2.cslaval.qc.ca/recit/IMG/pdf_F1909308706_Liste_d_applications_projet_pilote_CRDITED.pdf</p>
<p>Programme utilisant un DVD interactif sur la lecture des émotions</p>	<p>Autorégulation Empathie</p>	<p>Baron-Cohen, S. (2007). <i>Mind Reading : The Interactive Guide to Emotions</i>. London : Jessica Kingsley Publishers.</p>
<p>Question d'expérience</p>	<p>Gestion de conflits</p>	<p>Rowlands, D. (1994). <i>Question d'expérience</i>. Montréal : Chenelière Éducation.</p>
<p>Recueil d'outils destinés aux intervenants en milieu scolaire pour faciliter l'intégration chez les élèves atteints d'un trouble du spectre de l'autisme</p>	<p>Autorégulation Empathie Gestion des amitiés Gestion de conflits Habilités conversationnelles Jeu coopératif</p>	<p>Normandin, M. (2013). <i>Recueil d'outils destinés aux intervenants en milieu scolaire pour faciliter l'intégration chez les élèves atteints d'un trouble du spectre de l'autisme</i>. Rouyn-Noranda : Université du Québec en Abitibi-Témiscamingue.</p> <p>Guide : http://www.autisme.qc.ca/assets/files/boite-outils/intervention-education/guide_intervenants/Communication2.pdf</p>
<p><i>Relationship Development Intervention with Children, Adolescents and Adults</i></p>	<p>Gestion des amitiés Jeu coopératif</p>	<p>Gutstein, S.E. et Sheely, R. K. (2002). <i>Relationship Development Intervention with Children, Adolescents and Adults</i>. London : Jessica Kingsley Publishers.</p>

S'amuser avec les habiletés sociales	<p>Autorégulation Empathie Gestion des amitiés Gestion de conflits Habiletés conversationnelles Jeu coopératif</p>	<p>Cassé, A. et Garin, T. (2014). <i>S'amuser avec les habiletés sociales</i>. Bruxelles : De Boeck.</p>
Scénarios sociaux	<p>Autorégulation Empathie Gestion des amitiés Gestion de conflits Habiletés conversationnelles Jeu coopératif</p>	<p>Gray, C. (1996). <i>Nouveau livre de scénarios sociaux 1994</i>. (C. Bouchard et U. Hoff, trad.). Québec : Jenison Public Schools. (L'ouvrage original a été publié en 1994)</p> <p>Gray, C. (2010). <i>The new social story book</i>. Arlington, TX : Future Horizons. (inclut un CD avec scénarios en fichiers Word modifiables)</p> <p>Howley, M. et Arnold, E. (2005). <i>Revealing the hidden social code social stories for people with autistic spectrum disorders</i>. London : Jessica Kingsley Publishers.</p> <p>Voir également : www.thegraycenter.org</p>
Sociabilus	<p>Habiletés conversationnelles Jeu coopératif</p>	<p>Paradis, C. Lacasse, F. et Bastien, N. (2007). <i>Sociabilus</i>. Montréal : CECOM de l'Hôpital Rivière-Des-Prairies et Centre du Florès de la région des Laurentides.</p>
Socialement génial : trucs et astuces pour développer tes habiletés sociales	<p>Autorégulation Empathie Gestion des amitiés Gestion de conflits Habiletés conversationnelles</p>	<p>Deslauriers, S. (2014). <i>Socialement génial : trucs et astuces pour développer tes habiletés sociales</i>. Québec : Éditions Midi Trente.</p>

Socio-Guide	<p>Autorégulation Empathie Gestion des amitiés Gestion de conflits Habilités conversationnelles</p>	<p>Bernier, S., Lamy, M. et Mottron, L. (2003). <i>Socio-Guide</i>. Montréal : CECOM et Clinique spécialisée des troubles envahissants du développement sans déficience intellectuelle de l'Hôpital Rivière-des-Prairies.</p>
Stratégies et problèmes	Gestion de conflits	<p>Champagne, G. (1995) <i>Stratégies et problèmes</i>. Laval : Beauchemin.</p>
Thermomètre des émotions	Autorégulation	<p>Psycho-oncology (s.d.). <i>Thermomètre de mes émotions</i>. Adapté de Mitchell, A. J. NCNN <i>Distress Thermometer</i> [Site web]. Consulté le 4 septembre 2014 à http://www.psycho-oncology.info/ET_ajmitchell_french.pdf</p>
83 problèmes de logique	Gestion de conflits	<p>Schneider, E. et Schneider, J-B. (2000). <i>83 problèmes de logique</i>. Schiltigheim, France : Éditions Accès.</p>

OUTILS MAISONS & AUTRES

Affiche lorsque je fais une gaffe	Autorégulation	<p>Voici le lien menant à l'affiche : http://ekladata.com/charivari.eklablog.com/perso/2012/affiche%20oup%20charivari.pdf</p>
Aide-mémoire lorsque je veux faire un appel	Habilités conversationnelles	Voir annexe 1

Bâton de parole	Habiletés conversationnelles	<p>Celui qui prend le bâton a quelque chose à dire et demande l'écoute, l'attention et le respect de tous. Il ne sera pas interrompu.</p> <p>Le bâton en main, il n'est plus question de parler sur l'autre mais au contraire de revenir à soi et d'exprimer, dans le registre du témoignage, une idée, un ressenti, un fait, un sentiment, une croyance... (http://www.paroles-partagees.org/le_baton_de_parole_205.php)</p>
Calmomètre	Autorégulation	<p>Source : http://www.academieimpact.com/fr/psyboutique_details.php?id=72</p>
Fiche « hier soir à la maison... »	Habiletés conversationnelles	Voir annexe 2
Jeu de rôles	<p>Gestion des amitiés</p> <p>Gestion de conflits</p> <p>Habiletés conversationnelles</p>	Improvisation, théâtre, pratiquer une situation hors contexte
Jeux de société	Jeu coopératif	<p>Source : http://www.1activite.com/actipedia/jeu-de-societe-tous-ensemble-autour-d-une-table-1.html</p>
Jeux moteur (Deux personnes ou plus)	Jeu coopératif	Échange de ballon, balle, parachute, frisbee, etc.
Pratiquer un instrument de musique	<p>Autorégulation</p> <p>Habiletés conversationnelles</p>	Rythme de la conversation et régulation des émotions

Jeux symboliques ou faire-semblant	Autorégulation Empathie Gestion de conflits	Jouer avec une maison de poupée et des personnages, jouer avec des marionnettes, jouer au vétérinaire, etc.
Moyens sensoriels	Autorégulation	Balle de stress, écouter de la musique, manipulations de différentes textures, etc.
Outils d'expressions artistiques	Autorégulation	Dessin à l'aide de différents médiums (crayon de bois, feutre, pastel, peinture), terre glaise, etc.
Outils visuels	Gestion de conflits	Thermomètre de résolution de problème, thermomètre de la colère, etc.
Technique de respiration	Autorégulation	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bouche fermée, inspirez par le nez en gonflant le ventre. 2. Bouche fermée, gardez l'air pendant quelques secondes. 3. Expirez par la bouche en rentrant le ventre. 4. Bouche fermée, restez les poumons vides pendant quelques secondes.

