Autisme
Centre-du-Québec

TROUSSE DE SENSIBILISATION À L'AUTISME

Table des matières

Mot d'introduction…… 3
Qu'est-ce que le trouble du spectre de l'autisme (TSA)?..... 4
Les caractéristiques de l'autisme……...5
Les manifestations, causes et chiffres ……6
L'évaluation diagnostique……...7
Bref historique……...8

Activités de sensibilisation

Préscolaire

Lolo l'autisme……10
Le monde d'Éloi……12

Primaire

Epsilon, un enfant extra-ordinaire……..14
Je voudrais être ton ami, je suis autiste……15
Mon petit frère de la lune……..17
Toi et moi, on se ressemble……19
L'Autisme et communication……21

Secondaire

Ben X……...26
Les handicaps ne sont pas tous visibles…….. 29
Une rencontre avec René……30

Pour tous

Tranches de vie……33
Mythes et réalités sur l'autisme……...37
S'ouvrir à la différence……..41

Bibliographie……..43
Vos commentaires et suggestions……43

Mot d'introduction

Selon les études les plus récentes, les cas d'autisme sont de plus en plus nombreux partout dans le monde et le Québec n'y fait pas exception. En 2012, on comptait 18 000 diagnostics au Québec. Depuis 2009, les diagnostics du trouble du spectre de l'autisme (TSA) ont fait un bond de 23% par année. Une augmentation du taux de prévalence de plus de 300% en huit ans mérite qu'on y apporte une attention particulière.

Devant ces constats, Autisme Centre-du-Québec souhaitait informer et sensibiliser le plus de personnes possible aux caractéristiques propres à l'autisme ainsi qu'aux bons comportements à mettre en place pour accueillir, intervenir et interagir avec une personne ayant un diagnostic de TSA.

Comme l'ignorance mène souvent à la méfiance, les personnes autistes restent souvent exclues de la société, alors que plusieurs d'entre elles auraient tout à fait les capacités de prendre une part active à la société. Sensibiliser le plus grand nombre de personnes à la cause et aux caractéristiques très variables de l'autisme contribue à construire une société plus respectueuse des forces et des difficultés de chacun. Aussi, plus la population sera informée au sujet de l'autisme, plus les dépistages se feront de façon précoce, et moins les familles seront marginalisées.

En réunissant une variété d'activités de sensibilisation de style clé en main, chacun d'entre nous a maintenant la possibilité de devenir un agent de sensibilisation à l'autisme dans son milieu. La trousse de sensibilisation à l'autisme propose des activités adaptées aux clientèles suivantes : préscolaire, primaire, secondaire et pour tous. Les actions proposées peuvent être aussi simples que de laisser un questionnaire dans la salle de pause des employés. Chacun y trouvera une activité de sensibilisation correspondant à l'implication qu'il désire et au temps dont il dispose.

Merci à chacun d'entre vous d'être des agents de sensibilisation à l'autisme et de contribuer à améliorer la qualité de vie et l'intégration sociale des personnes ayant un trouble du spectre de l'autisme et leur famille.

Bonne activité de sensibilisation!

Marie-Ève Lavoie,
Coordonnatrice d'Autisme Centre-du-Québec

Notes importantes

Depuis mai 2013, suite à la publication du DSM-5, le diagnostic du trouble du spectre de l'autisme (TSA) est le terme à utiliser pour englober l'autisme, le syndrome d'Asperger, le trouble désintégratif de l'enfance et le trouble envahissant du développement non-spécifié. Auparavant, le terme utilisé était trouble envahissant du développement (TED).

Veuillez prendre notre que l'appellation « syndrome d'Asperger » n'est plus utilisée depuis la publication du DSM-5 en 2013 puisqu'il est inclus dans le trouble du spectre de l'autisme (TSA). Comme il y a une forte identité bâtie autour cette appellation, nous avons fait le choix de conserver ce terme pour certaines sections de cette trousse de sensibilisation.

Qu’est que le trouble du spectre de l’autisme (TSA) ?

Le trouble du spectre de l’autisme fait partie de l’ensemble des troubles neurodéveloppementaux décrits dans le DSM-V. Il s’agit d’un trouble habituellement présent dans la petite enfance, mais qui peut apparaître de façon plus évidente au moment de l’entrée à l’école. Le terme « trouble du spectre de l’autisme » remplace celui de « troubles envahissants du développement » depuis 2013.

Le trouble du spectre de l’autisme se caractérise par des altérations significatives dans deux domaines: déficits persistants au niveau de la communication et de l’interaction sociale ainsi que des comportements, activités et intérêts restreints ou répétitifs. Les manifestations représentent un continuum qui varie de léger à sévère : ils limitent et altèrent le fonctionnement quotidien.

Les personnes autistes ont presque toujours:

- De la difficulté à communiquer
- Des défis avec les interactions sociales
- Des comportements répétitifs
- Des intérêts inhabituels ou très restreints

Le TSA n’est pas:

- Infectieux
- Contagieux
- Causés par le comportement des parents ou par le manque de compétences parentales
- Causés par des vaccins
- Une maladie

Les caractéristiques

Le trouble du spectre de l'autisme se caractérise par des difficultés importantes dans deux domaines, soit la communication et les interactions sociales ainsi que les comportements, activités et intérêts restreints ou répétitifs.

Le portrait clinique peut grandement varier d'une personne à une autre. Chacune présente une combinaison unique de signes et de symptômes. Le degré d'atteinte est différent selon l'âge, les caractéristiques cognitives et comportementales et la présence de conditions associées. Les manifestations peuvent également changer avec le temps. Les personnes autistes représentent un groupe tellement hétérogène qu'on dit souvent qu'il y a autant de forme d'autisme que de personnes autistes.

Communication et interactions sociales

On dénote des difficultés persistantes marquées par une absence ou un manque de réciprocité sociale. Entre ne porter aucune attention à l'autre et ne pas savoir comment amorcer une interaction, plusieurs manifestations sont possibles. Les difficultés sont aussi présentes dans la communication non verbale. Par exemple, il est souvent complexe pour une personne autiste de comprendre ce qui est sous-entendu dans l'intonation utilisée par son interlocuteur ou dans son haussement de sourcils. De plus, les règles implicites des interactions sociales ne sont pas acquises instinctivement, les relations sociales peuvent ne pas être appropriées pour l'âge de la personne.

Comportements, activités et intérêts restreints ou répétitifs

Chez certaines personnes autistes, on constate que les intérêts peuvent être peu nombreux, mais très développés. On remarque souvent des activités ou des comportements répétitifs tels qu'une manipulation étrange des objets (les aligner ou les faire tournoyer), des mouvements inhabituels du corps (balancement, torsion ou battements de mains), etc. Les changements peuvent entrainer une détresse importante accompagnée de réactions émotionnelles souvent subites et démesurées. Les activités répétitives ont un effet rassurant en raison de leur caractère familier.

Dans le trouble du spectre de l'autisme, les symptômes représentent un continuum qui varie de léger à sévère. Le degré de sévérité, précise le besoin de soutien de la personne et comporte trois niveaux qui se présente ainsi : 1. Requière un soutien, 2. Requière un soutien important, 3. Requière un soutien très important

Les symptômes doivent être présents depuis la petite enfance, mais ils peuvent aussi se manifester pleinement avec l'augmentation des demandes sociales. Ils limitent et altèrent le fonctionnement au quotidien.

Ce modèle de classification permet d'avoir un portrait plus juste de la personne autiste et de poser un diagnostic plus précis. En énonçant les difficultés de la personne et en identifiant ses besoins, les réponses en termes de services devraient être plus fonctionnelles.

Les manifestations

Certains indices peuvent se présenter et inciter à une évaluation. Ceux qui sont identifiés avec un * se présentent de façon précoce soit entre 1 et 2 ans :

- ne babille pas, ne pointe pas ou ne fait pas de gestes communicatifs à 1 an*
- ne répond pas à l'appel de son nom*
- semble parfois être sourd*
- ne cherche pas à imiter*
- établit rarement un contact visuel*
- ne sourit pas*
- ne montre pas les objets à l'autre*
- perd des habiletés langagières ou sociales*
- établit difficilement des contacts avec autrui, semble indifférent aux autres
- semble préférer être seul
- ne demande pas d'aide directement
- résiste aux caresses
- éclate de rire sans raison apparente
- fait des crises de larmes, des crises de colère ou devient désemparé sans que l'on sache pourquoi
- résiste aux changements de routine
- est fasciné par les objets qui tournent
- s'adonne à des jeux obsessifs (ex.: alignement d'objets) ou répétitifs
- ne semble pas savoir comment jouer avec des jouets
- ne craint pas les dangers réels
- porte un attachement démesuré à des objets

Les causes

Les causes ne font pas encore l'objet d'un consensus. On suspecte des causes génétiques et environnementales.

L'autisme en chiffres

Les études les plus récentes estiment que le taux de prévalence des personnes autistes varierait entre 90 et 120 individus sur 10 000, soit environ 1% de la population. L'estimation de la prévalence du TSA au Canada, incluant les enfants et les adultes, est de 1 sur 94. Selon une étude publiée le 30 mars 2012 par les Centers for Disease Control and Prevention (CDC) américains, la prévalence de l'autisme aurait atteint 1 enfant sur 68 aux États-Unis en 2008, contre 1 sur 110 précédemment. En 2016, une nouvelle étude des CDC, qui couvre l'année 2012, confirme ces statistiques.

En 2010-2011, on comptait 8 318 enfants ayant un TSA scolarisés dans le secteur public. En 5 ans, soit entre 2005 et 2011, le nombre d'élèves autistes scolarisés dans le secteur public au Québec a doublé. C'est aujourd'hui la catégorie d'élèves handicapés ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage (EHDAA) la plus représentée au Québec.

L’évaluation diagnostique

Les critères diagnostiques selon le DSM-V

Une nouvelle version du Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM-V) a été publiée en 2013. Certains changements ont été effectués par rapport notamment aux critères diagnostiques. Les « troubles envahissants du développement » font désormais partie du « trouble du spectre de l’autisme (ou trouble du spectre autistique) ». Avec ce changement de nom, le DSM-V prend le parti de définir l’ensemble des troubles envahissants du développement (sauf le Syndrome de Rett qui disparait de cette catégorie) comme faisant partie d’une même famille, celle de l’autisme, avec des degrés d’atteinte variables en ce qui a trait à la communication, aux interactions sociales et aux intérêts restreints et répétitifs.

L'évaluation médicale approfondie

Les examens médicaux qui seront prescrits à un enfant ont pour objectif de déterminer si son comportement et ses signes atypiques de développement peuvent être dus à des facteurs médicaux autres que l'autisme (surdité, par exemple).

