

Atelier Une journée dans la vie d'un jeune à besoins particuliers

Trucs et Astuces

Isabelle Tremblay, psychoéducatrice programme DI-TSA-DP au CSSSSL

Marie-Claude Perron, parent

Des mots qui donnent la chair de poule

Éviter d'employer certaines expressions : faire le deuil de l'enfant parfait; il va peut-être guérir; ça ne paraît pas du tout en le regardant; laisse-le-moi une journée et je vais t'arranger ça; vous êtes courageux.

La place du parent

Si le parent ou le couple ne prend pas sa place, il sera écrasé sous le poids des responsabilités.



La charte des droits des parents de F. Dodson

Vous avez le droit d'avoir vos propres sentiments et d'en faire part

Vous avez le droit de mettre des règles et de vous faire respecter

Vous avez le droit de penser à vous, de ne pas vous oublier comme personne, comme couple

Vous avez le droit de vous reposer quotidiennement de votre rôle de parent

Vous avez le droit de faire des erreurs dans l'éducation de vos enfants

Vous avez le droit de mener à bien votre métier, vos intérêts

Vous avez le droit d'être illogique

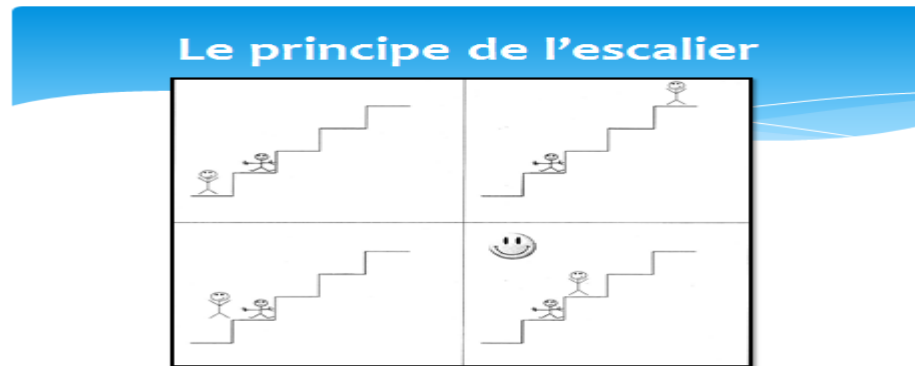
Vous avez le droit de vous tromper et de ne pas être parfait

Vous avez le droit de préserver votre santé

Vous avez le droit d'être vous-mêmes

Le développement

Le développement n'est pas linéaire et que chaque enfant, avec ou sans besoins particuliers, est d'abord un enfant. Ce développement se fera selon le rythme et les capacités de l'enfant, il faut donc ajuster les attentes, en fonction de la période développementale pour proposer des défis adaptés (ni trop élevés pour amener un échec ni trop bas pour pouvoir le stimuler).



L'éducation et la discipline

À la base de la discipline se trouve la relation entre le parent et l'enfant;
Cadre et les limites claires et conséquences logiques et connues;
Cohérence et constance;
Récompenser les comportements attendus

S'informer et comprendre le diagnostic de l'enfant

Favorise l'acceptation, donne un sens aux comportements observés, aide à trouver des solutions, aide au maintien de la cohérence et de la constance dans les interventions;
Un même comportement peut s'expliquer de différentes façons selon le diagnostic;
Tenir compte du profil sensoriel (hypersensibilité, hyposensibilité);
Les enfants à besoins particuliers ont un sixième sens pour ressentir ce qui se passe autour d'eux. L'anxiété ressentie chez l'entourage amplifie la leur. Favoriser un environnement prévisible et un entourage calme.

Établir une routine

Sécurise l'enfant et l'aide à se situer dans le temps et dans l'espace. Cela diminue l'anxiété et le rend plus disponible aux apprentissages;
Rendre concret ce qui est abstrait pour l'enfant par des repères visuels comme la séquence du matin, détails des moments difficiles comme le lavage de mains, l'horaire de la semaine, les pictogrammes-photos-dessins-mots clés, tableau de motivation ou système de responsabilités/privileges;
Avoir un langage simple et précis adapté aux difficultés.

