

Observer nos enfants pour mieux les comprendre et les accompagner dans leur développement naturel

Une famille en quête de solutions

On frappe à ma porte, j'ouvre, je salue la famille et les invite à entrer. Ces parents accompagnés de leur jeune garçon ont réservé une semaine intensive avec moi via mon assistante, ce qui signifie que je vais travailler avec eux chaque jour cette semaine. Je vois à l'expression de la mère qu'elle est nerveuse. Je suis curieuse de mieux les connaître, et comme toujours avec de nouvelles familles, je pose très peu de questions, je ne demande pas de comptes-rendus d'examens. Je préfère partir d'une page blanche. C'est intentionnel : je vais observer l'enfant et les interactions avec ses parents pour que nous déterminions ensemble comment je peux leur être le plus utile.

Le père tient fermement son fils. Il lui demande de rester près de lui et d'enlever ses chaussures. Shem émet quelques sons, obéit et tente de monter les escaliers, mais son père le retient. Je remarque que les mains et les avant-bras des parents sont couverts de petites blessures. Je comprends vite pourquoi : lorsque Shem n'aime pas quelque chose, il griffe leurs mains.

Une fois que tout le monde a retiré son manteau, j'annonce : "Nous montons tout de suite, deuxième porte à gauche." Cette pièce est presque vide. Je devine que si le père lâche Shem, il courra partout et renversera tout. Pour éviter cela, je les emmène directement dans cette pièce épurée afin que Shem puisse plus facilement se concentrer sur ses parents.

Portrait de Shem : un enfant autiste non-verbal

Shem est un garçon autiste non-verbal de 9 ans qui fréquentait ces dernières années une école privée pour enfants autistes. Depuis trois mois, il est à la maison car l'école ne sait plus comment le gérer.

Je laisse Shem s'habituer à son environnement, puis je demande aux parents de suivre ses initiatives, de lui donner ce qu'il veut ou d'éloigner ce qu'il rejette dès qu'il le signifie de manière non-verbale. Par peur de ce qu'il pourrait faire, ils le retiennent souvent ou l'empêchent d'aller là où il veut. À la maison, Shem passe beaucoup de temps à manger du savon liquide, à ouvrir les robinets pour jouer avec l'eau ou à vider les placards. Il est donc compréhensible que ses parents essaient de le contrôler. En dehors de quelques câlins, qui se terminent souvent par des griffures, je ne vois aucune initiative d'interaction ou de jeu.

La mère me confie qu'elle souhaite que je l'aide à rendre la vie quotidienne avec son fils plus supportable. Elle ne peut pas faire les courses, ni cuisiner en sa présence, et passe la majeure partie de son temps à le suivre. Ses seuls moments de répit sont lorsqu'il est dans le bain (environ une heure, deux fois par jour) ou lorsque son père l'emmène au parc.

Surmonter les défis du quotidien ensemble

Pendant qu'elle me parle, la mère se fait à nouveau griffer tandis que Shem crie. Elle dit, désespérée : "C'est pour ça qu'on est ici. Il est incontrôlable, on n'a plus de vie."

Quand je les observe, j'ai de l'admiration pour eux. Malgré la situation difficile, ils gardent le moral et l'énergie de travailler avec moi. Je remarque que Shem observe son environnement avec attention et réagit vite aux changements. Sa curiosité naturelle me laisse penser qu'il peut apprendre et progresser. Je décide de travailler avec eux non seulement le matin, mais aussi l'après-midi, afin d'avoir le temps de coacher la mère dans toutes les activités qu'elle considère actuellement impossibles avec lui. Je suis déterminée à les aider au mieux et à faire en sorte que la vie quotidienne leur devienne plus gérable et agréable.

Une transformation progressive : les premiers succès

Deux jours plus tard, la mère me dit après notre retour des courses : "*J'ai l'impression d'avoir rêvé. Jamais je n'aurais cru qu'on serait capable de faire cela.*" Elle a pu marcher avec son fils dans le magasin sans qu'il ouvre les emballages pour manger. Il a aidé à poser les articles sur le tapis, à les mettre dans le sac, a porté un sac lourd et n'a pas essayé de s'enfuir.

Quatre jours plus tard, nous avons affronté les situations les plus difficiles : aller à la pharmacie et attendre longtemps dans la file, aller au McDonald's sans prendre de la nourriture sur les plateaux des autres, puis aller dans un magasin de bricolage, ce qui habituellement se termine par des cris ou des comportements problématiques. Tout cela s'est fait sans utiliser de récompenses externes comme des jetons ou des friandises.

De plus, Shem ne griffe plus ses parents. Ce changement résulte principalement du fait qu'ils ont appris à l'observer et à suivre ses initiatives. Grâce à cela, Shem se sent mieux compris, et ils perçoivent plus clairement ce qu'il veut ou ne veut pas. Plusieurs fois, il les a surpris par des initiatives inattendues. Par exemple, il a pris et complété un puzzle de lettres tout seul et s'est passionné pour un puzzle de 30 pièces auquel j'avais retiré 7 morceaux.

Les activités de co-régulation, simples mais amusantes, procurent beaucoup de plaisir à Shem et à ses parents, qu'il s'agisse de "faire du bateau" ou de marcher sur les pieds de son père.

Pendant nos sessions, j'entends souvent la mère s'exclamer : "*Oh mince, j'ai encore posé une question !*" ou "*Je n'avais pas réalisé à quel point je le tenais pour qu'il fasse quelque chose.*" Elle découvre, souvent avec étonnement, que retenir Shem limitait sa capacité à communiquer ses besoins ou refus.

Elle observe également, avec justesse, que ce ne sont pas les enfants que j'entraîne, mais leurs parents.

À la fin de la semaine, elle partage son optimisme que je vous laisse découvrir dans les lignes suivantes et elle m'envoie une photo de ses mains couvertes de blessures qui sont en train de guérir.