Il s’agit d’une évaluation médicale rigoureuse qui doit être menée par des médecins spécialisés ou expérimentés en matière de TSA ou de soins de l’enfant. Certains éléments seront plus attentivement sondés tels que la vision et l’audition, les habitudes de vie (sommeil, habitudes alimentaires), le risque d’intoxication alimentaire, les manifestations épileptiques, les signes dysmorphiques pouvant révéler la présence d’un syndrome génétique (tel que l’X fragile), les aspects liés à la croissance, etc.

Dans certains cas, des examens complémentaires plus approfondis peuvent aussi être recommandés par le médecin (l’électroencéphalogramme (EEG), les examens d’imagerie médicale, l’investigation génétique, l’investigation métabolique, etc.).

L'évaluation du développement de l'enfant

Il existe des outils psychométriques standardisés qui sont souvent utilisés pour élaborer un diagnostic en complément de l’évaluation médicale. Ils servent notamment à évaluer les capacités intellectuelles et adaptatives du patient, son état psychologique ou neuropsychologique et à recueillir des informations sur les manifestations comportementales pouvant être en lien avec un trouble du spectre de l'autisme. Pour effectuer ces tests standardisés, le recours à un psychologue habitué à les utiliser peut être une solution. Dans tous les cas, le praticien qui administre ces tests doit être formé et avoir une expertise en TSA ou être spécialisé en soins de l’enfant.

Histoire de l'autisme

Bien que l'on ait parlé d'autisme dès le début du XXe siècle, la première étude scientifique date de 1943. Pendant cinq ans, Leo Kanner, pédopsychiatre américain, a observé onze enfants présentant tous les mêmes problèmes de communication et de repli sur soi. Ces symptômes précis, et l'absence de certains traits propres aux maladies psychotiques, lui ont fait écarter d'emblée la schizophrénie, tout comme la thèse de l'arriération mentale.

En 1944, le psychiatre autrichien Hans Asperger, convaincu d'une origine organique de l'autisme, décrit des enfants atteints de « psychopathie autistique » héréditaire. Les travaux de ce psychiatre allemand resteront méconnus jusqu'aux années 1980, alors que Lorna Wing les publie et les traduit.

En 1950, Bruno Bettelheim rompt avec cette conception d'autisme organique, et impose une conception psychanalytique : pour lui, c'est l'éducation des parents, en particulier de la mère, qui rendrait l'enfant autiste. Ainsi, l'enfant « choisirait » de s'enfermer dans « une forteresse vide », un monde intérieur, afin de couper délibérément toute communication avec son entourage. Selon Bettelheim, l'autisme s'expliquerait surtout par l'attitude glaciale ou les comportements trop rigides de la mère. L'absence d'amour de la mère serait donc à l'origine de cette mystérieuse maladie de l'enfant.

À cause de cette conception psychanalytique, toute une génération de parents, les mères en particulier, s'est vue infliger la douleur inutile de se croire coupable de l'autisme de leur enfant. Cette tendance ne s'inversa que dans les années soixante, à partir du moment où l'étiologie organique de ce trouble commença à être pleinement acceptée.

On peut facilement associer les mythes actuels à des phases importantes de l'histoire de l'autisme, notamment au niveau des diètes sans gluten, d'un lien de causes à effets entre l'autisme et la mère et l'association entre santé mentale et TSA. Par chance, les idées évoluent, les sciences se développent davantage et les connaissances sont bonifiées. À vous de rester alertes, vigilants et bien informés!

LOLO, L'AUTISME

Buts:

Sensibiliser les enfants à la différence et aux différentes manifestations de l'autisme par le biais d'une activité de lecture.

Transmettre des valeurs d'ouverture d'esprit et de tolérance.

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR DEMANDE.

ACTIVITÉ DE PRÉ-LECTURE

« Nos yeux aperçoivent d'abord la différence, mais avec un peu d'effort et d'ouverture d'esprit, il est possible, et surtout profitable, de chercher plutôt les ressemblances qui nous unissent aux autres. Peu importe la différence, on peut souvent se trouver des ressemblances au niveau des goûts, des intérêts, des forces, des talents, des habiletés, etc. Plutôt que d'être source de peur et d'intolérance, les différences peuvent être source de découvertes et d'enrichissement. Exemples : la possibilité de déguster des mets provenant de partout sur la planète, le courage et l'inspiration que nous démontrent les athlètes paralympiques, des hommes et des femmes qui font leurs marques dans des métiers non traditionnels, etc. » (Legault, 2013)

Demander aux enfants :

Que veut dire le mot différence, différent, différente?

Que veut dire le mot autisme, autiste, TSA?

Expliquer aux enfants :

Dans le livre que nous allons lire aujourd'hui, nous allons faire la connaissance de Laurent. Laurent à 4 ans et il est autiste. Les personnes autistes sont différentes. L'autisme est un handicap, cela veut dire que la personne autiste à de la difficulté à faire des choses qui sont faciles pour toi. Exemple : Parler avec un ami, faire un câlin, écouter de la musique très fort.

Présenter le jeu aux enfants :

En lisant l'histoire de Laurent, nous allons faire un jeu. Nous allons tenter de trouver ce qu'il fait de différent et ce qu'il fait comme toi.

À l'aide des illustrations de petits chats de l'annexe 1, demander de lever la main lorsqu'ils identifier un comportement différent (illustré par les chatons) ou quelque chose qu'ils ont en commun avec Laurent. Exemple : Moi aussi j'aime le macaroni, moi aussi j'aime les trains, moi aussi je suis bon pour faire des casse-têtes. Moi aussi parfois je cours ou je danse. Moi aussi parfois, je ne veux pas prendre mon rang. Moi aussi j'aime jouer à des jeux.

ACTIVITÉ DE LECTURE

Faire la lecture du livre en identifiant, avec l'aide des enfants, les différents comportements de Laurent, propre aux personnes autistes ainsi que les points communs.

ACTIVITÉ POST-LECTURE

Demander aux enfants :

Est-ce qu'il y a des amis ou des élèves différents ou autistes dans notre groupe, classe, école?

Ont-ils des forces et des talents même s'ils sont différents?

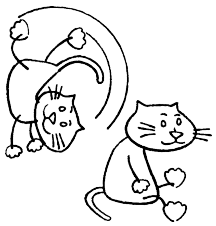
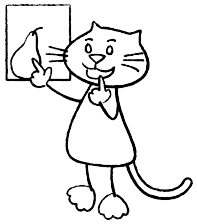
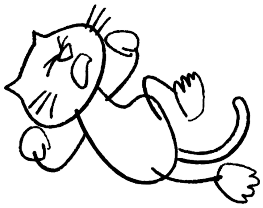
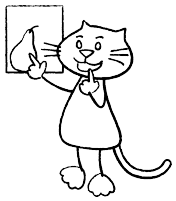
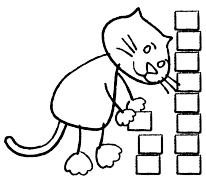
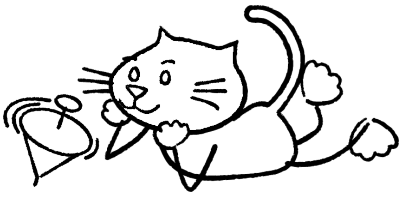
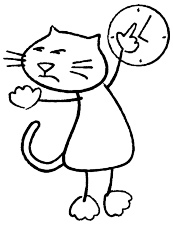
Est-ce que tu peux être ami avec une personne différente?

Qu'est-ce que tu peux faire pour être ami avec personne comme Laurent?

On peut terminer l'activité en faisant colorier un chaton aux élèves.

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

ANNEXE 1	
Laurent est comme un ouragan. Il est hyperactif ou hypoactif.	
Laurent ne parle pas, il pointe les beaux dessins. Il exprime ses besoins par des gestes	
Laurent fait peur à Marco lorsqu'il crie. Quand il faut arrêter les activités, Laurent tape, mord et hurle fort. Il fait des crises sans que l'on sache pourquoi.	
Laurent ne comprend pas les mots. Il utilise un dessin ou une photo. Il a de la difficulté à communiquer avec des mots. Il communique avec des dessins ou des photos que l'on appelle pictogrammes.	
Laurent ne mange que des macaronis et il met tout en rang par terre. Il a un intérêt limité et il s'adonne à des jeux obsessifs.	
Laurent aime faire tourner des assiettes sur le plancher. Il est fasciné par les objets qui tournent.	
Depuis que Laurent connait la routine, il pousse beaucoup moins de cris. Il vit de l'insécurité et résiste aux changements de routine.	

LOLO, L'AUTISME

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR DEMANDE.

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com

1-844-383-6373

LE MONDE D'ÉLOI, UNE HISTOIRE SUR L'AUTISME

Buts:

Sensibiliser les enfants à la différence et à l'autisme.

Apprendre aux enfants des moyens simples d'agir et d'interagir avec un enfant ayant un diagnostic d'autisme pour faciliter l'intégration de ce dernier dans un groupe.

Transmettre des valeurs d'ouverture d'esprit et de tolérance.

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR DEMANDE.

ACTIVITÉ DE PRÉ-LECTURE

Chacun de nous est unique. Nous sommes tous différents. Certains ont les cheveux bruns, blonds, roux, gris. Certains sont grands d'autre sont plus petits. Certains aiment les chats, d'autres préfèrent les chiens. Aujourd'hui nous allons lire l'histoire d'Éloi. Éloi est différent. Il ne sait pas comment jouer avec les autres. Il marche sur le bout des pieds, il est parfois fasciné par les couleurs et la lumière. Quand il entend des bruits trop forts, Éloi bouche ses oreilles. Ensemble, nous allons trouver des trucs pour être ami avec une personne qui, comme Éloi, est autiste.

ACTIVITÉ DE LECTURE

Expliquer et présenter aux enfants les images de chatons:

La personne autiste a des comportements différents des nôtres. Vous trouverez l'ensemble des comportements et manifestations autistiques d'Éloi à l'annexe 2. Remettre les images de chatons aux enfants et leur demander de lever leur image lorsqu'Éloi fait la même chose que leur chaton dans l'histoire.

ACTIVITÉ POST-LECTURE

Demander aux enfants :

Comme Zoé, Éloi a les cheveux et les yeux bruns. Pourtant, Éloi est différent, car il est autiste. Que veut dire ce mot?

Suggestion de réponse : Éloi est autiste. C'est dans sa tête qu'il est différent. Il ne pense pas comme nous. L'autisme est un handicap, cela veut dire que la personne autiste à de la difficulté à faire des choses qui sont faciles pour toi. Exemple : Parler avec un ami, faire un câlin, écouter de la musique très fort.