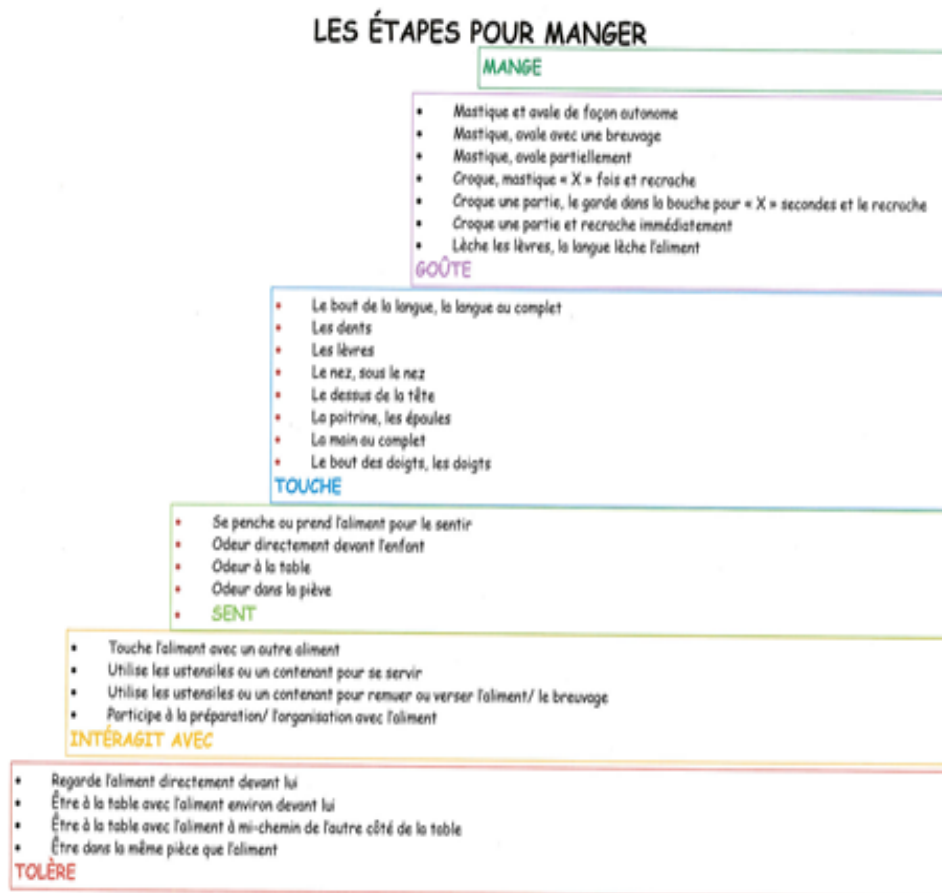
Préparer les situations problématiques (prévenir)

Agir en prévention. Cela demande de bien observer l'enfant et de détecter les situations problématiques.

Modèle de préparation en 5 étapes :

S'arrêter (ex. : avant d'entrer dans un magasin). Répéter les règles à l'enfant, ce qu'on attend de lui (idéalement de manière interactive en nommant ce qu'on veut qu'il fasse et non pas en disant les interdits). Lorsque c'est un gros défi, on peut proposer une récompense. Mentionner la conséquence s'il ne respecte pas la règle. Appliquer ce qui a été dit.

Repas



Traduction française libre par Marie-Chantal Forget, ergothérapeute
Toomey, Kay A. & Lester, Amanda, When Children Won't Eat, The SOS Approach to Feeding, Steps to Feeding

Introduire souvent de la nouveauté au menu (même aliment, plusieurs fois sur plusieurs jours).

Ne pas forcer l'enfant à manger, mais ne pas lui offrir d'autres choix.

Donner l'exemple, persévérer. Dédramatiser, s'amuser.

Transitions

Outils visuels (pictogramme, time-timer, avant-après)

Utiliser les mains animées pour indiquer la fin d'une activité (ex. : signe de « fini »)

Faire des décomptes en s'assurant de l'attention de l'enfant

Donner un modèle ou entreprendre l'action pour indiquer la fin de l'activité (ex. : ranger le camion en indiquant « c'est fini »)

Renforcement verbal pour encourager ou féliciter l'enfant

Utiliser un objet de transition dans les périodes d'attente (ex. : offrir un livre lors de l'habillage pour inciter à rester assis)

Crises

Intervenir de manière cohérente et constante.

Observer les moments de crise et essayer de les prévenir. Tenter de comprendre la cause ou la fonction de la crise (comportementale ou sensorielle).

Reconnaître l'émotion vécue et la nommer

Offrir son aide (main sur main, modèle)

Utiliser des objets visuels (thermomètre de la colère)

Utiliser un coin calme, des objets proprioceptifs

Organiser le temps, l'espace et le besoin de bouger

Time-timer, sablier, minuterie, ce qui vient après l'activité (maintenant/après)

Mobilier adapté.

