FICHE
COMMENT STRUCTURER LE TEMPS D'UN ENFANT ATTEINT D'AUTISME ?

Pourquoi structurer le temps d'un enfant autiste ?

1. **Pour lui donner des repères**
2. **Pour lui permettre de comprendre le monde qui l'entoure**
3. **Pour l'aider à maîtriser sa vie**
4. **Pour lui apprendre à répondre aux questions : Quand ? Combien de temps ? A quelle heure ?**

Anticiper pour rassurer :

Très souvent un enfant atteint d'autisme, n'aime pas du tout les surprises. C'est pourquoi anticiper lui permet d'augmenter sa qualité de vie et son bien être. Pour cela des outils simples à réaliser sont nécessaires.

Mettre en place un emploi du temps : il faut un emploi du temps adapté à son niveau de communication et de compréhension :

- l'aidera à mieux comprendre les différents évènements de sa journée,
- lui permettra d'anticiper les activités et les changements de lieux.
- lui rendra son environnement plus stable,
- l'aidera à gagner en autonomie.

Il est important que l'enfant participe à la création de son emploi du temps. Pour vous aider de nombreux exemples d'emploi du temps existent sur internet.

Le code visuel à proposer est un Code couleur. L'emploi du temps doit être élaboré avec des pictos couleurs (cartes de couleur)

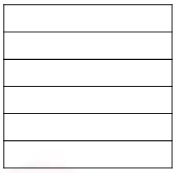
Proposition de séquentiel (1h) : faire des séquences courtes de 3 à 5 min maximum

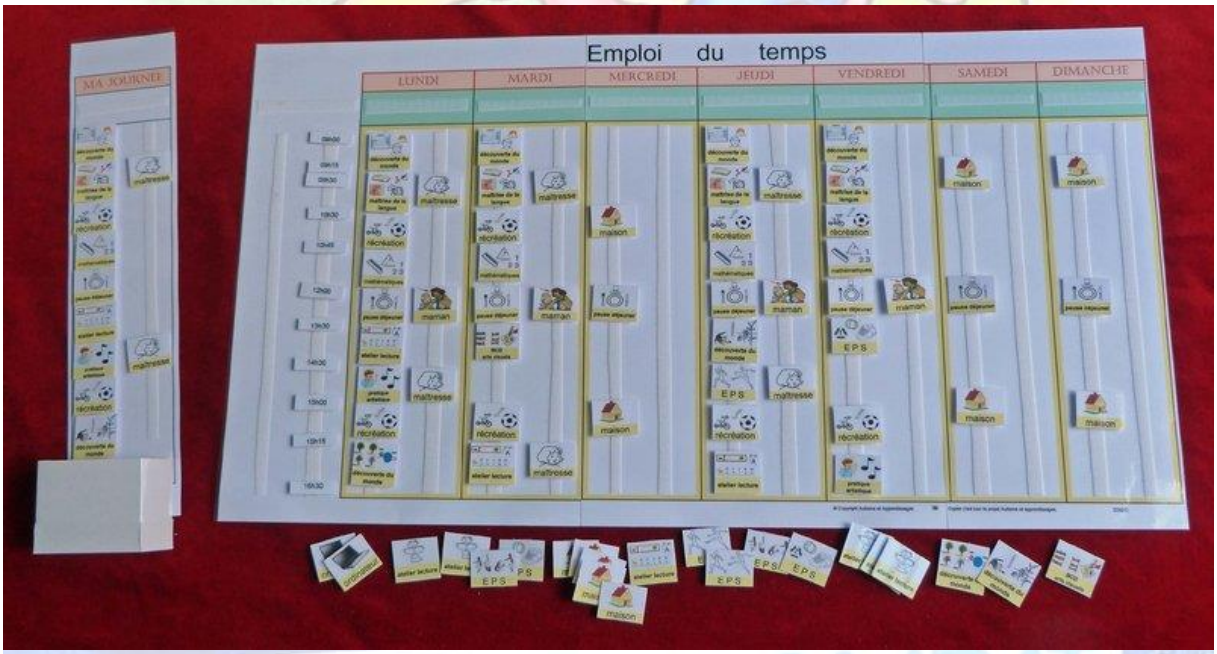
➥ Mise en train	
➥ Carte de transition	
➥ Sensorialité tactile	
➥ Carte de transition	
➥ Apprentissage	
➥ Carte de transition	
➥ Autonomie	
➥ Carte de transition	
➥ Loisirs	
➥ Carte de transition	
➥ Apprentissage	
➥ Rituel de fin	

Exemple d'emploi du temps



Exemple de carte de transition





L'illustration :

Le pictogramme

- Le pictogramme, **plus simple et limité en couleur** conviendra mieux que la photo à certains enfants, il leurs **permettra de se concentrer mieux et plus longtemps**. De nombreux pictos sont disponibles sur internet (ex pages facebook : Les Pictogrammes).