Demander aux enfants :

Quels sont les trucs que Zoé et Daphnée utilisent pour aider Éloi et jouer avec lui? Exemples : Être patient, patiente et accepter que cela prenne du temps. Commencer par des jeux que la personne connait. Aider la personne à te regarder en attirant son regard avec un objet qu'elle aime. Zoé prête ses cache-oreilles à Éloi pour l'aider à rester calme lorsqu'il y a beaucoup de bruit. Lui apprendre à jouer à faire semblant. Daphnée lui fait un massage. C'est l'adulte qui doit faire les massages. Daphnée donne à Éloi des bouts de biscuits pour l'encourager à manger. C'est l'adulte qui donne le renforcement alimentaire. T'intéresser à ce que l'ami sait faire plutôt qu'à ce qu'il ne sait pas faire

Expliquer ce que veut dire être patient, au besoin

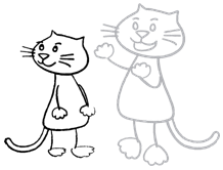
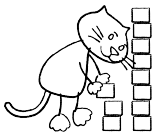
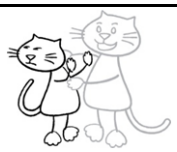
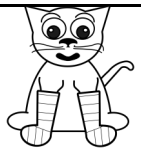
Si vous intégrez un enfant différent dans votre groupe

Parler des différences et des forces de l'ami différent dans votre groupe.

Dresser une liste des trucs identifiés et ajouter les vôtres. Afficher cette liste dans votre local.

Compléter cette activité avec une activité sur les 5 sens. Parler des particularités sensorielles des personnes autistes à l'aide du tableau fourni à l'annexe 3.

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

ANNEXE 2	
Éloi ne répond pas lorsqu'on lui parle. Il semble faire le sourd.	
Éloi ne regarde pas Zoé quand elle lui parle. Il établit difficilement le contact visuel.	
Éloi aligne les voitures les unes à côté des autres. Il s'adonne à des jeux obsessifs.	
Éloi aime beaucoup la voiture rouge. Il la garde avec lui dans plusieurs activités. Il s'attache de façon inappropriée à certains objets.	
Éloi fait plein de bruits bizarres avec sa bouche et des gestes avec ses mains durant la détente. Éloi peut faire ces gestes quand il s'ennuie, s'il est fatigué ou content. Cela s'appelle des stéréotypies. Les sons sont une anomalie du langage et les gestes sont des tics.	
Daphnée tente de consoler Éloi en le prenant dans ses bras mais Éloi n'aime pas ça. Il résiste aux caresses.	
Éloi n'aime pas les bruits forts. Alors que toi tu ne le remarques presque pas, un bruit ordinaire comme le tic tac d'une horloge, le bruit d'un réfrigérateur ou même le bruit des néons et ampoules peuvent lui faire mal aux oreilles.	
Les pieds d'Éloi sont très sensibles. Les pieds d'Éloi sont si sensibles qu'il n'aime pas porter des chaussures et des chaussettes. C'est pour cela qu'il les enlève.	
Éloi n'aime pas tous les aliments. Il recrache le macaroni sur la table. Quelque chose qui goûte très bon pour toi peut goûter très très fort pour lui.	

LE MONDE D'ÉLOI, UNE HISTOIRE SUR L'AUTISME

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR DEMANDE.

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com

1-844-383-6373

HYPERSENSIBILITÉ ET HYPOSENSIBILITÉ

L'hypersensibilité et l'hyposensibilité sont souvent présentes chez les personnes autistes.

Une personne hypersensible réagira de manière excessive aux stimuli sensoriels « ordinaires ».

Celle qui est hyposensible réagira peu ou pas du tout aux stimuli. Cette sensibilité peut toucher différents sens. Il est également possible que l'hyper et l'hyposensibilité s'alternent et que cette fluctuation ne touche qu'un seul sens.

Voici quelques exemples de comportements qui indiquent certaines sensibilités.

Sens	Hypersensibilité	Hyposensibilité
Vue	Ne supporte aucune lumière	Être très attiré par les objets brillants
Ouïe	Se couvrir les oreilles quand les gens parlent entre eux	Aimer le bruit des sirènes
Toucher	Ne pas aimer être touché	Être ou paraître insensible à la douleur
Odorat	Ne pas vouloir manger un aliment parce que l'odeur est ressentie comme insupportable	Aimer les odeurs fortes et désagréables
Goût	Sélectionner la nourriture	Ingurgiter des choses non comestibles ou au goût très prononcé
Sens de l'équilibre	Assis en hauteur, être angoissé de ne pas sentir ses pieds toucher le sol	Tournoyer longtemps sans être pris de vertige
Proprioception	Adopter des postures corporelles étranges	Ne pas être conscient de certains signes corporels comme la soif

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR DEMANDE.

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

ACTIVITÉ DE PRÉ-LECTURE

Demander aux élèves :

Est-ce qu'il y a des amis ou des élèves différents ou autistes dans notre groupe, classe, école?

Ont-ils des forces et des talents même s'ils sont différents?

Est-ce que tu peux être ami avec une personne différente?

ACTIVITÉ DE LECTURE

Aujourd'hui, nous allons lire l'histoire d'un garçon différent. Il s'appelle Epsilon. Il est autiste. C'est dans sa tête qu'il est différent. Il ne pense pas comme nous. L'autisme est un handicap, cela veut dire que la personne autiste à de la difficulté à faire des choses qui sont faciles pour toi. Exemple : Parler avec un ami, faire un câlin, écouter de la musique très fort. Tout au long de l'histoire, Epsilon va nous donner des trucs pour jouer avec lui et être son ami.

Faire la lecture du livre Epsilon, un enfant extra-ordinaire

ACTIVITÉ POST-LECTURE

Présenter aux élèves:

À l'aide de la présentation PowerPoint, échanger avec les élèves sur l'histoire que vous venez de lire.

La présentation Power Point est disponible au www.atedcq.com dans la section « Outils »

Si vous intégrez un enfant différent dans votre groupe:

Dresser une liste des trucs identifiés et y ajouter les vôtres.

Afficher cette liste dans votre local.

EPSILON, UN ENFANT EXTRA-ORDINAIRE

Buts:

Mieux connaître l'autisme et les particularités sensorielles ressenties par une personne autiste.

Apprendre aux enfants des moyens simples d'intégrer et d'interagir avec une personne autiste.

Sensibiliser au respect de la différence.

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

JE VOUDRAIS ÊTRE TON AMI. JE SUIS AUTISTE.

Buts:

Expliquer aux élèves ce qu'est le syndrome d'Asperger.

Faciliter l'intégration d'un enfant ayant le syndrome d'Asperger dans un groupe.

Donner des trucs simples pour intégrer et interagir avec un enfant ayant un syndrome d'Asperger.

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR

ACTIVITÉ DE PRÉ-LECTURE

Mentionner aux élèves:

Dans la classe, il y a ou il y aura une personne différente. Différent, ça ne veut pas dire moins bon, ça veut dire pas pareil.

Afin de mieux comprendre cet ami, nous allons faire une activité qui explique ce qu'est le syndrome d'Asperger.

ACTIVITÉ DE LECTURE

Débuter l'activité en procédant à la présentation du document intitulé : « Je voudrais être ton ami. Je suis autiste. » Le document est disponible au www.autisme-cq.com dans la section « Outils ».

Tout au long de la présentation, expliquez les comportements spécifiques de l'élève qui est dans votre groupe en donnant des exemples que les autres élèves ont pu observer ou observeront.

En vous inspirant de la page 12 du document intitulé : « Je voudrais être ton ami. Je suis autiste », présentez également les forces et qualités de l'élève de votre classe présentant un diagnostic .

ACTIVITÉ POST-LECTURE

À partir du document intitulé : « Je voudrais être ton ami. Je suis autiste », mettre de l'avant les comportements positifs à avoir avec cet élève.

Une liste résumée est disponible à l'annexe 8.

Donner des exemples de comportements favorisant l'intégration que les élèves ont déjà faits.

Dresser une liste des trucs identifiés dans le document et y ajouter les vôtres.

Afficher cette liste dans votre local.

Selon le contexte, compléter la liste avec l'élève ayant un diagnostic ou son éducatrice spécialisée en lui demandant comment les autres élèves peuvent l'aider.

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

ANNEXE 4

Suggestions de comportements à mettre en place pour faciliter l'intégration.
Inspiré du document « Je veux être ton ami. Je suis autiste. »

Être gentil et respectueux. (Ne pas te moquer de lui)
Être patient, patiente et accepter que cela prenne du temps.
Exprimer par des mots ce que tu ressens (fâché, triste, content) pour aider la personne à comprendre tes émotions.
Dire clairement ce que tu veux. Exemple : « Arrête! Je ne veux plus que tu me chatouilles. »
Utiliser des phrases courtes et simples.
Poser des questions à la personne et l'encourager à répondre.
Lui demander de répéter si tu n'entends pas bien sa réponse.
Il ne faut pas que tu te fâches si la personne ne comprend pas tes plaisanteries.
Commencer par des jeux que la personne connait.
T'intéresser à ce que l'ami sait faire plutôt qu'à ce qu'il ne sait pas faire.
Dire à l'avance que tu as changé d'avis.
Si la personne fait des gestes répétitifs comme jouer avec ses doigts, taper sur le bureau, tu peux laisser la personne tranquille pour qu'elle retrouve son calme.
Poser tes questions à l'éducatrice spécialisée ou au professeur.

JE VOUDRAIS ÊTRE TON AMI. JE SUIS AUTISTE.

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR DEMANDE.

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

MON PETIT FRÈRE DE LA LUNE

Buts:

Sensibiliser les enfants à la différence et aux différentes manifestations de l'autisme par le biais d'une vidéo.

ACTIVITÉ DE PRÉ-VISIONNEMENT

Vous pouvez le trouver en ligne à l'adresse suivante : http://www.youtube.com/watch?v=sGb6JP8ktws. (Vous pouvez également trouver le vidéo en inscrivant « mon petit frère de la lune » sur Google.)

La vidéo est d'une durée de 6 minutes.

Présenter le vidéo aux enfants :

Aujourd'hui, nous allons voir une vidéo. Dans cette vidéo, une grande sœur nous présente son petit frère qui est différent. Il est autiste. C'est dans sa tête qu'il est différent. Il ne pense pas comme nous. L'autisme est un handicap, cela veut dire que la personne autiste à de la difficulté à faire des choses qui sont faciles pour toi. Exemple : Parler avec un ami, faire un câlin, écouter de la musique très fort.

La personne autiste à des comportements différents des nôtres. Parfois, ça nous semble bizarre.

Présenter certains symptômes et manifestations de l'autisme aux enfants à l'aide des images de chatons de l'annexe 5.

ACTIVITÉ DE VISIONNEMENT

Demander aux élèves d'identifier durant le visionnement, les comportements différents du petit frère.

ACTIVITÉ POST-VISIONNEMENT

Demander aux enfants de nommer les comportements différents du petit frère.

Compléter la liste avec eux.