Témoignage de la mère de Shem

"Avant de commencer cette semaine intensive, j'avais beaucoup de doutes. On a tenté tellement de choses pour Shem, avec des méthodes différentes... et à chaque fois, c'était une déception. Je m'étais promis de ne plus jamais recommencer, parce que ces échecs faisaient trop mal.

Puis, je suis tombée sur vous. Dans mon cœur, je me disais toujours que personne ne pouvait vraiment nous comprendre... à moins de vivre avec nous. Quand j'ai vu que vous proposiez une semaine intensive, c'était comme un souhait qui devenait possible. Je me suis dit : 'Elle va vivre ce que nous vivons au quotidien.' C'est ce qui nous a décidés à venir.

Mais mes doutes étaient là. J'avais peur que, comme à chaque fois, nous repartions avec encore plus de fardeaux, des obligations et des contraintes supplémentaires. La vie avec ce handicap à la maison est déjà si lourde... Je craignais de repartir plus fatiguée, avec des tonnes de choses à faire.

Et pourtant, ça a été tout l'inverse. Pour moi, ça a été une libération. Je me souviens de cette image que je vous ai décrite : celle où toutes les portes de la vie s'étaient refermées sur nous. À la fin, je me retrouvais enfermée dans une toute petite pièce avec Shem. Mais après cette semaine, vous m'avez donné les clés pour ouvrir ces portes.

Ce que j'ai reçu n'a pas de prix. J'ai eu l'impression que ça venait du ciel. Un des plus grands changements que j'ai observés en moi, c'est que j'ai réalisé que je ne prenais jamais le temps d'expliquer à Shem ce que nous allions faire. Je ne lui parlais plus, parce que je pensais qu'il ne comprenait pas, qu'il ne m'écoutait pas. Pour moi, c'était

inutile. Aujourd'hui, c'est tout l'inverse. J'adore lui expliquer ce que nous allons faire, et à ma grande surprise, cela a apaisé tellement de comportements difficiles.

Je me rappelle que nous sommes allés faire un tour dans une zone commerciale. Avant, c'était systématiquement une crise. Mais cette fois, nous avons fait des choses qui ne l'intéressaient pas : Darty, Foir'Fouille... et tout s'est bien passé. Je ne dirais pas encore que c'était un plaisir, mais presque. Dans quelques mois, j'en suis sûre, ce sera un vrai plaisir.

*Avant cette semaine, je voyais un avenir triste pour Shem, pour nous. Aujourd'hui, tout a changé. Je sais que nous pouvons être heureux. Et pour vous dire la vérité, j'ai prié Dieu pour mon fils, parce que je n'y arrivais plus. Je n'avais plus de solution, et personne ne nous comprenait. J'ai demandé de l'aide, et il m'a guidée jusqu'à vous. Notre rencontre est née de cette prière. Merci pour tout."**

Ce que nous avons fait est en réalité très simple, mais rares sont les parents qui le font spontanément. Alors, concrètement, que fait-on ?

L'importance d'observer et de ralentir pour mieux comprendre

Observer sans interférer : laisser l'enfant s'exprimer

On observe l'enfant au lieu de le retenir et de lui poser des questions.

Je demande aux parents de ne pas poser de questions à leur enfant pour savoir ce qu'il veut. Un enfant comme Shem ne peut pas y répondre. Cela arrive également avec des enfants qui parlent : ils répètent souvent l'une des suggestions proposées (généralement la dernière), mais on s'aperçoit ensuite que ce n'était pas ce qu'ils voulaient. Il est donc bien préférable de ne pas poser de questions, mais de rendre les objets librement accessibles dans l'environnement et d'observer ce que l'enfant fait spontanément.

Par exemple, si je veux savoir s'il veut de l'eau, je pose une bouteille d'eau sur la table devant lui. S'il tend la main vers la bouteille, je dis "Eau !" et je lui donne de l'eau. Je fais cela pour tout ce qu'il montre. Si je lui donne quelque chose qu'il repousse, je dis "Non" ou "Ranger" et je le retire immédiatement. Je verbalise ce qu'il exprime par sa communication non verbale et je lui réponds. Par exemple : "Dehors !" Très bien, allons dehors. Ou bien : "Dehors !" Non, nous restons à l'intérieur.

Cela semble simple, mais les parents réalisent souvent qu'ils empêchent leur enfant d'agir différemment de ce qu'ils attendent de lui. Par exemple, ils viennent de s'asseoir à table et posent un puzzle devant lui. Si l'enfant veut quitter la table, beaucoup de gens l'en empêchent. Moi, je leur dis : laissez-le partir, ainsi il pourra exprimer ses

intentions. Nous pouvons toujours dire non plus tard, mais nous devons d'abord être sûrs de ce qu'il veut.

Pendant la dernière journée, Shem a construit une tour avec plaisir aux côtés de sa mère, quelque chose qu'elle ne pensait pas possible auparavant. Après avoir renversé la tour, sa mère a demandé : "Encore une fois ?" en commençant à ramasser les blocs. Je lui ai expliqué que nous ne savions pas si Shem voulait réellement reconstruire la tour. Même s'il participe, cela ne signifie pas nécessairement qu'il le souhaite. Comme tous les enfants, Shem aime faire plaisir à sa mère. Pour savoir s'il veut recommencer, il faut attendre et voir ce qu'il fait. Par exemple, s'il reprend les blocs, il veut probablement reconstruire. Sinon, il pourrait aussi ranger les blocs pour montrer qu'il a terminé.

Nous sommes également allés dans un restaurant pour un menu entrée/plat/dessert, une des situations les plus difficiles pour Shem car l'attente est souvent longue. Nous avons fait deux petites promenades entre les plats, lorsque Shem montrait qu'il voulait sortir. Sa mère pensait qu'il serait impossible de revenir à table après cela, mais ce n'était pas un problème.