Petit tapis pour délimiter l'espace de jeu, un bac pour chaque chose et diminuer le matériel autour de l'enfant.

Appuis visuels (pictogrammes, photos, scénarios sociaux)

Permettre à l'enfant de bouger et déterminer un espace où il est permis de dépenser son énergie. Par exemple, créer un parcours moteur.

Nommer ce que l'on voit et réorienter (tu as besoin de bouger et je vois que tu sautes. Je ne veux pas que tu sautes sur le sofa, mais on peut aller courir dehors)

Avoir du plaisir, s'amuser

Ne pas oublier que le parent n'est pas un intervenant.

Utiliser l'humour, ne pas avoir peur du ridicule (ex. : voix drôles pour chanter)

Équilibre entre cadre/discipline et relation/plaisir. Prendre le temps de jouer.

Ne pas oublier les autres enfants de la famille (les inclure dans le quotidien)

Ressources et références

Accueil psychosocial du CLSC (450-654-9012 poste 0)

Gouvernement provincial et fédéral (aide financière)

Office des personnes handicapées du Québec www.ophq.gouv.qc.ca

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

Société de l'autisme de la région de Lanaudière www.autismelanaudiere.org

Association de parents d'enfant trisomique 21-Lanaudière www.apetl.org

Dysphasie Lanaudière www.dysphasielanaudiere.org

Association Panda (TDAH) www.tdahpanda.ca (MRC L'Assomption)

www.pandamrclesmoulins.org (MRC des Moulins)

Fondation le Choix du président

www.presidentschoice.ca/content/pc/fr_CA/community/pccc.html

Fondation Noël au printemps www.fnap.ca

Outils

Les pictogrammes, GOUPIL, Marie-Josée, éditions Les Pictogrammes

Les meilleures applications iPad, FILION, Annie

<https://www.facebook.com/AnnieFilionTablettesAutisme?ref=ts&fref=ts>

FDMT www.fdm.ca

Les livres sur les techniques d'impact de Danie Beaulieu

TSA

Troubles envahissants du développement : stratégies psychoéducatives (volume 1 pour enfants non verbaux, volume 2 pour enfants verbaux)

L'enfant autiste, Éditions du CHU Ste-Justine

Guide de vie pour les TED au pays des neurotypiques, Fédération québécoise de l'autisme et des troubles envahissants du développement (également un volume sur le volet de la sexualité pour les plus grands)

Dyspraxie

Mon cerveau ne m'écoute pas, BRETON. Sylvie, LÉGER. France, éditions du CHU Ste-Justine

Dysphasie

Parler pour grandir- stimulation du langage et interventions psychoéducatives BOURQUE. Solène, CÔTÉ. Geneviève, Éditions Midi trente

TDAH

Mon cerveau a besoin de lunettes, VINCENT. Annick, Québecor

Ces parents à bout de souffle, LAVIGUEUR. Suzanne, Les Éditions Québec-Livres

Anxiété

Incroyable Moi maîtrise son anxiété, COUTURE. Nathalie, MARCOTTE. Geneviève, Éditions Midi trente

Extraordinaire Moi maîtrise son anxiété de performance, COUTURE. Nathalie, Éditions Midi trente

Pourquoi j'ai mal au ventre-Gide pratique de l'anxiété chez les enfants de 7 à 12 ans, GIBSON DESROCHERS. Susie, Éditions Logiques

Maman j'ai peur, chéri je m'inquiète : l'anxiété chez les enfants, les adolescents et les adultes, GAGNIER. Nadia, Les Éditions La Presse

Enfants/Fratrie

Collection de livres « Au cœur des différences », MARLEAU. Brigitte, Boomerang Jeunesse

Collection de livres « Laisse-moi t'expliquer... », Éditions Midi trente (autisme, dyslexie, dysphasie, le syndrome Gilles de la Tourette, etc.)

Et moi alors? Grandir avec un frère ou une sœur aux besoins particuliers, BLAIS. Édith, Éditions du CHU Ste-Justine.

<http://www.lavenuejusticealternative.com>

Vous pouvez consulter la capsule *trucs et astuces : Une journée dans la vie d'un jeune à besoins particuliers* sur le site Internet suivant :
[http://www.lavenuejusticealternative.com/par ricochet.php](http://www.lavenuejusticealternative.com/par_ricochet.php)