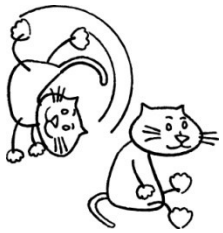
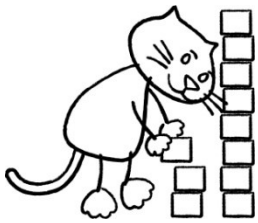
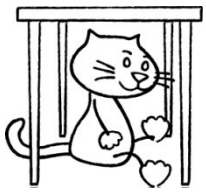
À chacun des comportements nommés par les enfants, présenter la manifestation autistique avec le chaton qui correspond.

Faire un lien avec les comportements nommés et ceux de certains amis qui sont intégré dans la classe ou dans l'école. Donner des exemples de comportements que les élèves ont peut être déjà pu observer.

Souligner aux enfants que la petite sœur, à la fin de la vidéo, réussit à jouer avec son petit frère.

Si vous intégrez un enfant différent dans votre groupe, dresser une liste des trucs identifiés et y ajouter les vôtres. Afficher cette liste dans votre local. (Voir la liste de suggestion de l'annexe 4)

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

ANNEXE 5	
Il ne bouge pas beaucoup. Il est hypoactif.	
Il fait comme s'il ne voyait pas ou n'entendait pas. Il semble faire le sourd	
Il aime monter les escaliers et regarder le ciel. Il s'adonne à des jeux excessifs	
Il fait des crises quand on lui coupe les cheveux, quand on chante « Joyeux anniversaire », quand on passe dans un tunnel. Il fait des crises sans que l'on sache pourquoi.	
Il ne joue pas avec les autres à la crèche (garderie) Il préfère s'isoler.	
Il bat des bras comme pour s'envoler. Il aime faire des mouvements répétitifs.	
Il ne rit pas des plaisanteries. Il ne comprend pas bien les expressions du visage et les émotions.	

MON PETIT FRÈRE DE LA LUNE

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

TOI ET MOI, ON SE RESSEMBLE

Buts:

Sensibiliser les élèves aux capacités des personnes ayant un diagnostic d'autisme en faisant ressortir les ressemblances entre eux.

Amener les élèves à prendre conscience des ressemblances dans la diversité

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR DEMANDE.

MISE EN SITUATION

Expliquer aux élèves que peu importe les différences entre les personnes, il y a toujours plus de ressemblances qui nous unissent, que ce soit à propos de nos traits physiques, de nos goûts, de nos actions, etc.

ACTIVITÉ

Distribuer la fiche de présentation « moi » à chacun des élèves de la classe. Expliquer que, dans un premier temps, les élèves doivent se dessiner sur le personnage modèle et se représenter avec le plus de détails possible (couleur des cheveux et des yeux, vêtements, expression du visage, etc.)

Distribuer une fiche « Toi » à chacun des élèves et ceux-ci doivent entourer en vert les ressemblances et en rouge les différences entre le dessin « moi » et le dessin « toi ». Par la suite, les élèves sont amenés à écrire sur leur feuille les choses qu'ils aiment et qu'ils font à la maison. Ils doivent les comparer avec ce qui est écrit sur la fiche « Toi ».

Ils doivent ensuite comparer l'ensemble des éléments des fiches « Moi » et « Toi » (dessin et description). L'enseignante ou l'enseignant demande s'il y a plus de ressemblances ou de différences et tentera de mettre l'accent sur les ressemblances des gens, malgré leurs quelques différences.

Les fiches « Toi » et « Moi » sont disponibles au www.autisme-cq.com dans la section « Outils ».

L'enseignante ou l'enseignant explique que la fiche « toi », que les élèves ont reçue pour comparer avec la fiche « moi », est celle d'un enfant ayant un diagnostic d'autisme. Une discussion est alors entamée par l'enseignant sur les ressemblances et les différences, sur les capacités et les incapacités, en mettant l'accent sur le fait qu'ils ont des goûts semblables et qu'ils font les mêmes choses.

ACTIVITÉ POST-LECTURE

À l'aide de l'annexe 6, faire la lecture de l'histoire de Maxime et de Zoé

À l'aide des histoires de Maxime et Zoé vous pouvez mettre en évidence le fait que ce n'est pas parce qu'une personne est différente qu'elle ne peut pas, comme tout le monde, aller à l'école, aimer, s'amuser, etc.

Source: OPHQ. On s'élève. 2014.

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

TOI ET MOI ON SE RESSEMBLE

HISTOIRE DE MAXIME, LE PETIT GARÇON TRÈS ENJOUÉ

Maxime a sept ans et est en 1re année. Son entourage trouve qu'il est enjoué et affectueux. Sa bonne humeur est contagieuse. Il aime manger du chocolat et faire une petite sieste en revenant de l'école. Maxime n'aime pas lorsqu'on lui raconte des histoires de peur. Il préfère regarder les dessins animés les matins de la fin de semaine. Il adore aussi les chiffres, même s'il éprouve un peu de difficulté à tous les retenir.

Maxime a un diagnostic d'autisme. Il aime faire plusieurs activités avec les membres de sa famille et ses amis. Cela lui prend plus de temps que les autres enfants pour comprendre ce qu'on lui demande de faire à la maison. Il apprend aussi plus lentement en classe. Lorsqu'il a compris ce qu'on lui demande de faire, il est fier de lui. Il est toujours prêt à aider les autres quand il le peut.

HISTOIRE DE ZOÉ, LA PETITE FILLE RIEUSE QUI N'AIMAIT PAS LES BONBONS

Zoé a sept ans. Son papa vient la reconduire chaque matin à son école de quartier. Elle est très heureuse d'être dans la même classe que Rosalie, sa copine qui demeure juste en face de sa maison. Zoé aime les lettres et les chiffres. Ça tombe bien, car elle est en 1re année. Mais c'est surtout le dessin, les histoires d'extraterrestres et les récréations qu'elle préfère! Zoé prend son temps pour tout faire : lacer ses chaussures, attacher son manteau, tracer ses lettres et manger son yogourt. Parfois, l'enseignant doit lui rappeler qu'elle est dans la classe et non dans une soucoupe volante qui voyage vers la lune! Elle aime se raconter toutes sortes d'histoires amusantes que ses amis ne comprennent pas toujours, mais elle y met tellement de cœur que c'est difficile de ne pas y croire pour de vrai!

Zoé doit souvent s'absenter de la classe, car elle a des rendez-vous avec des adultes bien savants qui l'aident à mieux parler, à écrire ses lettres, à faire les boucles de ses chaussures et même à sauter et à faire du vélo. Zoé est autiste, mais ce n'est pas pour cela qu'elle déteste les bonbons.

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR DEMANDE.

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

L'AUTISME ET LA COMMUNICATION

Buts:

Sensibiliser les enfants aux particularités et difficultés de compréhension vécues par les personnes autistes par le biais d'activités physiques.

MISE EN SITUATION

Chacun de nous est unique. Certains ont les cheveux bruns, blonds, roux, gris. Certains sont grands d'autre sont plus petits. Certains aiment les chats, d'autres préfèrent les chiens. Nous sommes tous différents. Les personnes autistes sont elles aussi différentes. L'autisme est un handicap, cela veut dire que la personne autiste à de la difficulté à faire des choses qui sont faciles pour toi. Exemple : Parler avec un ami, faire un câlin, écouter de la musique très fort. L'autisme est un handicap qui modifie le développement du cerveau. Cela amène la personne à éprouver de la difficulté à communiquer et à interagir avec les autres.

Comprendre implique de pouvoir sélectionner et traiter les différentes informations autour de nous. L'autisme s'accompagne de problèmes de compréhension :

- du langage verbal et non verbal ; (Que me dit-on ? Que me demande-t-on ?)
- de son environnement. (Qu'attend-on de moi ? Où va-t-on ? Qu'est-il prévu après ?)

Les personnes autistes ont souvent peu de réponses claires à ces questions, car elles éprouvent des difficultés à comprendre le langage verbal et non verbal.

À l'aide de l'annexe 7, présenter aux élèves les difficultés de communication et de compréhension vécues par les personnes autistes.

ACTIVITÉ

Aujourd'hui nous allons vivre une expérience. Nous allons découvrir ce qu'une personne autiste vit quand on lui parle ou qu'on lui donne une consigne.

Demander aux élèves de suivre vos consignes. Vous trouverez des suggestions de consignes à l'annexe 8.

ACTIVITÉ POST-LECTURE

Demander aux élèves:

Comment t'es-tu senti lorsque tu entendais la consigne?

Était-ce difficile d'y répondre? Pourquoi?

Qu'est-ce t'aurais aidé à mieux comprendre les consignes?

Compléter les réponses des élèves en mentionnant que ces trucs peuvent aider un ami autiste à mieux nous comprendre.

Par exemple : parler calmement et lentement, lui parler face à face, laisser à la personne le temps de répondre, nommer clairement nos émotions ou ce qu'on pense, ne pas faire trop de bruit, aider la personne à ce concentrer en lui rappelant ce qu'elle doit faire, ne pas toucher la personne, si la personne ne comprend pas, lui montrer quoi faire avec des gestes.

Source : Participate !

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

ANNEXE 7

L'AUTISME ET LA COMMUNICATION

COMPRENDRE LE LANGAGE VERBAL ET NON-VERBAL	
Comprendre que si je parle à quelqu'un et qu'il regarde sa montre, cela signifie que je l'ennuie, qu'il doit partir…	
Comprendre que la consigne implicite, au téléphone, « Ta maman est là ? » veut aussi dire « Demande à ta maman de venir me parler».	
Comprendre l'ironie lorsque quelqu'un dit « Il fait chaud, hein ? » alors qu'il fait -10° dehors…	
Connaître tous les mots d'une phrase, les aspects syntaxiques, décoder les mots clés de la phrase et établir des liens entre les mots : si on dit à Jean-Marc « Aujourd'hui, on ne va pas à la piscine », il s'énerve devant la porte parce qu'il a compris qu'il allait à la « piscine ». En fait, il a bien repéré le mot « piscine », mais n'a pas compris la négation.	
Comprendre l'intonation d'une phrase : Matthias répond souvent oui quand on s'adresse à lui. Il ne comprend pas si c'est une question ou un commentaire.	
RECEVOIR ET TRAITER LES INFORMATIONS SENSORIELLES	
Lors d'un repas, savoir suivre une conversation alors que plusieurs discussions se déroulent en même temps.	