Lors d'une de ces promenades, nous avons découvert un petit parc avec une balançoire attachée à un arbre. Shem a soudainement tiré sur nos mains pour nous y conduire. Le réflexe de sa mère était de le retenir, mais comme il n'y avait aucun danger dans cet espace clôturé, je lui ai conseillé de le laisser faire. Shem a couru avec enthousiasme vers la balançoire, ravi de voir son ombre se balancer avec lui. Après un moment, nous lui avons demandé de revenir à table, ce qu'il a fait sans difficulté.

Il s'avère, encore et encore, que cette approche donne de bien meilleurs résultats que ce que l'on imagine. Nous avons peur que l'enfant veuille partir ou qu'il ne veuille rien faire. Mais ce n'est jamais le cas. L'enfant veut faire de plus en plus de choses parce qu'il ne perçoit pas la situation comme menaçante. Il sent que ce qu'il veut compte et qu'on l'écoute.

Par exemple, Shem demandait souvent des pommes de terre lorsque nous lui préparions un croque-monsieur. On le laissait prendre la pomme de terre, pour qu'il puisse exprimer sa demande. Mais après avoir pris une pomme de terre dans le placard à deux reprises et entendu "non", il a cessé de demander. Il avait compris que ses parents avaient bien saisi son souhait, mais qu'il ne recevrait pas de pommes de terre à ce moment-là.

Autrefois, sa mère l'aurait empêché dès qu'il aurait ouvert le placard. Pourtant, lors d'une autre situation, Shem a voulu prendre une assiette que nous avons oublié de sortir, dans ce même placard (alors que nous pensions qu'il cherchait encore une pomme de terre). Si nous l'avions arrêté, il n'aurait pas pu nous montrer ce dont il avait réellement besoin.

Ce genre de situations arrive malheureusement très souvent dans la vie d'un enfant non verbal présentant des comportements problématiques. Lorsqu'il fait une crise après avoir entendu 'non', on pense souvent qu'il gère mal la frustration. Pourtant, on oublie qu'il prend déjà énormément sur lui tout au long de la journée. Involontairement, nous l'empêchons de s'exprimer pleinement et de montrer ce qu'il veut, pour de multiples raisons que j'aborderai plus en détail dans le chapitre suivant sur la communication non verbale.

L'art de ne pas poser de questions : apprendre à écouter autrement

Tous les parents qui viennent à l'institut ont du mal à ne pas poser de questions à leur enfant. Souvent, je plaisante en disant que je devrais avoir un grand tableau avec écrit : "Ne pas poser de questions." C'est un constat que j'ai fait il y a plus de 20 ans, et c'est pour cette raison que mon mémoire de master en ABA portait le titre : *Les effets de poser des questions aux enfants autistes pendant le jeu*. Ce mémoire est rédigé en anglais, mais je peux vous l'envoyer sur demande avec plaisir.

Un bel exemple illustrant comment poser des questions peut empêcher un enfant autiste d'exprimer véritablement ce qu'il veut est celui de Louis.

Présentation de Louis – Un Parcours de Développement Progressif

Louis est un enfant autiste sévère, suivi dès l'âge de deux ans par une équipe de professionnels spécialisés (orthophoniste, psychologue, éducatrice spécialisée et psychomotricienne). Dès son plus jeune âge, il a montré des difficultés majeures en communication et en interaction.

- À 3 ans et demi, il ne buvait que du lait, mangeait des purées pour bébés et ne supportait ni les stimulations extérieures ni certains matériaux comme le plastique.
- Il était hypersensible, marchait sur la pointe des pieds et ne pouvait pas se promener sans poussette.
- L'acquisition de la propreté a pris plusieurs années, se finalisant à ses 8 ans.
- Il a appris à regarder et pointer après un an de travail intensif.
- Vers 4 ans, des pictogrammes (pictos) ont été introduits pour l'aider à nommer et demander des objets. Toutefois, cette méthode a généré de la confusion entre consignes et demandes spontanées, menant à l'arrêt du protocole.

La Rencontre avec Louis

Quand je l'ai rencontré, en octobre 2019, Louis avait 8 ans. Souvent, je reçois les parents, l'enfant et parfois la fratrie. Il arrive même que les grands-parents viennent pour soutenir leurs enfants. Mais cette fois, Louis était venu accompagné de toute son équipe du Sessad.

Sept adultes sont entrés dans mon cabinet avec lui ce jour-là. Je me suis dit : "*Quelle équipe impressionnante, ils sont tous venus pour aider cet enfant, cela promet d'être une semaine intensive intéressante.*" Très rapidement, mon optimisme a disparu. Il était extrêmement difficile d'interagir avec lui.

Même si l'équipe était bienveillante et faisait tout ce que je leur demandais, j'ai vite compris qu'il ne serait pas simple de construire une relation avec Louis et de trouver des activités qui l'intéressaient. Louis semblait perturbé par tout ce que nous faisons. Même être simplement à côté de lui, sans rien lui demander, pouvait l'irriter. Certes, il y avait beaucoup d'adultes, mais ce n'était pas cela qui le gênait. Ce qui le perturbait, c'était qu'une personne essaie d'interagir avec lui, même pour l'inviter à faire une activité qu'il aimait, comme s'asseoir sur le grand ballon de gym.

En plus des difficultés rencontrées avec Louis, j'avais également du mal à convaincre les parents de la justesse de mon point de vue. À cette époque, je pouvais être assez rigide. Je me disais : "*Vous venez ici pour mes conseils, alors suivez-les !*"

Ce que je n'avais pas encore compris, c'est que même si j'avais des conseils précieux à donner, les parents, eux aussi, avaient des connaissances et des enseignements précieux à partager.