La photographie

- La photographie peut aussi être utilisée. Elle a l'avantage d'être **plus concrète**, et elle **est souvent mieux comprise** que le dessin. Les photographies, elles aussi peuvent être téléchargées sur internet ou prises par vous-même.

Picto ou photo, il faut surtout **éviter les représentations ambigües**, **l'image doit être simple et concrète**.
Soyez organisé et faîtes vous un dossier sur votre ordinateur et **ranger les pictos par fichier** selon votre organisation.
Une fois imprimées et plastifiées, les images pourront être intégrées facilement à l'emploi du temps.

Les objets réels :

- **Pour les enfants qui ont plus de difficulté, on utilisera de vrais objets posés sur une étagère réservée à cet effet** et accessible à l'enfant. Les casiers de l'étagère correspondant aux événements de la journée. Les objets utilisés doivent avoir un rapport direct avec l'activité programmée. Par ex : un jeu de tennis se représenté par une balle est une raquette.



Comment utiliser son emploi du temps ?

Choix du lieu :

- Choisissez un endroit **approprié**, un endroit **dégagé** où l'enfant pourra s'arrêter devant.
- Un endroit **où il a l'habitude d'aller**,
- un endroit **avec suffisamment de luminosité**.

Matériel et mise en place:

- **Utilisez une feuille par moment de la journée et donnez-lui un titre.** Par exemple: une feuille cartonnée pour le matin, une feuille cartonnée pour le midi, une feuille cartonnée pour l'après-midi, une feuille cartonnée pour le soir et une feuille cartonnée pour la nuit.
- **Ou utilisez une grande feuilles cartonnée sur laquelle vous indiquerez tous les moments de la journée ordonnés chronologiquement.**
- Placez les feuilles à la portée de l'enfant car **c'est lui qui manipulera les images.**
- Grâce à de la pâte à fixe vous pourrez ainsi positionner pictos ou photos et l'enfant pourra retirer l'image à la fin de l'activité quand il l'aura terminée.
- Prévoyez une petite boite à côté de votre emploi du temps dans laquelle vous stockerez toutes les autres images.

Fonctionnement:

- Invitez l'enfant à consulter régulièrement son emploi du temps
- Posez-lui des questions sur celui-ci.
- Avec le temps et lorsque ce fonctionnement est bien mis en place, l'enfant prendra des initiatives et modifiera lui-même ces activités, jusqu'à mettre en place lui-même son emploi du temps de la journée suivante.
- Il gagnera en autonomie et sera rassuré quant à sa journée avenir.
- Pour faire évoluer son emploi du temps, vous pourrez par la suite accompagner les images de mots ou de phrases.

D'autres outils à ne pas négliger :

Le time timer

Le time timer permet à l'enfant de « matérialiser » le temps grâce à son système unique de représentation visuelle.
Un outil très simple, Il suffit de tourner le disque rouge jusqu'à l'intervalle de temps désiré.
La partie visible du disque rouge diminue au fur et à mesure que le temps s'écoule jusqu'à disparaître complètement.



Figure 1: Le time timer

- Un bip sonore prévient alors que le temps imparti est à présent écoulé
- Silencieux et non stressant, Il permet à l'enfant de « voir » le temps qui passe et de mieux le quantifier.


Figure 2: type de minuteur remis dans le cadre du projet

Le Time timer a sa place partout : à la maison , en classe, lors de séances de thérapie ou de rééducation.

Le sablier

Le sablier est idéal pour une utilisation avec les enfants présentant des difficultés de concentration. Il permet de **quantifier le temps de manière visuelle**.
Très utile, par exemple, dans la salle de bain pour chronométrer le brossage des dents !


Figure 3: Le sablier