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com

1-844-383-6373

ANNEXE 7 (SUITE)

COMPRENDRE LES INFORMATIONS EN FONCTION DU CONTEXTE	
Une main levée au coin d'une rue par un policier ne signifie pas la même chose que celle d'un étudiant en classe.	
COMPRENDRE ET GÉRER SES ÉMOTIONS ET COMPRENDRE CELLES DES AUTRES	
Comprendre le langage des yeux. Savoir si maman est fâchée ou contente.	
Comprendre que les larmes apparaissent tant lors d'une grande tristesse que de fous - rires.	
S'ADAPTER AUX DIFFÉRENTS CONTEXTES ET À LA NOUVEAUTÉ	
Pour Michel, être bien habillé, c'est avoir un costume. Être habillé autrement, c'est ne pas être soigné. Résultat, il ne veut pas mettre un jean lorsqu'il va au cinéma avec des amis.	
« On ne cueille pas les fleurs dans le jardin ». Depuis que Louis a appris cette règle, il est toujours très irrité lorsqu'il passe devant un fleuriste. Il ne comprend pas pourquoi le fleuriste peut cueillir des fleurs.	
La maman de Karl lui demande de prendre le pot de chocolat dans l'armoire. Karl cherche après le chocolat, mais dit qu'il ne le trouve pas. Quand sa maman vient voir, le pot de chocolat se trouve à sa place habituelle : Karl n'a pas reconnu le pot de chocolat car sa maman a acheté une nouvelle marque.	

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

ANNEXE 8	
LES INFORMATIONS MANQUANTES	
Place ta - gauche sur la - de ton ami. (main, tête)	Touche par terre avec ton – de la – droite. (petit doigt, main)
Fais un – en plaçant ta – plus haute que ta -. (bye-bye, main, tête)	Regarde en – sans fermer les -. (haut, yeux)
Marche par en – en faisant – pas. (avant – trois)	Assois-toi par terre et place ta – gauche – ta cuisse. (main, sous)
Place tes – sur tes –. (mains, hanches)	Croise tes – et regarde le -. (jambes, sol)
Déplace-– vers la – la plus proche. (toi, chaise)	Fais semblant de – devant un -. (chanter, public)
Il – faut – bouger. (ne, pas)	- regarde – le plafond. (Ne, jamais)
– de reculons - regarder en arrière. (Marche, sans)	Fais semblant de – au – avec une -. (jouer, hockey, rondelle)

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

ANNEXE 8

BANQUE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES À DIRE DANS UN VERRE OU TRES RAPIDEMENT SANS RÉPÉTER	
Fais trois tours sur toi-même dans le sens des aiguilles de l'horloge en tapant sur ta tête avec la main où tu portes habituellement ta montre pendant 3 secondes : 1-2 -3 Arrêt!	Place tes mains de haut en bas huit fois en faisant semblant de toucher le plafond pour ensuite toucher par terre.
Assois-toi par terre en plaçant tes jambes devant et tes bras en arrière. Penche ta tête vers l'arrière pour regarder au plafond et compte les lumières que tu vois.	Compte les garçons dans la pièce en plaçant ta main sur ta bouche en faisant semblant de bâiller, mais tu ne dois pas parler.
Saute comme un lapin pour faire deux bonds, ensuite saute comme une grenouille en t'assurant que tes mains touchent par terre pour faire trois bonds et termine en faisant un saut de kangourou géant.	Ne regarde pas par terre, mais cherche une personne qui a des lunettes, des espadrilles bleues et un chandail blanc sans te déplacer. Lève ta main et ferme tes yeux si tu connais le nom de cette personne.
Compte dans ta tête en fermant les yeux le nombre de fenêtres de ta maison. Additionne à ce nombre, le nombre de portes et ensuite soustrais 2. Chez toi, combien y'a-t-il de portes?	Dessine avec ton doigt dans les airs un pommier qui fait pousser de belles pommes mûres. Quand ton dessin est terminé, cueille la plus belle pomme afin d'y goûter.
Place tes mains sur tes oreilles sans y toucher et fais un grand sourire sans montrer tes dents et cligne des yeux sans regarder le plafond. De quelle couleur est le plafond?	Pince le bout de ton nez avec ton index et le pouce de ta main gauche. Place ton autre main devant ta bouche. Quelle main est devant ta bouche?
Compte à voix haute jusqu'à 10 pendant que je donne les autres consignes. Avance de 2 pas et recule de 2 pas, plusieurs fois, jusqu'à ce que tu arrives au nombre 10.	Tu fais semblant d'être dans un orchestre. Tu joues du violon pour débuter, ensuite tu joues de la trompette. Tu termines ta présentation par le solo de ton instrument préféré.
Avant de faire un grand cercle ensemble autour de la pièce, il faut applaudir très fort et faire la révérence.	Compte combien il reste de jours avant lundi. S'il en reste 3, c'est que nous sommes vendredi, alors applaudis! Si c'est un autre chiffre, c'est que nous ne sommes pas vendredi, alors crie Ah Ouiiiiiiii!

ACTIVITÉ

Se rendre sur youtube et inscrire « Ben X vf ». https://www.youtube.com/watch?v=sI4EKoLPLSs Visionner le film jusqu'à 8 minutes 50 secondes **sans le son**.

Demander aux élèves ce qui se passe dans le film.

Un adolescent se lève et joue à des jeux vidéo en ligne. Il se prépare ensuite à aller à l'école. Il s'habille, déjeune avec sa mère, croise son petit frère. Il quitte ensuite pour aller à l'école et met ses écouteurs.

Demander aux élèves et inscrire leurs commentaires au tableau :

Demander, à main levée, qui dans la classe joue à des jeux vidéo. Souligner que c'est un point commun avec le personnage principal du film.

En quoi cet adolescent est-il différent? Semble-t-il avoir un handicap?

Confirmer aux élèves que Ben vit bel et bien une situation de handicap.

Informer les élèves sur la notion de handicap :

Le handicap reste aujourd'hui encore une notion très subjective, souvent mal utilisée et presque toujours connotée de façon négative. Dans la représentation collective, il est systématiquement associé à l'image stéréotypée de la personne en fauteuil roulant ou de la canne blanche. Au Québec, en 2006, il y avait 738 140 personnes vivant avec une incapacité.

Autant dire que la notion de handicap recouvre une très grande diversité de situations. Donner la définition de personne handicapée de l'OPHQ : « toute personne ayant une déficience ou une incapacité significative et persistante et qui est sujette à rencontrer des obstacles dans l'accomplissement d'activités courantes ».

Présenter aux élèves la description du film :

Ben, un adolescent comme les autres, qui vit dans son propre monde. Deux types de son lycée ne cessant de le traquer, de le harceler, de l'humilier, le poussant lentement mais sûrement à bout. Il allume son ordinateur et plonge dans le seul univers d'Archlord, un jeu en ligne fascinant. Il devient alors Ben X.

À la lumière de ces informations, demander aux élèves d'identifier de quel est le handicap de Ben.

Remettre le même extrait du film mais cette fois-ci avec le son

Suite au deuxième visionnement, demander aux élèves: En quoi cet adolescent est-il différent? Inscrire les réponses au tableau. Semble-il avoir un handicap? Lequel? Est-il possible qu'un handicap ne soit pas visible?

Identifier l'handicap de Ben comme étant de l'autisme.

Remettre aux élèves l'annexe 9 et leur demander d'identifier les manifestations du syndrome d'Asperger, diagnostic de la famille de l'autisme, qu'ils ont pu observer chez Ben.

Demander aux élèves de donner des exemples de manifestions autistiques tirées du film Ben X. Au-delà de ses manifestations la personne autiste Asperger possède de nombreuses qualités et font de très bons amis. Vous trouverez à l'annexe 10 une liste de qualités fréquemment observées chez les personnes Asperger ainsi qu'une liste de trucs pour établir une relation avec elles.

Si un élève dans l'école ou dans la classe démontre ses symptômes, faire des liens entre les comportements de Ben et ceux de l'élève. Parler de ses forces particulières et de ses qualités.

BEN X

Buts:

Sensibiliser les élèves à la différence et aux différentes manifestations de l'autisme.

Veuillez prendre notre que l'appellation « syndrome d'Asperger » n'est plus utilisée depuis la publication du DSM-5 en 2013 puisqu'il est inclus dans le trouble du spectre de l'autisme (TSA). Comme il y a une forte identité bâtie autour cette appellation, nous avons fait le choix de conserver ce terme pour certaines sections de cette trousse de sensibilisation.

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

ANNEXE 9

Le syndrome d'Asperger se distingue des autres troubles envahissant du développement par le haut niveau de fonctionnement intellectuel. Voici les principales manifestations du Syndrome d'Asperger :

- ☐ Intelligence normale ou supérieure
- ☐ Maladresse générale
- ☐ Posture rigide
- ☐ Discours inapproprié pour le contexte et parfois d'allure hautaine
- ☐ Discours souvent "monotone" ou avec un accent en raison de la sur-articulation
- ☐ Utilisation inappropriée de gestes qui accompagnent la parole
- ☐ Manque d'empathie, passivité face aux autres
- ☐ Fuite du contact visuel
- ☐ Certains tics
- ☐ Difficultés à saisir le langage non verbal
- ☐ Beaucoup d'importance pour la routine
- ☐ Anxiété car difficultés à prédire ce qui les attend
- ☐ Difficulté à entamer et maintenir la conversation
- ☐ Un langage en apparence riche, au vocabulaire étendu, mais sans véritable communication, écholalie (répéter le même mot ou la même phrase).
- ☐ Un langage et une compréhension au sens littéral des expressions (incompréhension des jeux de mots ou de l'ironie).
- ☐ Un langage corporel et des expressions du visage absentes, inappropriées ou disproportionnées (surtout avec des émotions fortes comme la peur ou la colère).
- ☐ Un attachement excessif à certains objets, une fixation sur un sujet (intérêt particulier comme les dinosaures, les cartes routières, les trains, la météo, l'informatique), des obsessions et des répétitions, la réalisation de rituels.
- ☐ Des sens hypersensibles (sons trop forts, lumières trop vives, texture et goût des aliments, toucher désagréable, tissus encombrants ou douloureux)), hypo sensibles (impassibilité face à la douleur, au froid ou au chaud extrême) ou altérés (distorsion du champ visuel).
- ☐ Une naïveté sociale qui en fait les victimes parfaites, puisque souvent honnêtes et incapables de saisir l'intention des congénères.
- ☐ Une mémoire exceptionnelle et encyclopédique, surtout pour les faits et les détails.
- ☐ Un penchant pour l'isolation et les activités solitaires (souvent lorsque la quantité de stimuli devient trop grande pour pouvoir être gérée).

ANNEXE 10

BEN X

LES QUALITÉS D'UNE PERSONNE AUTISTE

- La relation avec les pairs est caractérisée par une loyauté absolue et le fait d'être totalement digne de confiance;
- Absence de sexisme, d' "âgisme" ou de biais culturels; capacité à prendre les autres tels qu'ils sont;
- Dit ce qu'il pense vraiment, quel que soit le contexte social ou ses convictions personnelles;
- Capacité de poursuivre son idée ou sa propre perspective même en présence de contradictions apparentes;
- Recherche d'un auditoire ou d'amis capables de s'enthousiasmer pour des sujets d'intérêts particuliers;
- Attention aux détails, peut passer du temps à discuter un sujet qui peut ne pas être d'une importance capitale;
- Écoute des autres sans jugement ou suppositions continuels;
- Évite de préférence la conversation sans intérêt, superficielle ou les remarques évidentes;
- Recherche d'amis sincères, positifs, avec un bon sens de l'humour.