Nouvelle Prise de Conscience

Après deux jours de tension, je leur ai dit qu'il fallait que nous ayons une discussion, car j'étais frustrée de ne pas avancer autant que d'habitude. J'avais le sentiment que "*ça ne marchait pas*" entre nous. Je voulais comprendre et résoudre nos difficultés à communiquer.

Cette réunion, qui a duré deux heures, a été marquée par une exclamation du père :

— ***Mais je connais très bien mon fils !***

À cet instant, j'ai compris qu'il avait raison. Bien sûr qu'il connaissait son fils, probablement mieux que moi, qui ne le voyais que depuis deux jours.

Pendant cette réunion, j'ai écouté ses parents et compris leurs doutes, leurs difficultés et tous les efforts qu'ils avaient fournis jusqu'ici. Cette rencontre m'a appris que les parents ont aussi besoin de se sentir vus et compris, tout comme l'enfant.

Moi, qui avais toujours mis l'enfant au centre de mes préoccupations, son bien-être et ses progrès avant tout, j'ai compris que je devais également m'ouvrir au vécu des parents. Mais surtout, j'ai appris que leur culture est très importante et qu'ils sont une source précieuse d'informations.

En fait, je peux mieux les aider lorsque je connais leur point de vue, leur façon de vivre et leurs habitudes. C'est un véritable travail d'équipe de faire progresser l'enfant, équipe dont les parents sont une partie intégrante. Ce qui a été confirmé et renforcé lors de ma formation en RDI, où l'on forme avant tout les parents.

L'épisode du bac de riz

Au fil de cette première semaine avec Louis et ses parents, j'ai eu l'occasion de collaborer avec plusieurs professionnels. L'un d'entre eux est Alexandre, l'éducateur spécialisé qui travaillait avec Louis. Quand je lui ai envoyé ce chapitre, il a partagé avec moi un regard extérieur sur cette expérience. Voici ce qu'il m'a écrit :

"J'étais présent lors de cette semaine intensive en octobre 2019, ainsi que pour la semaine en visio chez Louis pendant le Covid, et pour une autre semaine intensive en Normandie avec eux. Je t'ai vu changer et j'ai aussi longuement échangé avec les parents. Le changement était visible, chez toi comme chez eux.

Il y a un moment particulier lors de la semaine intensive de 2019 qui m'a beaucoup marqué, et qui a également eu un fort impact sur les parents, surtout sur le père.

Tu te souviens, le premier jour, tu m'avais demandé de jouer avec Louis. Tout semblait compliqué pour lui, et il interprétait tout comme une consigne. Tu avais alors demandé : "Qu'est-ce qu'il aime faire ?" Je t'ai répondu tout de suite : "Il aime transvaser du riz." À la maison, c'était une activité qu'on avait mise en place pour ses moments de pause, et à l'école, il terminait toujours ses temps de travail sur table par des transvasements de riz. Les parents et Manu avaient confirmé cette réponse.

Mais quand on lui a proposé du riz, il en a mis partout (ce qui avait d'ailleurs agacé son père, car tu avais autorisé ça 😊), et tu avais dit : "Il n'aime pas le riz."

Tout le monde t'a contredit : "Si, Caroline, il adore ça, il le fait tout le temps."

Tu nous avais demandé de préparer des coins d'activités variées dans la pièce (jeux, puzzles, bacs sensoriels, etc.) pour que Louis puisse choisir ce qui l'intéressait. Parmi toutes les activités proposées, il y avait également le bac de riz. Pendant toute la semaine, il n'a pas touché au bac de riz une seule fois.

Lors de la discussion avec les parents de Louis, son père t'a affirmé qu'il connaissait son fils.

Après notre retour, nous avons souvent reparlé de cette conversation. Le papa m'avait confié : "Je lui ai dit ce que je pensais, mais c'est elle qui avait raison. Pas seulement sur le riz, mais aussi sur tous les autres conseils."

Lors de la semaine intensive de 2019, pendant les trois premiers jours, il était en désaccord total avec toi. Pourtant, tu n'as jamais changé d'avis ni ressenti le besoin de lui expliquer pourquoi tu maintenais les coins d'activités. Il m'a avoué qu'il n'avait pas besoin de tes explications : les réponses étaient là, sous ses yeux. Il a simplement observé Louis ignorer le riz et réclamer toutes les autres activités.

J'ai vu d'autres parents en semaines intensives avoir ce même cheminement. Mais contrairement aux autres professionnels qui expliquent aux parents pour tenter de leur faire comprendre ce qu'ils ont en tête, toi, tu gagnes beaucoup de temps en diminuant le verbal et en montrant directement, par les comportements des enfants, ce que tu avais en tête.

Et c'est ça que les parents ressentent pour la première fois de leur vie. "

J'ai inclus son récit car son mail m'a profondément touchée. Je ne me souvenais plus de cet épisode autour du riz. Il illustre une situation que je rencontre fréquemment, avec d'autres objets, d'autres parents... parfois même avec moi. Nous pensons souvent savoir ce qu'un enfant veut. Mais lorsque nous prenons réellement le temps de l'observer, sans intervenir ni influencer par notre regard, la disposition des objets ou nos questions, la vérité peut nous surprendre. Ces instants nous rappellent combien il est essentiel de leur laisser la liberté et l'espace de s'exprimer à leur manière.

À chaque fois, c'est une leçon précieuse : observer sans anticiper, écouter sans interférer. Mais c'est un apprentissage constant, qui ne s'arrête jamais !

Pourquoi tout le monde pensait-il qu'il voulait du riz ?

J'étais entourée de professionnels compétents et bienveillants. Le problème vient peut-être du fait que lorsque nous lui donnions du riz, Louis jouait avec. Il n'est pas impensable que Louis ait cru que c'était ce qu'on attendait de lui, que jouer avec le riz faisait partie de la séquence habituelle.