SITES WEB & APPLICATIONS MOBILES

Applications autisme	Autorégulation Empathie Gestion des amitiés Gestion de conflits Habilités conversationnelles Jeu coopératif	Auticiel (2014). Applications-Autisme. [Site Web]. Consulté le 24 septembre 2014 à http://applications-autisme.com/
----------------------	--	--

Connaissance des signes physiologiques (par ex. : mascotte des émotions)	Autorégulation	Centre de Ressources Autisme (s.d.). <i>Expression des émotions avec le corps</i> [Page Web]. Consulté le 27 août 2014 à http://www.autisme-ressources-lr.fr/Expression-des-emotions-avec-le-corps
<i>Emotion X</i> (application iPhone et iPad)	Autorégulation Empathie	Dunedin Multimedia Limited (2014). <i>Emotion X</i> [Page Web]. Consulté le 3 septembre 2014 à https://itunes.apple.com/fr/app/emotion-x/id401625757?mt=8
Fédération québécoise de l'autisme	Autorégulation Empathie Gestion des amitiés Gestion de conflits Habilités conversationnelles Jeu coopératif	Fédération québécoise de l'autisme (s.d.). <i>Boite à outils</i> [Page web]. Consulté le 27 août 2014 à http://www.autisme.qc.ca/la-boite-a-outils.html
Quelques habiletés sociales en capsule vidéo	Gestion des amitiés Habilités conversationnelles	Centre de Ressources Autisme (s.d.). <i>Habilités sociales</i> [Page Web]. Consulté le 27 août 2014 à http://www.autisme-ressources-lr.fr/Habiletes-sociales
Marguerite	Gestion des amitiés	Harrisson, B. et St-Charles, L. (2010). <i>Matériel éducatif</i> [Page Web]. Consulté le 4 septembre 2014 à http://www.conceptconsulted.com/materiels.aspx
Site web pour créer des bandes dessinées	Autorégulation Empathie Gestion des amitiés Gestion de conflits Habilités conversationnelles Jeu coopératif	<i>Pixton Comics Inc.</i> (2014). [Site Web]. Consulté le 1er septembre 2014 à http://www.pixton.com/qc/

Technique de yoga

Autorégulation

PedaYoga (2010). [Site Web]. Consulté le 3 septembre 2014 à <http://www.pedayoga.ca/>

Vigie technologique de l'institut universitaire du CRDI-TED (applications iPad)

Autorégulation
Empathie
Gestion des amitiés
Gestion de conflits
Habiletés conversationnelles
Jeu coopératif

Gestion de l'innovation technoclinique (s.d.). *Vigie technoclinique : trouver une application* [Page Web]. Consulté le 27 août 2014 à https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/pls/public/gscw031?owa_no_site=3228&owa_no_fiche=13&owa_aperçu=N&owa_imprimable=N&owa_bottin=

5

Sept scénarios tirés d'évènements
de la vie quotidienne

Les particularités des personnes ayant un TSA, quant à leur capacité d'autorégulation, exigent de rendre l'environnement le plus prévisible possible (Prizant, Wetherby, Rubin et Laurent, 2003). Il est donc primordial de leur transmettre les informations pertinentes avant qu'elles soient en contexte réel afin qu'elles puissent anticiper les événements et prévoir des stratégies d'adaptation visant à réduire l'anxiété liée aux imprévus. Par exemple, pour le souper de famille (voir situation de groupe n°5), il sera opportun de fournir les informations suivantes au jeune: le menu, les personnes présentes, la durée approximative, les principales règles sociales, les attentes envers lui, etc. L'utilisation des fiches qui suivent permettra d'expérimenter des situations sociales en jeu de rôle dans le but de minimiser les impacts liés à la nouveauté et d'augmenter le degré de confort lorsque cette situation se produira.

Ces fiches ont été élaborées en prenant en compte différentes situations de la vie quotidienne auxquelles une personne présentant un trouble du spectre de l'autisme pourrait faire face. À l'intérieur des fiches complètes, la situation est décrite en fonction du temps (avant, pendant, après) et les habiletés pouvant être abordées sont inscrites selon une liste à cocher dans leur domaine respectif. Une fiche vierge a également été créée, ce qui permet de choisir une situation quelconque et de la structurer tel que désiré.

n°1

Concours pour être président

Situation de groupe

PRÉPARATION DE LA CAMPAGNE

- Faire des affiches
- Faire des discours préparatoires
- Se faire connaître des autres comme candidat
- Composer son discours

DISCOURS ÉLECTORAL

- Composer son discours
- Présenter son discours

NOMINATION DU CANDIDAT

- Attendre pendant les votes
 - Présentation du nom du candidat élu
 - Discours en cas de victoire ou en cas de défaite
-

Autorégulation:

- Identifier sa propre émotion
- Exprimer une émotion de façon appropriée aux circonstances
- Graduer une émotion
- Parler à quelqu'un lorsque je suis fâché, triste, bouleversé
- Faire un essai même si le travail est difficile
- Essayer quelque chose de nouveau

Empathie:

- Se préoccuper des intérêts de l'autre, trouver quelque chose qui va plaire à l'autre
- Arrêter ou modifier une action ou des paroles qui dérangent ou rendent confuse une autre personne (sujet délicat)
- Essayer de comprendre le point de vue ou la perspective de l'autre
- Gestion des amitiés :
- Respect de l'opinion de l'autre
- Composer avec la pression des autres

Gestion de conflits:

- S'affirmer
- Accepter un « non » comme réponse
- Éviter de prétendre sans savoir
- Accepter la critique
- Chercher et trouver des solutions alternatives pour résoudre un problème

Habiletés conversationnelles:

- Maintenir une distance sociale adéquate de l'autre
- Position d'écoute
- Ton de voix
- Accueillir
- Quand et comment interrompre
- Demeurer dans le sujet de conversation
- Vérifier si l'autre personne comprend
- Poser une question lorsque tu ne comprends pas
- Dire « je ne sais pas »
- Éviter de parler trop longtemps

n°2

Rencontre pour un plan
d'intervention multidisciplinaire

Situation de groupe

AVANT LA RENCONTRE

- Discuter avec ses parents et les intervenants pour se préparer à la rencontre,
- autant à propos des objectifs que sur la manière d'agir

PENDANT LA RENCONTRE

- S'affirmer : faire part de son accord, de son désaccord, de son point de vue
- Respecter le point de vue des autres
- Collaborer

APRÈS LA RENCONTRE

- Collaborer aux rencontres avec les intervenants
- Ventiler avec ses parents sur ce que cela lui fait vivre

Autorégulation:

- Identifier sa propre émotion
- Exprimer une émotion de façon appropriée aux circonstances
- Graduer une émotion
- Parler à quelqu'un lorsque je suis fâché, triste, bouleversé
- Faire un essai même si le travail est difficile
- Essayer quelque chose de nouveau

Empathie:

- Arrêter ou modifier une action ou des paroles qui dérangent ou rendent confuse une autre personne (sujet délicat)
- Essayer de comprendre le point de vue ou la perspective de l'autre
- Gestion des amitiés :
- Respect de l'opinion de l'autre
- Composer avec la pression des autres

Gestion de conflits:

- S'affirmer
- Accepter un « non » comme réponse
- Éviter de prétendre sans savoir
- Accepter la critique
- Chercher et trouver des solutions alternatives pour résoudre un problème

Habiletés conversationnelles:

- Maintenir une distance sociale adéquate de l'autre
- Position d'écoute
- Ton de voix
- Accueillir
- Quand et comment interrompre
- Demeurer dans le sujet de conversation
- Maintenir le tour de rôle
- Vérifier si l'autre personne comprend
- Poser une question lorsque tu ne comprends pas
- Dire « je ne sais pas »
- Éviter de parler trop longtemps

n°3

Contexte de jeu

Situation de groupe

AVANT LE JEU

- Demander à quelqu'un ou des amis pour jouer
- Aider les autres à comprendre le jeu proposé ou écouter les explications des règles par un coéquipier

PENDANT LE JEU

- Respecter les règles
- Respecter le rythme de chacun
- Respecter le tour de rôle

APRÈS LE JEU

- Être bon gagnant
 - Être bon perdant
 - Aider à ramasser le jeu
 - Poursuivre ses activités
-

Autorégulation:

- Identifier sa propre émotion
- Exprimer une émotion de façon appropriée aux circonstances
- Grader une émotion
- Parler à quelqu'un lorsque je suis fâché, triste, bouleversé
- Composer avec le fait de faire une erreur, accepter l'aide
- Faire un essai même si le travail est difficile
- Essayer quelque chose de nouveau

Empathie:

- S'assurer que les autres voient ce qu'il voit
- Se préoccuper des intérêts de l'autre, trouver quelque chose qui va plaire à l'autre
- Arrêter ou modifier une action ou des paroles qui dérangent ou rendent confuse une autre personne (sujet délicat)
- Essayer de comprendre le point de vue ou la perspective de l'autre
- Démontrer de la compréhension lorsqu'une autre personne fait une erreur
- Poser des questions pour connaître les idées ou les sentiments des autres
- Démontrer une compréhension de l'émotion d'une autre personne
- Remonter le moral à un ami

Gestion des amitiés:

- Comprendre les différents niveaux d'amitié
- Respecter les frontières interpersonnelles
- Respect de l'opinion de l'autre
- Partager un ami

- Avoir l'attention de façon positive
- Éviter d'être le « surveillant » ou la police des règles
- Offrir de l'aide
- Quand et comment rapporter l'autre
- Modestie
- S'occuper d'un ami à la maison
- Contact physique approprié
- Composer avec la pression des autres
- Composer avec les rumeurs
- Appeler un ami
- Répondre au téléphone

Gestion de conflits:

- S'affirmer
- Accepter un « non » comme réponse
- Composer avec les moqueries
- Éviter de prétendre sans savoir
- Donner une critique de façon positive
- Accepter la critique
- Chercher et trouver des solutions alternatives pour résoudre un problème
- Déterminer si une action est volontaire ou accidentelle pour y réagir

Habilités conversationnelles:

- Maintenir une distance sociale adéquate
- Position d'écoute
- Ton de voix
- Accueillir
- Quand et comment interrompre
- Maintenir le tour de rôle
- Vérifier si l'autre personne comprend
- Poser une question lorsque tu ne comprends pas
- Dire « je ne sais pas »
- Éviter de parler trop longtemps

Jeu coopératif:

- Demander à quelqu'un pour jouer
- Plaisanter avec l'autre dans le jeu
- Coordonner et synchroniser son jeu à celui de l'autre
- Suivre l'idée de l'autre
- Assumer le rôle de meneur dans un jeu
- Faire un compromis
- Partager
- Tour de rôle dans le jeu
- Respecter les règles du jeu (ne pas tricher, ne pas être rigide)
- Perdre
- Gagner
- Encourager
- Entraide
- Terminer un jeu
- Rediriger son attention vers le jeu après avoir été distrait
- Se sentir concerné par une consigne donnée au groupe
- Être flexible dans ses rôles
- Se joindre à une activité en cours

n°4

Organiser une fête d'amis

Situation de groupe

AVANT LA FÊTE

- Appeler des amis
- Préparation : choix des activités, achat de matériel, collation, horaire
- Accueillir les amis

PENDANT LA FÊTE

- Proposer aux amis les choix d'activités
- S'occuper de tous les invités
- Participer de manière active aux activités et/ou contexte de jeu
- Recevoir les cadeaux et les ouvrir
- Être reconnaissant

APRÈS LA FÊTE

- Savoir quand la fête est terminée
- Dire au revoir aux amis

Autorégulation:

- Identifier sa propre émotion
- Exprimer une émotion de façon appropriée aux circonstances
- Graduer une émotion
- Parler à quelqu'un lorsque je suis fâché, triste, bouleversé
- Composer avec le fait de faire une erreur, accepter l'aide
- Essayer quelque chose de nouveau

Empathie:

- Se préoccuper des intérêts de l'autre, trouver quelque chose qui va plaire à l'autre
- Arrêter ou modifier une action ou des paroles qui dérangent ou rendent confuse une autre personne (sujet délicat)
- Essayer de comprendre le point de vue ou la perspective de l'autre
- Démontrer de la compréhension lorsqu'une autre personne fait une erreur
- Poser des questions pour connaître les idées ou sentiments des autres
- Démontrer une compréhension de l'émotion d'une autre personne
- Remonter le moral à un ami

Gestion des amitiés:

- Comprendre les différents niveaux d'amitié et d'intimité
- Respecter les frontières interpersonnelles
- Respect de l'opinion de l'autre
- Partager un ami

- Avoir l'attention de façon positive
- Éviter d'être le « surveillant » ou la police des règles
- Offrir de l'aide
- Quand et comment rapporter l'autre
- Modestie
- S'occuper d'un ami à la maison
- Contact physique approprié
- Composer avec la pression des autres
- Appeler un (des) amis
- Répondre au téléphone

Gestion de conflits:

- S'affirmer
- Accepter un « non » comme réponse
- Composer avec les moqueries
- Éviter de prétendre sans savoir
- Donner une critique de façon positive
- Accepter la critique
- Chercher et trouver des solutions alternatives pour résoudre un problème
- Déterminer si une action est volontaire ou accidentelle pour y réagir

Habiletés conversationnelles:

- Maintenir une distance sociale adéquate de l'autre
- Position d'écoute
- Ton de voix
- Accueillir
- Quand et comment interrompre
- Introduire un sujet de conversation
- Demeurer dans le sujet de conversation
- Maintenir la conversation
- Maintenir le tour de rôle
- Joindre une conversation
- Vérifier si l'autre personne comprend
- Poser une question lorsque tu ne comprends pas
- Dire « je ne sais pas »
- Changer de sujet de conversation
- Éviter de parler trop longtemps

Jeu coopératif:

- Demander à quelqu'un pour jouer
- Plaisanter avec l'autre dans le jeu
- Coordonner et synchroniser son jeu à celui de l'autre
- Suivre l'idée de l'autre
- Assumer le rôle de meneur dans un jeu
- Faire un compromis
- Partager
- Tour de rôle dans le jeu
- Respecter les règles du jeu (ne pas tricher, ne pas être rigide)
- Perdre
- Gagner
- Encourager
- Entraide
- Terminer un jeu
- Rediriger son attention vers le jeu après avoir été distrait
- Se sentir concerné par une consigne donnée au groupe
- Être flexible dans ses rôles
- Se joindre à une activité en cours

n°5

Souper de famille

Situation de groupe

AVANT LE SOUPER

- S'informer des détails: horaire, personnes présentes, sujets de discussion à éviter, menu
- Offrir son aide : mettre la table, préparer certains éléments du repas
- Accueillir les gens à la maison/Saluer les gens à l'arrivée chez le membre de sa famille où se déroule le souper

PENDANT LE SOUPER

- Être poli : dire svp/ merci, ne pas avoir de rapport, bien manger, autres
- Discuter avec les autres

APRÈS LE SOUPER

- Offrir son aide : desservir la table, faire la vaisselle
- S'il y a lieu, jeu de société en famille après le repas : participer activement
- Saluer les gens au départ

Autorégulation:

- Identifier sa propre émotion
- Exprimer une émotion de façon appropriée aux circonstances
- Graduer une émotion
- Parler à quelqu'un lorsque je suis fâché, triste, bouleversé
- Composer avec le fait de faire une erreur, accepter l'aide
- Essayer quelque chose de nouveau

Empathie:

- Arrêter ou modifier une action ou des paroles qui dérangent ou rendent confuse une autre personne (sujet délicat)
- Essayer de comprendre le point de vue ou la perspective de l'autre
- Démontrer de la compréhension lorsqu'une autre personne fait une erreur
- Poser des questions pour connaître les idées ou sentiments des autres
- Démontrer une compréhension de l'émotion d'une autre personne

Gestion des amitiés:

- Respecter les frontières interpersonnelles
- Respect de l'opinion de l'autre
- Avoir l'attention de façon positive

- Offrir de l'aide
- Quand et comment rapporter l'autre
- Modestie
- Contact physique approprié
- Composer avec la pression des autres

Gestion de conflits:

- S'affirmer
- Accepter un « non » comme réponse
- Composer avec les moqueries
- Éviter de prétendre sans savoir
- Donner une critique de façon positive
- Accepter la critique
- Chercher et trouver des solutions alternatives pour résoudre un problème
- Déterminer si une action est volontaire ou accidentelle pour d'y réagir

Habiletés conversationnelles:

- Maintenir une distance sociale adéquate de l'autre
- Position d'écoute
- Ton de voix
- Accueillir
- Quand et comment interrompre
- Introduire un sujet de conversation
- Demeurer dans le sujet de conversation
- Maintenir la conversation
- Maintenir le tour de rôle
- Joindre une conversation
- Terminer une conversation
- Vérifier si l'autre personne comprend
- Poser une question lorsque tu ne comprends pas
- Dire « je ne sais pas »
- Changer de sujet de conversation
- Éviter de parler trop longtemps

Jeu coopératif:

- Plaisanter avec l'autre dans le jeu
- Coordonner et synchroniser son jeu à celui de l'autre
- Suivre l'idée de l'autre
- Assumer le rôle de meneur dans un jeu
- Faire un compromis
- Partager
- Tour de rôle dans le jeu
- Respecter les règles du jeu (ne pas tricher, ne pas être rigide)
- Perdre
- Gagner
- Encourager
- Entraide
- Terminer un jeu
- Rediriger son attention vers le jeu après avoir été distrait
- Se sentir concerné par une consigne donnée au groupe
- Être flexible dans ses rôles
- Se joindre à une activité en cours

n°6

Rendez-vous galant

Situation individuelle n°1

AVANT LA SORTIE

- Appeler un(e) ami(e)
- Se préparer (physiquement et psychologiquement)
- Préparer son argent
- Prévoir la manière pour s'y rendre et pour revenir

PENDANT LA SORTIE

- Être galant/poli : dire s.v.p. /merci, ne pas avoir de rapport, bien manger ou autres
- Commander le repas
- Discuter
- Avertir lorsque besoin d'aller à la salle de bain

APRÈS LA SORTIE

- Savoir lorsque la sortie est terminée
 - Attendre la personne
 - Demander l'addition
 - Payer
 - Dire au revoir à la personne
-

Autorégulation:

- Identifier une émotion
- Exprimer une émotion de façon appropriée aux circonstances
- Grader une émotion
- Composer avec le fait de faire une erreur, accepter l'aide
- Essayer quelque chose de nouveau