TRUCS POUR INTERAGIR AVEC UNE PERSONNE AUTISTE

- Respecter la personne avec ses forces et ses difficultés
- Respecter son rythme
- Valoriser ses bons coups et ses points forts
- Encourager la personne même si elle ne montre pas ses émotions
- Si la personne réagit de manière inappropriée, lui expliquer pourquoi et ce qu'elle aurait pu faire ou dire à la place
- Être clair dans les explications et bien choisir les mots utilisés
- Éviter les phrases abstraites comme « Donner sa langue au chat »
- Annoncer d'avance les changements de programme pour éviter que la personne vive de l'anxiété

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

LES HANDICAPS NE SONT PAS TOUS VISIBLES

BUT:

Sensibiliser les élèves aux notions de handicap, de différence et d'autisme.

PRÉ-ACTIVITÉ

Demander aux élèves ce qu'est une personne handicapée.

Inscrire au tableau la définition de personne handicapée :

Une personne qui a une déficience ou une incapacité et qui rencontre des obstacles provenant de son environnement physique ou social se retrouve en situation de handicap. En aménageant les conditions de son environnement, on éliminera cette situation de handicap et cela favorisera sa PARTICIPATION SOCIALE. Bref, c'est l'environnement physique et social qui est handicapant et non pas la personne qui est handicapée.

Par exemple, la personne en fauteuil roulant peut être très autonome jusqu'à ce qu'elle se retrouve devant un escalier. C'est donc l'environnement physique qui est un obstacle et est handicapant.

Pour la personne autiste, ces difficultés se situent au niveau de la communication et des interactions sociales. C'est l'environnement social qui est handicapant pour elle.

ACTIVITÉ

Présenter le diaporama disponible au www.autisme-cq.com dans la section « Outils »

POST-ACTIVITÉ

Demander aux élèves des suggestions pour faciliter l'intégration d'une personne autiste dans un groupe ou dans une école. (Pour rendre son environnement social moins handicapant.)

Retenir quelques pistes de solutions et les mettre en place dans le groupe ou dans l'école.

LES DOCUMENTS UTILISÉS POUR RÉALISER CETTE ACTIVITÉ TELS QUE LES LIVRES ET POWERPOINT SONT DISPONIBLES AUPRÈS D'AUTISME CENTRE-DU-QUÉBEC SUR DEMANDE.

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

UNE RENCONTRE AVEC RENÉ

BUTS:

Sensibiliser les élèves aux situations que peut vivre une personne autiste par le biais d'une activité de lecture.

Amorcer une réflexion sur le jugement et l'intimidation

Veuillez prendre notre que l'appellation « syndrome d'Asperger » n'est plus utilisée depuis la publication du DSM-5 en 2013 puisqu'il est inclus dans le trouble du spectre de l'autisme (TSA). Comme il y a une forte identité bâtie autour cette appellation, nous avons fait le choix de conserver ce terme pour certaines sections de cette trousse de sensibilisation.

PRÉ-ACTIVITÉ

Demander aux élèves de lire le témoignage de René. (Disponible à l'annexe 11)

Distribuer le témoignage de René aux élèves.

ACTIVITÉ

À l'aide des questions fournies, amorcer une discussion avec les élèves:

Quel diagnostic René a-t-il reçu à l'âge de 7 ans?

Quels sont les comportements particuliers de René?

À son entrée à l'école, à quoi René s'attendait-il?

Qu'est-il arrivé à René quand il était en 4e année?

Comment les moqueries ont-elles affectées physiquement et psychologique ment René?

Qu'est-ce qui a aidé René à se sortir de cette situation? (2)

Quel est le message dont René aimerait qu'on se souvienne?

POST-ACTIVITÉ

Dans son témoignage, René nous parle de l'intimidation qu'il a vécue parce qu'il est différent.

Présenter les stratégies, outils et personnes ressources de votre école pouvant aider et intervenir si un élève vit de l'intimidation.

Mentionner les comportements et actions à adopter si un élève est témoin d'intimidation à l'égard d'un autre élève.

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

UNE RENCONTRE AVEC RENÉ

ANNEXE 11

TÉMOIGNAGE DE RENÉ

À l'âge de 7 ans, j'ai appris que j'étais autiste et que je souffrais du syndrome d'Asperger, mais ne vous en faites pas, ce n'est pas contagieux (mdr). Vous ne pouvez pas l'attraper de moi; tout ce que je peux vous transmettre, c'est tout l'amour que j'ai à donner.

Je suis seulement différent. Différent en quoi? Eh bien, je sais que je faisais des choses étranges. Par exemple, je parlais seul à voix haute, je me donnais des tapes sur le corps et j'avais beaucoup de rituels qui changeaient d'ailleurs tout le temps. Aussi, à l'époque, je ne pouvais pas distinguer les émotions : vous auriez pu être en colère contre moi et je vous aurais souri en pensant que vous jouiez avec moi. Je ne peux pas lire entre les lignes. Un jour, mon oncle Richard m'a dit : « Qu'est-ce qui t'arrive? As-tu perdu ta langue? » Alors, j'ai couru dans ma chambre, que j'ai mise sens dessus dessous à la recherche de ma langue. Une autre fois, ma mère a remarqué qu'en entendant ou en voyant quelque chose de drôle, je me mettais la main devant la bouche pour m'empêcher de rire. Elle m'a demandé ce que je faisais et je lui ai répondu que mon grand-père avait raconté qu'un de ses amis était mort de rire. J'avais du mal à parler aux autres parce que je m'exprimais différemment d'eux et je ne comprenais pas ce que voulait dire « être sociable ». Je n'ai pas de frères, de sœurs, ou d'amis. Quand j'ai commencé l'école, je voulais avoir plusieurs amis pour jouer et partager avec eux tous les jouets formidables que j'avais. Ma chambre était absolument pleine de jouets, c'était incroyable! Mais je n'avais personne avec qui jouer. Il y avait bien sûr ma mère et mes grands-parents qui jouaient avec moi, et je les en remercie beaucoup, mais je voulais tellement avoir en plus quelques vrais amis. J'aimais tant l'école que pendant la fin de semaine, je comptais les jours et les heures, jusqu'au lundi matin. Le lundi, j'étais tellement heureux!

En 4e année, je cherchais toujours à me faire des amis. Je suppliais mes camarades et je leur ai même donné tous mes bonbons, mais ils ne voulaient pas devenir des amis parce que j'étais différent. Ils me criaient des noms et sacraient après moi. Ils m'ont rejeté et m'ont rudoyé. Ils ne voulaient jamais jouer avec moi dans la cour d'école et ils me poussaient quand les enseignants ne regardaient pas.

Un jour, certains enfants m'ont poussé et je suis tombé. Un autre enfant s'est mis à me donner des coups de pied dans l'estomac. L'après-midi, à mon retour de l'école, je pleurais de douleur. Vous savez quoi? Les coups de pied que j'avais pris dans l'estomac m'avaient tordu l'intestin. J'avais tellement mal que j'étais sûr de mourir. Ma mère et moi sommes allés à l'hôpital en ambulance. Je me demandais « Pourquoi me font-ils mal et pourquoi me rejettent-ils de cette façon? Je n'ai rien fait de mal! Pourquoi dois-je souffrir comme ça? Qu'est-ce que j'ai fait pour mériter ça? Je ne suis pas méchant et je n'ai pas de mauvaises intentions. Je suis même très gentil, affectueux et très amical. Pourquoi n'acceptent-ils pas l'amour que je veux leur donner? Pourquoi ils ne me laissent pas leur montrer que je peux être un très bon ami? » Pour la première fois, je ne voulais plus aller à l'école.

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

TÉMOIGNAGE DE RENÉ (SUITE)

Au secondaire, la situation a même empiré. On me rejetait encore plus! Les adolescents sont forts quand il s'agit d'intimidation. Ils me disaient de me taire dès que je voulais dire quelque chose. Certains aiguisaient leur crayon et me piquaient dans le dos en passant près de moi. Un jour, dans le vestiaire du gymnase, des gars se sont mis à me lancer mes chaussures, puis ils les ont mises dans la douche et j'ai dû retourner à la maison avec des chaussettes et des chaussures détrempées. Il n'y avait rien à faire, TOUS LES JOURS, je rentrais à la maison avec de nouvelles marques. Pourquoi? Pourquoi? Qu'est-ce que j'ai pu faire? Est-ce que c'est parce que je suis différent?

Puis, j'ai vu Martin Deschamps à la télévision. Et là, j'ai compris qu'on pouvait être différent et réussir dans la vie. Cela m'a donné le goût d'aller de l'avant. Lui, il fait ce qu'il aime alors qu'il lui manque une jambe et qu'il a des malformations aux bras. Je me suis dit que je ne devais pas me plaindre, mais continuer à vouloir réaliser mon rêve : jouer de la musique comme Martin, parce que comme lui, j'ai la musique en moi. J'adore la musique!

J'allais aussi dans une classe où je pouvais jouer de la musique. Dans cette classe, je n'avais pas plus d'amis que dans les autres classes, mais on me respectait et on reconnaissait mon talent musical. Mais je continuais de souffrir d'intimidation dans les autres cours. Je me demandais pourquoi souffrir encore? Je perdais espoir et confiance. Je ne voulais plus jouer de la musique. Pouvez-vous croire cela : MOI ne plus jouer de musique? J'ai prié pour qu'on m'aide parce que l'intimidation dont j'étais victime était en train de me tuer pour vrai. C'est ma foi qui m'a aidé à tenir le coup. En terminant, je veux laisser le message suivant : « Les petites brutes ne savent pas tout le mal qu'elles font aux autres par leurs mots et leurs gestes. Elles ne comprennent pas l'impact de leur intimidation. Elles ne blessent pas seulement l'enfant qu'elles ont brutalisé, car les parents et les grands-parents en souffrent aussi. On en voit souvent la preuve à la télé : des jeunes se suicident parce qu'ils sont victimes d'intimidation. C'est un problème grave. Il n'y a vraiment pas de quoi rire. » J'aimerais aussi dire que je pardonne à tous ces intimidateurs qui ne voient tout simplement pas la beauté du monde et l'amour qui dort dans leur coeur.

René Mantha

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

TRANCHES DE VIE

BUTS:

Sensibiliser les gens aux réalités vécues par les personnes autistes.

Informer les gens sur les comportements aidants à développer face à une personne autiste.

Trois témoignages vous sont proposés à l'annexe 12, soit le témoignage de Abdel, Julie et Steven.

Faire les photocopies nécessaires pour la réalisation de l'activité.