De plus, j'ai remarqué que les enfants autistes ont souvent du mal à exprimer ce qu'ils veulent vraiment. J'ai souvent observé qu'ils demandent ce qu'ils PENSENT devoir demander, plutôt que d'exprimer leurs véritables envies et besoins.

C'est pourquoi notre rôle est d'observer attentivement leurs actions et réactions, plutôt que de nous fier uniquement à leurs paroles. J'aborderai cela plus en détail dans le chapitre suivant, consacré à la communication non-verbale, qui est au cœur de cette problématique.

Quelques années plus tard

Depuis cette semaine-là, les parents de Louis reviennent chaque année à la même période, pendant les vacances de la Toussaint.

Quatre années plus tard, Louis avait progressé, mais s'appuyait beaucoup sur l'observation de son environnement et du langage non verbal pour interpréter les attentes. Cela pouvait parfois donner l'illusion qu'il comprenait mieux qu'il ne le faisait réellement.

Il était également extrêmement volontaire et cherchait à répondre aux attentes des adultes, au point de dépasser parfois ses propres limites sans savoir s'arrêter.

Durant cette semaine intensive, Louis aimait faire de nombreuses activités et jouer avec son père : au train, avec des marionnettes qu'il avait découvertes sur mon application *Watch 'n Learn*, faire des puzzles, jouer au ballon et lire des livres. L'un de ses préférés était *Occupé*, qui le faisait énormément rire !

Dans *Occupé*, des animaux font la queue pour aller aux toilettes, mais celles-ci sont occupées. Finalement, le personnage sort des toilettes alors que tout le monde est sur le point de faire pipi dans sa culotte. Mais lorsqu'ils découvrent qu'il s'agit d'un loup, ils s'enfuient et le loup retourne aux toilettes pour continuer à lire son livre. Vraiment un livre qui plaît vraiment. À conseiller !

Un après-midi, dans ce contexte, Louis entre dans la pièce où nous allons travailler. Je dis "travailler", mais en réalité c'est plutôt jouer. Il y a un puzzle par terre, un matelas et un ballon. Le papa tient le ballon car il prévoit de jouer avec son fils.

Louis entre dans la pièce, se place face à son père, prêt à recevoir le ballon. Il remarque également le puzzle au sol, le pointe du doigt et dit :

— *Palasse !* (à deux reprises).

Le papa lui lance le ballon et je demande :

— "*Palasse, c'est quoi ?*"

Les parents m'expliquent que cela signifie *puzzle*. Le papa ajoute :

— Oui, parce qu'il y a un puzzle par terre.

Dès que son père termine cette phrase, Louis se baisse, prend le puzzle et le tend à son père.

— On le range ? demande son père.

Louis répète :

— *Range.*

Son père prend le puzzle et le donne à la mère qui le pose derrière elle. Louis s'approche alors d'elle et dit encore une fois *puzzle*, en le pointant du doigt et en le touchant.

Le papa répète *puzzle*, comme pour dire : "oui, tu veux le puzzle", comme je leur ai appris à le faire.

J'interviens :

— Oui, mais là, ce n'est pas clair pour moi. Je ne sais pas s'il veut le ranger ou s'il veut le faire.

Le père demande alors :

— Tu veux faire ?

Louis répète :

— *Faire.*

La mère pose le puzzle par terre et ajoute :

— Comme ça, on verra ce qu'il veut faire.

Le papa demande encore :

— Tu veux faire le puzzle ?

Louis répète *puzzle* et s'approche du puzzle pour commencer à le faire par terre.

Pendant qu'il avance, il aperçoit son père qui fait un geste avec le ballon, prêt à le lancer. Louis s'arrête et regarde son père.

Le père lui dit :

— Tu prends alors ?

Louis reprend son élan et s'installe au sol pour faire le puzzle.

Tout ce que je viens de décrire ci-dessus ne dure que 37 secondes. Vous pouvez visionner la vidéo sur ma chaîne YouTube, intitulée "*Que veut Louis ?*"

Je commente alors :

— Tu vois, là, il y a plein de petits problèmes.

Pendant ce temps, Louis soulève le couvercle de la boîte de puzzle, regarde à droite et dit :

— *Sacha* !

Il commence à ouvrir la boîte. Pourtant, il ne semble pas enthousiaste à l'idée de faire le puzzle ensuite.

Sacha est l'une des marionnettes avec lesquelles il adore jouer. La boîte avec les marionnettes se trouve dans le couloir et la porte est ouverte, mais Louis n'y va pas.

Dans tout ce qu'il a dit, *Sacha* était la seule réponse verbale où Louis ne voyait pas l'objet (pas de *tact*), ni ne répétait ce qui était dit (un *écholalique*).

Lorsque nous avons terminé la séance, j'ai à nouveau expliqué aux parents qu'il était très important de ne pas poser de questions, que cela empêchait de savoir avec certitude ce que Louis veut vraiment. D'après ce que j'ai observé, Louis faisait soit des *tacts* (nommer), soit des *écholalies* (répéter), mais pour moi, ce n'étaient pas des expressions de ce qu'il voulait véritablement (une demande).

On voyait également que Louis avait tendance à suivre chaque suggestion de son père comme s'il s'agissait de consignes. Clairement, il était plus habitué à suivre des consignes qu'à exprimer ses besoins et envies.

La seule chose qu'il a dite, qui était probablement une véritable demande de sa part, c'était *Sacha*, la marionnette de *Watch 'n Learn* qui n'était pas dans la pièce.

Pour moi, Il est essentiel que les enfants, donc Louis aussi, puissent exprimer librement ce qu'ils veulent. Pour être sûr de leurs désirs, il faut attendre qu'ils prennent l'initiative, sans les influencer par des indices ou des questions de la part des adultes.