Empathie:

- Se préoccuper des intérêts de l'autre, trouver quelque chose qui va plaire à l'autre
- Arrêter ou modifier une action ou des paroles qui dérangent ou rendent confuse une autre personne (sujet délicat)
- Essayer de comprendre le point de vue ou la perspective de l'autre
- Démontrer de la compréhension lorsqu'une autre personne fait une erreur
- Poser des questions pour connaître les idées ou sentiments des autres
- Démontrer une compréhension de l'émotion de l'autre personne
- Remonter le moral à un ami

Gestion des amitiés:

- Comprendre les différents niveaux d'amitié et d'intimité
- Respecter les frontières interpersonnelles
- Respect de l'opinion de l'autre
- Partager un ami
- Avoir l'attention de façon positive
- Offrir de l'aide

- Modestie
- Prendre rendez-vous avec quelqu'un
- Contact physique approprié
- Composer avec la pression des autres
- Composer avec les rumeurs
- Appeler un ami
- Répondre au téléphone

Gestion de conflits:

- S'affirmer
- Accepter un « non » comme réponse
- Composer avec les moqueries
- Éviter de prétendre sans savoir
- Donner une critique de façon positive
- Accepter la critique
- Chercher et trouver des solutions alternatives pour résoudre un problème
- Déterminer si une action est volontaire ou accidentelle pour y réagir

Habiletés conversationnelles:

- Maintenir une distance sociale adéquate de l'autre
- Position d'écoute
- Ton de voix
- Accueillir
- Quand et comment interrompre
- Introduire un sujet de conversation
- Demeurer dans le sujet de conversation
- Maintenir la conversation
- Maintenir le tour de rôle
- Débuter une conversation
- Joindre une conversation
- Terminer une conversation
- Vérifier si l'autre personne comprend
- Poser une question lorsque tu ne comprends pas
- Dire « je ne sais pas »
- Changer de sujet de conversation
- Éviter de parler trop longtemps



Inviter un(e) ami(e) à la maison

Situation individuelle n°2

INVITER L'AMI(E) À LA MAISON

- Demander la permission aux parents
- Appeler un(e) ami(e) : quand, quoi lui dire
- Accueillir son ami(e)
- Prendre connaissance de ce qu'il (elle) veut faire
- Proposer des suggestions de jeux

PENDANT QUE L'AMI(E) EST LÀ

- S'occuper de l'ami(e) : offrir une collation, faire une visite de la maison
- Participer activement à l'activité effectuée ensemble (jeu coopératif ou autre)

LORSQUE L'AMI(E) QUITTE

- Déterminer lorsque l'ami(e) quitte la maison
- Dire au revoir à l'ami

Autorégulation:

- Identifier sa propre émotion
- Exprimer une émotion de façon appropriée aux circonstances
- Graduer une émotion
- Parler à quelqu'un lorsque je suis fâché, triste, bouleversé
- Composer avec le fait de faire une erreur, accepter l'aide
- Essayer quelque chose de nouveau
- Faire un essai même si c'est difficile

Empathie:

- Se préoccuper des intérêts de l'autre, trouver quelque chose qui va plaire à l'autre
- Arrêter ou modifier une action ou des paroles qui dérangent ou rendent confuse une autre personne (sujet délicat)
- Essayer de comprendre le point de vue ou la perspective de l'autre
- Démontrer de la compréhension lorsqu'une autre personne fait une erreur
- Poser des questions pour connaître les idées ou sentiments des autres
- Démontrer une compréhension de l'émotion d'une autre personne
- Remonter le moral à un ami

Gestion des amitiés:

- Comprendre les différents niveaux d'amitié et d'intimité
- Respecter les frontières interpersonnelles
- Respect de l'opinion de l'autre

- Partager un ami
- Avoir l'attention de façon positive
- Éviter d'être le « surveillant » ou la police des règles
- Offrir de l'aide
- Quand et comment rapporter l'autre
- Modestie
- S'occuper d'un ami à la maison
- Contact physique approprié
- Composer avec la pression des autres
- Composer avec les rumeurs
- Appeler un ami
- Répondre au téléphone

Gestion de conflits:

- S'affirmer
- Accepter un « non » comme réponse
- Composer avec la moquerie
- Éviter de prétendre sans savoir
- Donner une critique de façon positive
- Accepter la critique
- Chercher et trouver des solutions alternatives pour résoudre un problème
- Déterminer si une action est volontaire ou accidentelle avant d'y réagir
- Habiletés conversationnelles :
- Maintenir une distance sociale adéquate de l'autre
- Position d'écoute
- Ton de voix
- Accueillir
- Quand et comment interrompre
- Introduire un sujet de conversation
- Demeurer dans le sujet de conversation
- Maintenir la conversation
- Maintenir le tour de rôle
- Terminer une conversation
- Vérifier si l'autre personne comprend
- Poser une question lorsque tu ne comprends pas
- Dire « je ne sais pas »

- Changer de sujet de conversation
- Éviter de parler trop longtemps

Jeu coopératif:

- Demander à quelqu'un pour jouer
- Plaisanter avec l'autre dans le jeu
- Coordonner et synchroniser son jeu à celui de l'autre
- Suivre l'idée de l'autre
- Assumer le rôle de meneur dans un jeu
- Faire un compromis
- Partager
- Tour de rôle dans le jeu
- Respecter les règles du jeu (ne pas tricher, ne pas être rigide)
- Perdre
- Gagner
- Encourager
- Entraide
- Terminer un jeu
- Rediriger son attention vers le jeu après avoir été distrait
- Se sentir concerné par une consigne donnée au groupe
- Être flexible dans ses rôles
- Se joindre à une activité en cours

Fiche vierge à compléter

Situation/évènement:

AVANT:

PENDANT:

APRÈS:

Autorégulation :

- Identifier sa propre émotion
- Exprimer une émotion de façon appropriée aux circonstances
- Graduer une émotion
- Parler à quelqu'un lorsque je suis fâché, triste, bouleversé
- Composer avec le fait de faire une erreur
- Faire un essai même si le travail est difficile
- Essayer quelque chose de nouveau

Empathie :

- S'assurer que les autres voient ce qu'il voit
- Se préoccuper des intérêts de l'autre, trouver quelque chose qui va plaire à l'autre
- Arrêter ou modifier une action ou des paroles qui dérangent ou rendent confuse une autre personne (sujet délicat)
- Essayer de comprendre le point de vue ou la perspective de l'autre
- Démontrer de la compréhension lorsqu'une autre personne fait une erreur
- Poser des questions pour connaître les idées ou sentiments des autres
- Démontrer une compréhension de l'émotion de l'autre personne
- Remonter le moral à un ami