Mentionner aux participants que par le biais de témoignages et de partages, ils découvriront certaines réalités vécues par les personnes autistes.

Les témoignages se terminent tous par une section : « Ce que tu peux faire pour m'aider ».

Suite à la lecture des témoignages, il est possible d'animer une discussion en lien avec les comportements à avoir pour faciliter l'intégration d'une personne autiste dans un groupe.

Il est également possible de simplement faire des copies des témoignages et de les afficher dans la salle de pause ou de les laisser sur les tables pour que vos collègues puissent en prendre connaissance.

ANNEXE 12

TÉMOIGNAGE D'ABDEL

Souvent, j'aime dire des mots ou des phrases que j'ai entendus. Je ne les comprends pas toujours et je ne m'adresse pas nécessairement à quelqu'un. Quand on me parle, je ne comprends que quelques mots qui me sont familiers et j'ai besoin d'un temps avant de répondre. Deux consignes à la fois peuvent perturber ma compréhension. Je ne prononce pas correctement les consonnes. Je communique avec quelques pictogrammes. Je ne comprends pas tous les pictogrammes mais je peux donner à un adulte l'image des toilettes quand je veux y aller, d'un verre lorsque j'ai soif, de mon jouet favori lorsque je veux jouer. Parfois je crie quand on ne comprend pas ce que je veux. Je n'aime pas quand il y a trop d'enfants autour de moi. Je n'aime pas être touché, parfois, c'est comme si je ressentais une douleur. De temps en temps, j'ai besoin de m'isoler, cela me repose. Les jeux des autres enfants ne m'intéressent pas. J'ai du mal à comprendre les règles et quand je les comprends, je n'y trouve pas forcément un grand intérêt. Mais j'aime beaucoup écouter de la musique ou des sons avec ma maitresse et avec mon éducatrice spécialisée. Comme j'aime beaucoup cela, je supporte bien mieux le grand groupe. J'aime aussi faire des parcours simples en « gymnastique » avec mes camarades. J'adore la piscine malgré le bruit et la présence de nombreux enfants. Mon jouet favori est une balle en mousse, je crie quand on me la prend. J'aime aussi suivre les angles des murs et les lignes. J'aime aligner des objets, je le fais très souvent. Les autres me trouvent bizarre. Les reflets des rayons de soleil sur la vitre m'empêchent de faire certaines activités. Je ne peux pas m'empêcher de regarder ces reflets et j'en perds mon attention. Les cris des enfants dans la cour me sont insupportables. Cela me fait mal aux oreilles et je les bouche dès que je vois un groupe d'enfants. Le bruit d'un crayon qui tombe m'est très désagréable.

« Comment m'aider ? »

Tout d'abord, il y a des tas de choses que je sais faire et grâce à vous tous, je peux en apprendre beaucoup d'autres. Toutes les personnes qui m'accompagnent, à l'école et en dehors, m'apportent leur aide. Votre soutien va me permettre d ''évoluer, de grandir parmi vous tous. C'est très encourageant pour moi et ma famille. Plus concrètement vous pouvez m'apprendre à reconnaître plus de pictogrammes pour que je puisse communiquer et peut-être qu'un jour, je les associerai à mes mots. En observant mes difficultés, vous pourrez les évaluer et m'offrir les meilleures conditions pour que je puisse apprendre. Protégez-moi autant que possible des bruits et de tout ce qui m'empêche de me concentrer, d'écouter, de réussir un exercice, une activité. A apprenez moi à réaliser des tâches seul. Encouragez-moi, même si je ne montre pas mes émotions. Donnez-moi des exercices et des activités à la mesure de mes compétences, de mes capacités et de mon état d'anxiété ou de fatigue du moment. J'accepte plus facilement de déposer ma balle en mousse dans une boite, surtout si je sais quand je pourrai la récupérer, comme cela, elle ne gênera pas mon attention ni celle des autres enfants.

Ces témoignages sont fictifs, très peu de personnes ayant des troubles du spectre de l'autisme nous font part de leurs difficultés ou de leurs souhaits. Pourtant, nous pourrions rencontrer des enfants ressemblant à Julie, Abdel ou Steven avec leur manière peu ordinaire de percevoir et de comprendre le « monde » autour d'eux.

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

ANNEXE 12

TÉMOIGNAGE DE JULIE

Je m'exprime avec un très bon vocabulaire, parfois j'invente des mots. J'ai une excellente mémoire et en mathématique, physique, informatique, je suis l'une des meilleurs de ma classe. Je chante très bien et j'apprends le piano. J'ai deux passions : les animaux et le dessin. Je parle beaucoup de chevaux, de chiens, de chats. Mes camarades me disent qu'ils en ont assez de m'entendre et me laissent souvent seule. Leurs jeux ne m'intéressent pas et je leur dis. Je dis aussi quand un élève dessine mal ou quand il est nul en mathématiques. Je ne demande pas d'aide même si j'en ai besoin, même si je ne comprends pas une consigne. Je comprends les mots au sens littéral. J'ai du mal avec le second degré. En classe, il m'arrive de couper la parole à mes camarades pour dire une bonne réponse. Dans un jeu, je préfère diriger. Je m'adresse aux autres avec autorité et sans détour, ce qui blesse parfois mes camarades. Je ne mens jamais et si je dénonce l'un d'eux, c'est qu'il a fait une chose interdite. On me dit souvent que je manque de tact. Moi, je suis les règles à la lettre. Avec mes mains, je fais des gestes bizarres, on appelle cela des stéréotypies. C'est plus fort que moi. Les autres se moquent de moi et je suis souvent seule. J'aimerais avoir des amis mais je ne sais pas comment m'y prendre et ils ne me comprennent pas. Rien ne se voit sur mon visage mais je suis triste. J'aime skier avec mes frères et sœurs. J'aime dessiner des animaux. Je fais des exposés très précis sur la vie des chevaux sauvages. Ils me passionnent. A la maison, j'ai une collection de chiens et chats en peluches. J'aime les ranger en les alignant tout autour de mon lit avant de me coucher. Je lis beaucoup de livres animaliers et depuis peu des ouvrages sur l'histoire et la géographie. J'ai une bonne mémoire.

« Comment m'aider ? »

Acceptez-moi avec mes atouts mais aussi avec mes difficultés. Même si je montre des compétences où je fais preuve d'intelligence dans de nombreux domaines, il m'est très difficile de comprendre certaines situations. Notamment lors de discussions avec mes camarades ou avec des adultes. Je ne comprends pas toujours la signification de certains sourires, de certaines expressions des visages. Je ne sais pas toujours ce que l'on attend de moi. Je pense parfois que l'on se moque de moi. Pour les mêmes raisons, je n'ai pas toujours conscience des conséquences de mes paroles. Je peux dire à un camarade qu'il est nul. Pourtant, il n'y a pas forcément de volonté de ma part d'être désobligeante. C'est difficile à comprendre pour les professeurs et pour mes camarades qui ne voient dans mon intention d'être objective qu'indiscipline et arrogance. C'est difficile à admettre mais mon intelligence ne me permet pas toujours de comprendre tous les codes sociaux appris intuitivement par les enfants « ordinaires ». Mes maladresses me causent beaucoup de désagrément. Je ne le montre peut-être pas mais c'est décourageant. Cela m'attriste. Des consignes claires. J'ai besoin d'être guidée. J'ai besoin que l'on m'indique comment me comporter avec les autres, comment demander à une camarade pour qu'elle accepte de jouer avec moi, comment m'organiser. Acceptez-moi comme je suis et encouragez-moi, j'en ai besoin.

Ces témoignages sont fictifs, très peu de personnes ayant un trouble du spectre de l'autisme nous font part de leurs difficultés ou de leurs souhaits. Pourtant, nous pourrions rencontrer des enfants ressemblant à Julie, Abdel ou Steven avec leur manière peu ordinaire de percevoir et de comprendre le « monde » autour d'eux.

TÉMOIGNAGE DE STEVEN

Je ne parle pas. Mais parfois, je répète des mots que je viens d'entendre, sans en comprendre le sens. Lorsque je veux quelque chose, je prends la main de n'importe quel adulte et l'entraîne vers l'objet désiré. Puis j'attends sans montrer précisément ce que je veux. Sans réponse je peux entrer dans une grande colère. J'ai alors besoin de beaucoup de temps pour me calmer. Pour un mal de dent, je peux pleurer en touchant mon ventre. Il m'arrive alors de me mordre le bras.

Je souris souvent et parfois, je ris sans raison apparente. Le mouvement des groupes d'enfants à la récréation, à la piscine ou à la cantine provoque en moi une excitation qui peut me submerger. J'ai là encore beaucoup de mal à retrouver mon calme. Je peux me mettre à pleurer et même mordre un de mes camarades. Je n'aime pas être trop près des autres, je n'aime pas quand quelqu'un me touche. Mais si un élève a un objet qui m'attire, je lui prends des mains. En général, je ne supporte pas d'attendre J'aime faire de la peinture avec ma maitresse, mon éducatrice spécialisée et un petit groupe d'enfants. J'aime beaucoup les promenades en compagnie de mes camarades. J'aime faire du sport en suivant le parcours de santé. Si un bâton est de l'autre côté de la route, je peux traverser sans avoir conscience du danger. Ce que je préfère, c'est taper un bâton sur le sol ou regarder les plaques d'égout. Quand on me touche, j'éprouve une sensation de douleur. En mangeant certains aliments, j'ai l'impression d'avaler du papier de verre ou des orties.

« Comment m'aider ? »

Acceptez-moi comme je suis. Ne vous découragez pas si je me mets en colère, si je crie, si je suis parfois agressif avec les autres enfants. Ce n'est pas votre faute. Vous pouvez m'aider en me proposant des activités à ma portée tout en me protégeant des gênes qui peuvent me submerger comme des bruits trop longtemps supportés ou une trop grande proximité avec mes camarades. Proposez-moi et multipliez des situations où je suis en réussite, avec des exercices que je maîtrise, très progressivement complexifiés. Apprenez-moi à mieux communiquer. Accordez-moi des temps de répit, des temps où j'écoute tranquillement une musique douce, j'en ai besoin. J'ai à faire plus d'efforts que mes camarades pour m'adapter aux exigences de la classe. Les rituels m'aident à comprendre le déroulement du temps. Vous pouvez m'aider à comprendre ce que je dois faire, m'aider à prévoir ce qui va se passer par des informations à ma portée. Grâce à toutes vos aides, vos encouragements, votre imagination pour me motiver, je pourrai mieux comprendre, mieux apprendre. Une fois apaisé, réconforté, rassuré, comprenant mieux mon environnement, ayant des outils de communication, je pourrai alors évoluer favorablement.

Ces témoignages sont fictifs, très peu de personnes ayant des troubles du spectre de l'autisme nous font part de leurs difficultés ou de leurs souhaits. Pourtant, nous pourrions rencontrer des enfants ressemblant à Julie, Abdel ou Steven avec leur manière peu ordinaire de percevoir et de comprendre le « monde » autour d'eux.