Nous avons donc créé une situation où Louis retrouverait les activités qu'il préfère dans la même pièce. J'ai demandé à son papa de ne pas poser de questions. L'idée était que Louis puisse nous montrer ce qu'il voulait faire en prenant le matériel, sans interférence de notre part.

Louis est entré dans la pièce, a vu la boîte avec les marionnettes ainsi que *Sacha*. Il l'a prise et a donné l'une des marionnettes à son père. Ils ont joué longtemps ensemble. C'était véritablement ce qu'il voulait faire, finalement !

Vous pouvez voir la suite sur ma chaîne YouTube, dans la playlist "*Que veut Louis*" :

La solution est simple :

Assurez-vous que les objets susceptibles d'intéresser l'enfant sont disponibles et accessibles dans la pièce, placés dans des boîtes transparentes. Ne posez pas de questions.

Dès que vous voyez ce que l'enfant veut (par exemple, il prend une boîte et essaie de l'ouvrir ou vous l'apporte), nommez l'objet de manière affirmative :
"Puzzle !" et donnez-lui accès immédiatement.

C'est une procédure très simple que j'appelle "dire-nommer" depuis une vingtaine d'années.

J'avais remarqué que les enfants répètent souvent les derniers mots qu'ils entendent juste avant de recevoir ce qu'ils désirent.

Par exemple, j'ai entendu des enfants dire "merci" au lieu de "balle" quand ils voulaient la balle, car leurs parents disaient toujours :

— Dis merci. avant de leur donner l'objet.

Résultat : "*merci*" était devenu une demande généralisée.

Autre exemple : un enfant disait "maman arrive" en tirant le bras de sa mère. Elle lui disait toujours :

— Oui, maman arrive.

Comment appliquer cette méthode :

Lorsque votre enfant vous tire par la main, vous pouvez dire :

"Maman viens !" puis suivez votre fils.

Cela demande beaucoup d'entraînement, mais commencez par nommer les objets et décrire les actions à l'infinif :

- Si votre enfant veut être porté :
"Porter !" et prenez-le dans vos bras.
- S'il essaie d'attraper un gâteau :
"Gâteau !" et donnez-le-lui.

Ne demandez jamais à l'enfant de répéter. Il le fera spontanément si vous appliquez cette procédure régulièrement tout au long de la journée.

En ce qui concerne les parents de Louis, ils ont continué à s'entraîner et à se concentrer sur la communication non verbale de leur fils. Les résultats ont été au rendez-vous. L'année dernière, en octobre 2024, Louis faisait de nombreuses demandes adaptées et spontanées.

Dans les chapitres suivants, vous retrouverez Louis, exprimant pleinement ses demandes pendant qu'il cuisine avec ses parents.

L'importance de reconnaître et nommer les émotions des enfants

Il y a 23 ans, j'étais assise devant un ballon de gym mes mains posées sur les hanches d'une jeune fille atteinte du syndrome de Rett. Elle n'avait aucun moyen de s'exprimer, et cela me touchait profondément. Pourtant, malgré son absence de parole et sans savoir comment interagir, elle venait vers moi, cherchant à communiquer à sa manière. Elle avait des troubles moteurs. Je l'avais doucement installée sur le ballon pour voir si elle aimait cela. Une fois assise, elle semblait apprécier l'activité. Avec précaution, j'ai fait bouger le ballon vers l'avant pour la faire basculer légèrement.

Immédiatement, son corps s'est raidi. J'ai tout de suite arrêté et lui ai dit : *"Oh, d'accord, tu ne veux pas que je bouge."* Aussitôt, son corps s'est détendu. Elle a posé ses mains sur mes bras et m'a regardé d'une manière apaisée, comme pour dire : *"Enfin, quelqu'un qui m'écoute."* C'était un moment précieux que je n'oublierai jamais.

Malgré cette belle expérience, je n'avais pas encore pris l'habitude de nommer systématiquement les émotions des enfants avec lesquels je travaillais. Parfois, j'étais trop concentrée sur mes objectifs d'apprentissage, ou je ne prenais simplement pas le temps. Je pensais aussi que les enfants qui parlaient, comprenaient déjà leurs émotions. Avec le recul, je réalise combien cette pratique, nommer les émotions, est essentielle. Aujourd'hui, je la mets en oeuvre systématiquement et je vois combien cela aide les enfants, même ceux que l'on pense incapables de comprendre.

Le témoignage de la mère de Shem, cité précédemment, illustre aussi cela. Pendant un temps, elle avait cessé de parler à son fils, pensant qu'il ne comprenait pas. Mais depuis qu'elle s'adresse à lui et qu'elle nomme ses émotions, leur relation a changé. Shem est beaucoup plus apaisé, et leurs interactions sont désormais bien plus fluides. C'est impressionnant.

Prenez donc l'habitude de nommer l'état émotionnel de votre enfant. Dites par exemple : *"Ah, tu es agacé parce que tu n'arrives pas à ouvrir..."* formulez des phrases similaires dans des moments de frustration ou de détresse. Même si cela ne résout pas immédiatement le problème, cela montre à l'enfant qu'il est compris, qu'il n'est pas seul et que vous êtes à ses côtés pour l'aider à surmonter ses émotions

Ralentir pour laisser l'enfant s'exprimer

On ralentit pour laisser à l'enfant le temps d'agir

J'apprends également aux parents à ralentir. Souvent, ils ont tendance à tout faire rapidement, sans laisser à l'enfant le temps de participer. Pourtant, en l'impliquant activement, l'enfant apprend à collaborer, à surmonter des défis et à assumer des responsabilités adaptées à son âge et à son niveau de développement.