Gestion des amitiés :

- Comprendre les différents niveaux d'amitié et d'intimité
- Respecter les frontières interpersonnelles
- Respect de l'opinion de l'autre
- Partager un ami
- Avoir l'attention de façon positive
- Éviter d'être le « surveillant » ou la police des règles
- Offrir de l'aide
- Quand et comment rapporter l'autre
- Modestie
- Prendre rendez-vous avec quelqu'un
- S'occuper d'un ami à la maison
- Contact physique approprié
- Composer avec la pression des autres
- Composer avec les rumeurs
- Appeler un ami
- Répondre au téléphone

Gestion de conflits :

- S'affirmer
- Accepter un « non » comme réponse
- Composer avec les moqueries
- Éviter de prétendre sans savoir
- Donner une critique de façon positive
- Accepter la critique
- Chercher et trouver des solutions alternatives pour résoudre un problème
- Déterminer si une action est volontaire ou accidentelle pour y réagir

Habiletés conversationnelles :

- Maintenir une distance sociale adéquate de l'autre
- Position d'écoute
- Ton de voix
- Accueillir
- Quand et comment interrompre
- Introduire un sujet de conversation
- Demeurer dans le sujet de conversation
- Maintenir la conversation

- Maintenir le tour de rôle
- Débuter une conversation
- Joindre une conversation
- Terminer une conversation
- Vérifier si l'autre personne comprend
- Poser une question lorsque tu ne comprends pas
- Dire « je ne sais pas »
- Changer de sujet de conversation
- Éviter de parler trop longtemps

Jeu coopératif :

- Demander à quelqu'un pour jouer
- Plaisanter avec l'autre dans le jeu
- Coordonner et synchroniser son jeu à celui de l'autre
- Suivre l'idée de l'autre
- Assumer le rôle de meneur dans un jeu
- Faire un compromis
- Partager
- Tour de rôle dans le jeu
- Respecter les règles du jeu (ne pas tricher, ne pas être rigide)
- Perdre
- Gagner
- Encourager
- Entraide
- Terminer un jeu
- Rediriger son attention vers le jeu après avoir été distrait
- Se sentir concerné par une consigne donnée au groupe
- Être flexible dans ses rôles
- Se joindre à une activité en cours

6

Liste d'expressions québécoises
& termes communs du langage
populaire

expression: Attache ta tuque

définition: Tiens-toi prêt

Attriqué comme la chienne à Jacques

Être vêtu sans avoir bien agencé ses vêtements

Aux petits oignons

Chouchouter juste comme tu aimes.
C'est mieux que bien, c'est parfait

Avoir de l'eau dans cave

Avoir un pantalon trop court

Avoir des yeux de lynx/de chat

Avoir une vue excellente et pouvoir repérer de loin ce que l'on cherche

Avoir des yeux tout le tour de la tête

Personne qui devine ce qui se passe, sans voir

Avoir du foin

Avoir de l'argent, être riche

Avoir du pain sur la planche

Avoir plusieurs choses à faire et l'ampleur de la tâche est considérable

Avoir l'air bête

Avoir l'air de mauvaise humeur sans nécessairement l'être

Avoir la chienne

Avoir peur

Avoir la flye à l'air

Avoir la braguette du pantalon ouverte

Avoir la guédille au nez

Avoir le nez qui coule

Avoir le cœur à la flotte

Avoir mal au coeur

Avoir les mains pleines de pouces

Ne pas être habile de ses mains

Avoir un chat dans la gorge

Avoir la voix enrouée

Avoir un « *frame* » de chat

Être « *framé* » comme un cure-dent/un deux par quatre

Avoir un corps chétif, maigre ou faible

Branler dans le manche

Ne pas être capable de faire un choix

C'est de valeur

C'est dommage

C'est la coche

Lorsque que quelque chose ou un évènement dépasse le standard, très bien

C'est pas piqué des vers

C'est très bon

C'est pas tes oignons

Ça ne te concerne pas

C'est tiré par les cheveux

Une explication ou une situation compliquée qui manque de logique et semble invraisemblable

Cassé comme un clou

Cassé ben raide

Ne plus avoir d'argent

Chercher une épingle dans une botte de foin

Ce que tu cherches est très difficile à trouver, presque impossible

Comme chien et chat

Avoir des caractères tellement opposés qu'on se dispute à tous les coups

Donner carte blanche

Laisser le choix à quelqu'un d'imaginer ce qu'il souhaite, laisser le pouvoir de choisir

Dormir debout

Être très fatigué, somnoler sans être couché

Dormir sur ses deux oreilles

Être tranquille et sans souci

Être brûlé

Être très fatigué, épuisé

Être dans la lune

Ne pas être attentif pendant un moment, songeur

Être *gratteux/cheap*

Économiser son argent et éviter les dépenses farfelues

Être mal pris

Connaitre des difficultés

Être *mardeux*

Être chanceux

Être viré à l'envers

Être bouleversé

Face de pet

Avoir un air taquin

Faim de loup

Être affamé

Faire du pouce

Faire avancer un sujet déjà abordé

Fait en mousse de combine

Quelqu'un qui a peu de tolérance à la douleur et à l'inconfort

Feeler cheap

Se sentir mal à l'aise vis-à-vis une situation

Fermer sa trappe

Se taire

Fraîche pet

Frais chier

Pédant, vantard, prétentieux, se trouver beau exagérément

Frapper un mur

Rencontrer une grosse difficulté

Grande gueule

Quelqu'un qui parle fort et sans discrétion

Il mouille à boire debout

Il pleut beaucoup

Il y a du monde à la messe

Il y a beaucoup de gens

Je te reçois 5 sur 5

Je t'entends très bien

10-4

je te comprends parfaitement

La cerise sur le sundae

Il ne manquait plus que ça.
La touche de finition.