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

MYTHES ET RÉALITÉS SUR L'AUTISME

BUTS:

Sensibiliser les personnes à l'autisme.

Informer les personnes sur les faits concernant ce diagnostic.

Combattre les préjugés et idées préconçues en lien avec ce diagnostic.

Faciliter l'intégration des personnes autistes dans nos milieux

ACTIVITÉ

Distribuer le questionnaire « Mythes ou réalités sur l'autisme fourni à l'annexe 13
Demander d'y répondre au meilleur de leurs connaissances

POST-ACTIVITÉ

À l'aide du corrigé, fourni à l'annexe 14, présenter et expliquer les bonnes réponses.

Demander aux personnes si certains faits les surprennent ou quelles informations sont nouvelles pour eux.

Dans un contexte autre que le milieu scolaire il est facile de faire des photocopies du questionnaire et de le laisser dans la salle de dîner. Le lendemain, vous pourriez rendre disponible le corrigé.

ANNEXE 13

QUESTIONNAIRE

	VRAI	FAUX
1. L'autisme est une maladie.		
2. Les personnes autistes ne parlent pas.		
3. Les personnes autistes sont agressives.		
4. Les personnes autistes sont des génies.		
5. Les enfants qui présentent un TSA ne peuvent pas intégrer l'école comme les autres, ils doivent fréquenter une école spécialisée.		
6. L'autisme touche plus d'enfants que le diabète, le sida et le cancer réunis.		
7. L'autisme est causé par l'attitude froide, distante ou perturbée des parents.		
8. Les personnes autistes ont une déficience intellectuelle.		
9. Les personnes autistes se comportent toutes de la même façon.		
10. Les personnes autistes ont des difficultés à développer des relations d'amitié avec les autres.		
11. Trop de bruit ou trop de lumière peut déranger une personne ayant un trouble du spectre de l'autiste.		

MYTHES ET RÉALITÉS SUR L'AUTISME

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

MYTHES ET RÉALITÉS SUR L'AUTISME

1. L'autisme est une maladie.

FAUX. L'autisme est un trouble neurologique qui amène la personne à vivre des incapacités. C'est un handicap. Les personnes autistes ont une façon de percevoir le monde différente de la notre (structure cognitive). Elles conserveront toute leur vie cette façon différente de percevoir. Cependant, elles ont la capacité d'apprendre et de s'adapter. Certaines d'entre elles développeront beaucoup d'habiletés au cours de leur vie ce qui nous porte à croire, à tors, qu'elles sont guéries.

2. Les personnes autistes ne parlent pas.

FAUX. Il est estimé que moins de 50 % des personnes autistes ne parlent pas. Plusieurs personnes qui présentent de l'autisme s'expriment très bien, mais il y a des aspects de la communication qui ne leur viennent pas naturellement. Certaines d'entre elles ont besoin de soutien pour s'exprimer et se servent de pictogrammes ou de gestes, d'un crayon ou d'un ordinateur.

3. Les personnes autistes sont agressives.

FAUX. La plupart des personnes autistes ne sont pas agressives. Quand elles crient ou s'agitent, ce n'est pas parce qu'elles souhaitent faire du mal, mais plutôt parce qu'elles subissent de l'inconfort, qu'elles sont incapables de s'exprimer ou qu'elles ont peur.

4. Les personnes autistes sont des génies.

FAUX. Les personnes autistes peuvent s'intéresser à plusieurs sujets, mais ils sont souvent restreints. Des connaissances exceptionnelles dans un seul domaine peuvent donner l'impression que la personne est un génie. Quelques personnes le sont, mais plusieurs d'entre elles sont même niveau que nous.

5. Les enfants qui présentent un TSA ne peuvent pas intégrer l'école comme les autres, ils doivent fréquenter une école spécialisée.

FAUX. Plusieurs enfants autistes vont à l'école «régulière» en bénéficiant du soutien d'une aide pédagogique. Certains réussissent même très bien sans ce soutien. Ces enfants ont néanmoins tendance à éprouver des difficultés au niveau des interactions sociales et à être vulnérables à l'intimidation. 74% des enfants ayant un TSA sont en classe régulière. (2017)

6. L'autisme touche plus d'enfants que le diabète, le sida et le cancer réunis.

VRAI. En 2011, selon l'ONU, le nombre de cas d'autisme diagnostiqué chez des enfants était supérieur aux diagnostics de diabète, de cancer et de SIDA additionnés. En 2012, on comptait 18 000 diagnostics au Québec. Depuis 2009, les diagnostics du trouble du spectre de l'autisme (TSA) ont fait un bond de 23% par année. Il s'agit d'une augmentation du taux de prévalence de plus de 300% en huit ans.

7. L'autisme est causé par l'attitude froide, distante ou perturbée des parents.

FAUX. Les troubles du spectre autistique sont d'origine neurologique et déjà acquis à la naissance. Les parents d'enfants autistes ne sont pas différents des autres parents. Ils ne sont pas responsables des retards de développement et des difficultés de leur enfant.

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

MYTHES ET RÉALITÉS SUR L'AUTISME

8. Les personnes autistes ont une déficience intellectuelle.

FAUX. 80% des personnes autistes n'ont pas de déficience intellectuelle. La plupart des personnes autistes ont le même niveau cognitif que nous.

9. Les personnes autistes se comportent toutes de la même façon.

FAUX. Les personnes autistes sont toutes uniques et différentes. Tant dans l'expression de leur symptôme qu'au niveau de leurs goûts et intérêts personnels, elles sont uniques. Il y a donc autant de formes d'autisme, qu'il y a de personnes autistes.

10. Les personnes autistes ont des difficultés à développer des relations d'amitié avec les autres.

VRAI. Les règles qui régissent l'amitié ne sont pas toujours claires (partager, faire des choses ensemble, se défendre l'un l'autre, se faire confiance, se soutenir, etc.) À cause de cela, les personnes autistes se rapprochent parfois maladroitement des autres.

11. Trop de bruit ou trop de lumière peut déranger une personne ayant un trouble du spectre de l'autiste.

VRAI. L'hypersensibilité et l'hyposensibilité sont souvent présentes chez les personnes autistes. Une personne hypersensible réagira de manière excessive aux stimuli sensoriels 'ordinaires'. Celle qui est hyposensible réagira peu ou pas du tout aux stimuli. Cette sensibilité peut toucher différents sens. Il est également possible que l'hyper et l'hyposensibilité s'alternent et que cette fluctuation ne touche qu'un seul sens.

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

S'OUVRIR À LA DIFFÉRENCE

BUT:

Amorcer une réflexion sur la différence par le biais d'un texte

PRÉ-ACTIVITÉ

Inviter les gens à lire le texte s'ouvrir à la différence en lisant le texte disponible à l'annexe 14.

ACTIVITÉ

Lecture du texte

POST-ACTIVITÉ

Amorcer la discussion et l'échange à l'aide de la question posée dans à la fin du texte. « Et vous, comment la différence enrichit-elle votre vie? »

Il est également possible de faire des copies du texte proposé en annexe et de le laisser dans la salle de pause afin que vos collègues de travail puissent le consulter et en prendre connaissance librement.

Autisme Centre-du-Québec

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

S'OUVRIR À LA DIFFÉRENCE

S'ouvrir à la différence…

Nous sommes confrontés quotidiennement à des situations qui nous permettent d'aborder le sujet de la différence avec nos enfants. Une dame en fauteuil roulant qui attend l'autobus? Une petite sœur adoptée d'origine chinoise? Un ami qui a deux papas? Un itinérant qui quête dans le métro? Des nouveaux voisins d'origine latino-américaine? Une classe d'enfants autistes dans mon école? Un nouveau beau-frère musulman? Une cousine opératrice de machinerie lourde? La célébration d'une fête juive à la synagogue de notre quartier? L'arrivée massive de réfugiés en première page du journal?

Pourquoi ne pas profiter de ces situations pour en discuter avec nos enfants? C'est un bon moyen de transmettre des valeurs d'ouverture d'esprit et de tolérance. Cela leur permettra également d'exercer leur jugement, de se former une opinion éclairée et de confronter leurs perceptions à celles des autres. Ceux-ci apprendront que la différence n'est pas un sujet tabou et qu'ils peuvent poser des questions.

Les personnes handicapées ou ayant des difficultés ont longtemps été perçues comme étant incapables de participer activement et positivement à la vie en société. Est-ce encore le cas? Et qu'en est-il des élèves en difficulté dans mon école? Est-ce que je peux être ami avec un élève qui fréquente une classe adaptée? A-t-il des forces et des talents même s'il a de la difficulté à l'école?

Nos yeux aperçoivent d'abord la différence, mais avec un peu d'effort et d'ouverture d'esprit il est possible, et surtout profitable, de chercher plutôt les ressemblances qui nous unissent aux autres. Peu importe la différence, on peut souvent se trouver des ressemblances au niveau des goûts, des intérêts, des forces, des talents, des habiletés, etc. Plutôt que d'être sources de peur et d'intolérance, les différences peuvent être sources de découvertes et d'enrichissement. D'ailleurs, il n'est pas difficile de penser à plusieurs façons dont les différences ont enrichi nos vies : la possibilité de déguster des mets provenant de partout sur la planète, le courage et l'inspiration que nous démontrent les athlètes paralympiques, des hommes et des femmes qui font leurs marques dans des métiers non traditionnels, etc.

À vous d'en trouver d'autres!

Marie-Hélène Legault, psychoéducatrice

Autisme Centre-du-Québec
www.autisme-cq.com
1-844-383-6373

BIBLIOGRAPHIE

Centre de ressources autisme Rhones-Alpes. http://www.cra-rhone-alpes.org/. 2014

Fédération québécoise de l'autisme. www.autisme.qc.ca. 2014.

Legault, Marie-Hélène. La sensibilisation des jeunes aux différences. www.csmb.qc.ca. 2014.

Legendre, Ninon. Je voudrais être ton ami. Je suis autiste. TED à cœur. 2013

Office des personnes handicapées du Québec. On s'élève! - Outils de sensibilisation au potentiel éducatif des personnes handicapées. 2014.

Participate ! http://www.participate-autisme.be. 2014.

VOS COMMENTAIRES ET SUGGESTIONS

Nous vous invitons à nous faire part de vos commentaires et suggestions suite à la réalisation de votre activité. Ces quelques informations seront pour nous capitales pour améliorer les activités proposées.

Contactez-nous au info@autisme-cq.com
ou encore par téléphone au 1-844-383-6373

Autisme Centre-du-Québec
420, route Marie-Victorin C.P.242
Baie-du-Febvre, Québec
J0G 1A0

www.autisme-cq.com

www.autisme-cq.com
1-844-383-6373