Pour cela, il est essentiel de laisser du temps à l'enfant pour réagir ou simplement pour apprécier l'instant. Par exemple, lorsque Shem a terminé son puzzle, on pourrait être tenté de le ranger immédiatement. Mais pourquoi ? Il adorait contempler la scène de Disney qu'il venait de compléter.

De même, lorsqu'on quitte une pièce, nous avons souvent le réflexe de le prendre par la main pour l'inciter à suivre. Mais pourquoi ne pas simplement sortir et lui laisser le temps de venir de lui-même ?

Lors des courses, au lieu de tout faire rapidement, je propose aux parents de montrer clairement à leur enfant ce qu'ils attendent : poser les articles sur le tapis, prendre la poignée du sac... et attendre tranquillement qu'il le fasse, sans précipitation. Il n'y a pas d'urgence. En adoptant cette posture, Shem a étonné ses parents par tout ce qu'il savait faire.

Il est tout aussi important de ne pas intervenir immédiatement. L'enfant doit apprendre à résoudre des problèmes par lui-même. C'est ainsi qu'il progresse et gagne en confiance.

Réduction des interventions physiques

Je recommande de limiter au maximum les interventions physiques. Lorsque nous aidons trop fréquemment un enfant à accomplir une tâche, il peut devenir dépendant et perdre sa motivation à essayer seul. Ce phénomène, appelé "*dépendance à la guidance*", n'est pas un problème de l'enfant, mais une habitude que nous, adultes, renforçons inconsciemment.

Depuis 20 ans, chaque fois qu'un enfant rencontre des difficultés, je cherche à réduire la complexité de la tâche plutôt qu'à l'accomplir à sa place. Par exemple, si un enfant ne parvient pas à éplucher une pomme de terre parce qu'il ne sait pas la tenir, je la maintiens avec une fourchette pour qu'il puisse l'éplucher lui-même. L'enfant se sent alors compétent et fier de contribuer à la préparation du repas.

Un autre exemple simple : au lieu de donner un goûter déjà déballé, je propose de laisser l'enfant ouvrir l'emballage. Si c'est trop difficile, je commence à déchirer le coin

du paquet (sans toucher ses mains), et je le laisse terminer. Ces petites actions développent sa motricité fine et renforcent sa confiance en lui.

Vers une autonomie et une confiance partagées

Adopter une posture plus ouverte est fondamental. Plutôt que d'arriver avec une liste rigide d'objectifs, je conseille aux parents de se demander : "Que pouvons-nous faire aujourd'hui ? Quels sont ses centres d'intérêt du moment ?"

Cette flexibilité permet de saisir des opportunités naturelles d'apprentissage qui émergent lors des activités. Les enfants ayant un retard de développement doivent traverser les mêmes étapes que les autres enfants, mais à leur propre rythme.

Trop souvent, nous les pressons pour qu'ils rattrapent leur retard, ce qui engendre frustration et stress. J'encourage les parents à ajuster leur rythme à celui de leur enfant, comme nous l'avons fait avec Shem cette semaine.

Il est parfois difficile d'accepter que nos enfants soient à un stade de développement différent. Pourtant, accompagner un enfant là où il se trouve réellement est la clé de son épanouissement. J'aime rappeler cet exemple : lorsqu'un enfant de 2 ans est à table, nous n'attendons pas qu'il suive toutes les consignes. Pourquoi exiger cela d'un enfant autiste dont le développement émotionnel et social est équivalent à celui d'un enfant de cet âge ?

Un exemple concret est celui d'Alice. Lors de notre dernière séance, j'ai proposé à Alice d'aller manger dehors. Elle a répondu : "Rester ici." J'ai respecté son choix et nous avons préparé un repas ensemble. Ce moment a été riche en complicité et en apprentissages.

Dans le passé, j'avais une approche plus rigide. Je me souviens d'une séance où Alice "devait" couper de la viande. Je ne l'ai pas forcée, mais je l'ai encouragée à rester jusqu'à la fin de la tâche, créant une tension inutile.

Depuis 4 ans, je n'incite plus les enfants à rester pour compléter la tâche que j'avais en tête, et j'ai remarqué que les enfants sont plus volontaires par la suite pour accomplir ces tâches – souvent pendant la même séance. Un exemple clair est Alessio, qui était venu pour une semaine intensive. Il n'avait jamais participé à la préparation du repas car il passait son temps à lancer des objets et n'avait pas d'attention posée pour effectuer une tâche. Pourtant, je l'ai invité à couper du poulet avec moi (pour des nuggets). J'avais déjà coupé la blanquette de poulet en lamelles, et il fallait les réduire

pour en faire des nuggets. Il est venu, mais après avoir coupé deux morceaux, j'ai senti qu'il voulait partir. Dès que je l'ai ressenti, je l'ai laissé partir. Ainsi, il a coupé six fois deux petits morceaux ce jour-là. Mais le lendemain, quand nous avons refait l'activité, il a coupé énormément de morceaux, est resté jusqu'à la fin et a même participé à l'étape suivante : mettre les morceaux de poulet dans la chapelure ! C'était vraiment beau à voir : il appréciait maintenant l'activité, probablement parce qu'il n'avait jamais été forcé. Je pense que le fait que les enfants sentent qu'il ne sont pas contraints, qu'ils sont libres de participer ou non, les rend beaucoup plus volontaires. Ils savent qu'ils peuvent partir s'ils le souhaitent !

L'importance de la compassion envers soi-même

Cette expérience m'a appris une leçon précieuse : pour mieux comprendre et soutenir nos enfants, nous devons commencer par avoir de la compassion envers nous-mêmes. En prenant soin de nos propres besoins, nous sommes mieux à même de répondre à ceux de nos enfants.