La pomme ne tombe jamais loin du pommier

Ressembler à un des membres de ta famille (les parents souvent)

Le bote du bote

Le comble

Les doigts dans le nez

Tellement facile que c'est comme si c'était fait

Les quatre fers en l'air

Tomber à la renverse et se retrouver jambes en l'air sur le dos

Manger une volée

Perdre avec un grand écart de pointage
Se faire battre physiquement

Mets-en, c'est pas de l'onguent

Pouvoir en utiliser en grande quantité

Mettre les pieds dans les plats

Faire une gaffe

Mordre à l'hameçon

Se faire piéger par une ruse

Ne pas être capable de sentir quelqu'un

Détester quelqu'un (avec ou sans raison)

Ne pas être sorti de l'auberge (du bois)

Être loin d'avoir terminé

Ne pas mâcher ses mots

Dire tout ce qu'on pense tellement franchement qu'on sait parfois que c'est très dur à entendre pour les autres

Ne pas sentir la rose

Ne pas sentir bon

Ne pas y aller par quatre chemins

Impossible d'être plus direct que ça. Tu dis ou tu agis sans détour.

Œil pour œil, dent pour dent

Vengeance! Pour une méchanceté, tu rends une méchanceté.

Passer l'éponge

Pardonne à quelqu'un, décide d'oublier des choses désagréables qu'on nous a faites

Passer un sapin à quelqu'un

Tromper, trahir quelqu'un

Passer une nuit blanche

Ne pas fermer l'œil de la nuit

Pauvre raide

Être très pauvre

Perdre la carte

Perdre la tête

Péter une coche

S'énerver, ne pas être content et l'exprimer fortement

Poule de luxe

Avoir des goûts dispendieux ou apprécier considérablement le confort

Poule mouillée

Quelqu'un qui n'est pas très courageux

Pousse, mais pousse égal

Raconter une situation sans exagérer

Quand les poules auront des dents

C'est-à-dire jamais

Quatre trente sous pour une piastre

Faire un échange qui ne change rien en bout de ligne ; pas avantageux

Rare comme de la marde de pape

Être très rare

Récolter ce qu'on a semé

Obtenir le résultat de ses efforts

Reprendre du poil de la bête

Aller beaucoup mieux après avoir été malade ou malheureux

Rester sur sa faim

Lorsque tu as la désagréable impression que tu n'en as pas eu assez et ça s'applique à tous les domaines

Rire jaune

Se forcer à rire alors qu'on est gêné ou mal à l'aise

Sauter la clôture

Être infidèle

Se mettre sur son 36

Soigner son apparence pour être à son meilleur

Se péter les bretelles

Se vanter

Se tirer une buche

Prendre un siège

Solide

Lorsque que quelque chose ou un évènement dépasse le standard, éblouissant

Sourd comme un pot

Être très sourd, entendre très mal

Tête de mule

Têtu comme un âne

Tête de cochon

Tu es tellement entêté qu'on ne peut pas te faire changer d'avis

Ton chien est mort

Ne plus avoir aucune chance

Tourner le fer dans la plaie

En rajouter alors qu'il ne serait vraiment pas nécessaire parce que c'est déplaisant

Trempe à la lavette

Être très mouillé

Un appétit d'oiseau

Avoir peu faim, manger une petite portion

Un dur à cuire

Quelqu'un qui résiste, qui est rebelle et qui ne cède pas

Une job de cochon

Un travail qui est mal fait

Venter à écorner les bœufs

Vents violents, vents forts

Voir la vie en rose

Trouver que tout est merveilleux même si c'est exagéré.

Voir rouge (noir)

Une colère intense qui bloque le jugement

RÉFÉRENCES

- Adams, L., Gouvousis, A., VanLue, M. et Waldron, C. (2004). Social story intervention : Improving skills in a child with an autism spectrum disorder. *Focus on autism and other developmental disabilities*, 19(2), 87-94.
- Andanson, J., Pourre, F., Maffre, T. et Raynaud, J.-P. (2011). Les groupes d'entraînement aux habiletés sociales pour enfants et adolescents avec syndrome d'Asperger : revue de littérature. *Archives de Pédiatrie*, 18, 589-596.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-V)*. 5ème édition. Arlington, Virginia : American Psychiatric Association.
- Association Participe! (2014). *Sentiments négatifs* [Page Web]. Consulté le 17 août 2014 à <http://www.participe-autisme.be/go/fr/comprendre-l-autisme/qu-est-ce-que-l-autisme/l-autisme-et-les-sentiments/sentiments-negatifs.cfm>
- Attwood, T. (2008). *Le syndrome d'Asperger: Guide complet* (J. Schovanec, trad.). Montréal: Chenelière Éducation. (L'ouvrage original a été publié en 2007)
- Baghdadli, A. et Brisot-Dubois, J. (2011). *Entraînement aux habiletés sociales appliqué à l'autisme*. Issy-les-Moulineaux Elsevier Masson.
- Baker, J. E. (2003). *Social Skills Training for Students with Asperger's Syndrome and Related Social Communication Disorders*. Shawnee Mission : Autism Asperger's Publishing Company.
- Baron-Cohen, S., Leslie, A.M. et Frith, U. (1985). Does the autistic child have a « theory of mind » ? *Cognition*, 21, 37-46.
- Barry, L.M. et Burlew, S.B. (2004). Using social stories to teach choice and play skills to children with autism. *Focus on autism and other developmental disabilities*, 19(1), 45-51.
- Bernier, S., Lamy, M. et Mottron, L. (2003). *Socio-Guide*. Montréal : CECOM et Hôpital Rivière-des-Prairies.
- Borczon, R.M. (2007). *The Individualized Music Therapy Assessment Profile*. London : Jessica Kingsley Publishers.
- Centers for Disease Prevention and Control (2014). *Prevalence of Autism Spectrum Disorder Among Children Aged 8 Years 2010*. Atlanta : Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network Surveillance.
- Collège des médecins du Québec et Ordre des psychologues du Québec. (2012). *Les troubles du spectre de l'autisme. L'évaluation clinique. Lignes directrices*. Montréal : Les Éditions Rogers.
- Cuny, F. (2012). Les groupes d'entraînement aux habiletés sociales. *Annales Médico-Psychologiques*, 170, 482-484.
- Dumas, J.E. (2013). *Psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent*. Bruxelles : De Boeck.
- Duclos, G., Laporte, D. et Ross, J. (1995). *L'estime de soi de nos adolescents*. Montréal : Hôpital Sainte-Justine.
- Duclos, G. (2010). *L'estime de soi, un passeport pour la vie*. Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine.

- Elliot, S.N. et Gresham, F.M. (1993). Social skills interventions for children. *Behavior modification*, 17(3), 287-313.
- Frith, U. (1996). *L'énigme de l'autisme*. Paris : Éditions Odile Jacob.
- Gendreau, G. et collaborateur (2001). *Jeunes en difficulté et intervention psychoéducative*. Montréal : Béliveau éditeur.
- Gutstein, S.E. et Sheely, R.K. (2002). *Relationship Development Intervention with Children, Adolescents and Adults*. London : Jessica Kingsley Publishers.
- Gray, C. (1996a). *Nouveau livre de scénarios sociaux 1994*. (C. Bouchard et U. Hoff, trad.). Québec : Jenison Public Schools. (L'ouvrage original a été publié en 1994)
- Gray, C. (1996b). *Conversations en bandes dessinées*. (C. Bouchard et U. Hoff, trad.). Québec : Jenison Public Schools. (L'ouvrage original a été publié en 1994)
- Harrison, B. (2008). *L'estime de soi chez la personne TED ou l'usage que d'autres proposent du bagage dont on dispose...* Concept ConsultED. [Document Web]. Consulté le 15 août 2014 à http://www.conceptconsulted.com/pdf/5_Lestime_de_soi.pdf
- Leclair Arvais, L. (2010). *Élaboration d'un programme d'habiletés sociales : Quelques réflexions*. [Document Web]. Consulté le 2 octobre 2014 à http://w3.uqo.ca/transition/tva/wp-content/uploads/3D3c_ElabHabSoc_Interv.pdf
- Lévesque, S. (2012). *Conseil scolaire francophone de la Colombie-Britannique. L'autorégulation* [Document Web]. Consulté le 16 août 2011 à <https://portail.csf.bc.ca/documents/584808/585961/autor%C3%A9gulation>
- Maslow, A.H. (1954). *Motivation and personality*. New-York : Harper.
- Mercereau, J. (2011, avril). *Habiletés sociales et troubles envahissant du développement*. Journée mondiale de l'autisme, Sanary-Sur-Mer, France.
- Mottron, L. (2004). *L'autisme, une autre intelligence*. Belgique : Mardaga.
- Mottron, L. (2004). *L'autisme, une autre intelligence*. Belgique : Mardaga.
- Mottron, L. (2011). Les scientifiques doivent cesser de centrer leurs travaux sur les déficits des autistes. *Université de Montréal : Nouvelles* [Site Web]. Consulté le 8 septembre 2014 à <http://www.nouvelles.umontreal.ca/recherche/sciences-de-la-sante/20111102-les-scientifiques-doivent-cesser-de-centrer-leurs-travaux-sur-les-deficits-des-autistes.html>
- Mottron, L. (2014). Évolution dans notre compréhension des facteurs potentiellement à l'origine de l'autisme. *Université de Montréal : Nouvelles* [Site Web]. Consulté le 8 septembre 2014 à <http://www.nouvelles.umontreal.ca/recherche/sciences-de-la-sante/20140812-evolution-dans-notre-comprehension-des-facteurs-potentiellement-a-lorigine-de-lautisme.html>
- Noisieux, M. (2014). Prévalence des troubles du spectre de l'autisme : la Montérégie en tête de peloton. *Périscope*, 47.
- Poirier, N. et Bernard, S. (2005). L'amélioration des comportements sociaux chez les enfants ayant un TED. *Revue québécoise de psychologie*, 26(3), 105-120.

- Poirier, N. et Des Rivières-Pigeon, C. (2013). *Le trouble du spectre de l'autisme : État des connaissances*. Québec: Presses de l'Université du Québec.
- Prizant, B. M., Wetherby, A. M., Rubin, E. et Laurent, A. C. (2003). The SCERTS Model : A transactional, family-centered approach to enhancing communication and socioemotional abilities of children with autism spectrum disorder. *Infants and Young Children, 16*(4), 296-316.
- Scattone, D., Tingstrom, D.H. et Wilczynski, S.M. (2006). Increasing appropriate social interaction of children with autism spectrum disorder using social stories™. *Focus on autism and developmental disabilities, 21*(4), 21-222.
- Serret, S., Myquel, M., Renaudo, N., Argaud, E. et Askenazy, F. (2009). Syndrome d'Asperger et autisme de «haut niveau» : évaluation des effets d'une prise en charge de groupe sur la communication à partir d'un support vidéo. *Neuropsychiatrie de l'enfance et de l'adolescence, 57*, 260-266.
- Soenksen, D. et Alper, S. (2006). Teaching a young child to appropriately gain attention of peers using a social story intervention. *Focus on autism and other developmental disabilities, 21*(1), 36-44.
- Tardif, C. (Dir.). (2010). *Autisme et pratiques d'intervention*. Marseille : Solal Éditeur.

A1

Annexe 1

Aide-mémoire lorsque je veux faire un appel

- Avant d'appeler, j'ai:

- Le numéro à vue de la personne que je veux appeler: _____
- Le nom de la personne à qui je veux parler: _____

2 Je compose le numéro et j'attends que quelqu'un décroche*

3 Quand la personne répond, je la salue et je me présente:

« Bonjour, c'est _____ »
(mon prénom)

Si c'est la personne à qui je veux parler qui répond, je lui explique la raison de mon appel:

« Je t'appelle parce que _____ »
(sujet)

ou

« Je t'appelle pour _____ »
(sujet)

4.

Sinon, je demande à parler à la personne en la nommant:

« Est-ce que je pourrais parler à _____ s.v.p? »
(prénom de la personne)

Puis, lorsqu'elle répond, je me renomme et je lui explique la raison de mon appel.

5 Lorsque la conversation est terminée, je dis « bye » et j'attends que l'autre dise « bye ».

6 Je raccroche.

*Si c'est la boîte vocale:

- 1 Je me nomme
- 2 J'explique la raison de mon appel.
- 3 Je dis mon numéro de téléphone: _____

Je lui mentionne qu'elle me rappelle lorsqu'elle aura écouté mon message et qu'elle aura du temps:
« Rappelle-moi lorsque tu auras écouté mon message et que tu auras du temps s.v.p »

A2

Annexe 2

Fiche « Hier soir à la maison... »

Ce système aide l'enfant à se remémorer ce qu'il a fait à la maison pour le partager à l'école. Il est à préciser qu'une fiche semblable pourrait être utilisée pour les fins de semaine et les congés.

Hier soir à la maison...

Nom: _____

Date: _____

Pour souper, j'ai mangé: _____

À la télévision, j'ai regardé: _____

J'étais avec qui? _____

J'ai joué à quoi? _____

Je suis allé(e) où? _____

Je me suis couché(e) à quelle heure? _____



CENTRE DE RÉADAPTATION
LA MAISON

UQAT

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC
EN ABITIBI-TÉMISCAMINGUE



CONFÉRENCE RÉGIONALE
DES ÉLUS DE L'ABITIBI-TÉMISCAMINGUE