Pour vraiment comprendre un enfant, il est essentiel de l'observer attentivement : ses gestes, ses expressions, ses réactions. Cela signifie être pleinement présent, sans distractions. Pouvoir être entièrement présent à ce qui se passe sur le moment n'est pas possible si nous sommes en train de penser à tous les objectifs que nous devons atteindre. Cela n'est tout simplement pas possible. J'ai coaché une intervenante en cours de certification BCBA ces derniers mois pour qu'elle lâche prise sur les objectifs fixés avant la séance. C'était difficile pour elle, elle craignait que l'enfant progresse moins sans objectifs. Pourtant, elle a remarqué qu'à chaque fois qu'elle lâchait prise, il se passait beaucoup plus de choses pendant la séance, et l'enfant progressait davantage. Non seulement l'enfant faisait des progrès, mais elle éprouvait aussi beaucoup plus de plaisir à travailler avec lui.

Une approche attentive et non intrusive

Je recommande aux parents d'éviter de prendre des notes pendant les interactions, car cela peut les distraire de leur enfant et de ce qui se passe en temps réel. À la place, j'enregistre toutes les séances effectuées chez moi en vidéo. Ces enregistrements leur permettent de revoir calmement les moments partagés, de ré-écouter mes conseils, d'analyser les progrès de leur enfant et d'ajuster les interventions de manière plus efficace.

C'est ainsi que j'ai moi-même appris énormément de choses, en regardant les vidéos de mes séances pendant de nombreuses heures pour étudier le comportement de l'enfant, l'influence de mes actions sur ses réactions et ce qui déclenche certains de ses comportements.

Je conseille également aux parents de se filmer chez eux lorsqu'ils jouent ou accomplissent des tâches avec leur enfant. Cela leur offre une meilleure compréhension des dynamiques en jeu. En visionnant les vidéos, j'entends souvent des remarques telles que : « Je ne me rendais pas compte que je faisais cela » ou « Je n'avais pas remarqué qu'il faisait cela à ce moment-là ».

C'est en regardant ces vidéos que l'on peut espérer découvrir des éléments, des *patterns* ou des schémas que l'on n'aurait pas remarqués en étant directement dans la situation.

En ralentissant et en laissant à l'enfant l'espace de s'exprimer à son rythme, nous découvrons que ses gestes, ses regards et ses actions deviennent ses premiers mots. En apprenant à décoder cette communication non verbale, nous l'aidons à s'exprimer plus clairement avec son corps, à se faire comprendre par tous et à réduire les comportements liés à sa frustration de ne pas être compris."

Une semaine après la semaine intensive

Une semaine après notre semaine intensive, j'ai reçu ce message de la mère de Shem : *"La semaine s'est super bien passée. J'ai continué à faire les courses et les sorties à la pharmacie, etc., avec Shem et ça s'est passé exactement comme quand nous étions ensemble. C'est très positif pour moi. Je n'ai plus eu de griffures sur les mains, donc mes mains sont guéries.*

C'est parfois difficile de prendre le temps nécessaire, mais avec Shem je m'y tiens chaque jour. Je fais des puzzles avec lui. C'est toujours un défi de me rappeler de ne pas le tirer par le bras pour l'emmener quelque part, mais plutôt de lui expliquer calmement. Je mets vraiment en pratique vos conseils."

Deux semaines plus tard, nous avons un rendez-vous Zoom pour visionner ensemble les vidéos et évaluer si les progrès se poursuivent à la maison. Les parents me montrent une vidéo où ils font les courses juste avant Noël. Shem a son propre caddie et se déplace calmement dans le magasin. J'étais impressionnée par le changement. Sa mère a même pu filmer toute la scène, tant Shem restait près d'elle. Elle lui

demandait de mettre les articles nécessaires dans son caddie, et Shem l'écoutait attentivement, les plaçant un à un. Comme sa mère l'a dit : « *C'était magique.* »

Après sept minutes de comportement parfait, nous remarquons un changement. Shem semble moins « présent » et met les courses moins rapidement dans le caddie. Sa mère observe : « *Ça commence à être trop long pour lui, je le vois à son visage.* » Peu après, Shem commence à rire nerveusement. Je dis aux parents :

— Quand il rit comme ça, c'est sa façon de dire : “*Je suis à mes limites.*” Si vous le pouvez, dites-lui : “*Tu en as marre, on va sortir*”, et quittez le magasin rapidement. Peu importe si toutes les courses ne sont pas terminées, vous y retournerez plus tard. À ce stade, il montre que c'est trop.

Les parents acquiescent et nous continuons à regarder la vidéo.

Douze secondes plus tard, Shem pousse un cri et court deux mètres avec le caddie. Sa mère confirme : « *Oui, c'est après ça que ça dégénère.* »

J'explique alors :

— L'essentiel est d'identifier ces indices à temps. Dès qu'il commence à rire nerveusement, verbalisez ce qu'il exprime : “*Ah, tu veux que ce soit fini.*” Utilisez des mots simples et récurrents. Ensuite, dites-lui : “*Ok, on va aller à la caisse.*” Même si votre mari doit terminer les courses seul, il est crucial de partir au bon moment.

J'ajoute :

— Tout ce qu'il veut, c'est vous faire plaisir, comme la plupart des enfants. Il veut réussir à faire ce que vous lui demandez, mais parfois, il n'en est plus capable. Il a reçu trop de stimuli en peu de temps et a dû s'adapter. Il est normal de demander à un enfant de faire des efforts et de tolérer certaines situations, mais il est tout aussi important de reconnaître ses limites pour éviter de dépasser le point de rupture.

Enfin, j'ai rassuré les parents :

— À l'avenir, il pourra rester plus longtemps. C'est un entraînement progressif. Il faut lui laisser le temps de développer cette capacité pour qu'il garde une expérience positive et ne ressente pas qu'on l'a forcé à rester lorsqu'il avait déjà fait de son mieux.

Les stéréotypies : observations et fonctions multiples

J'aimerais partager avec vous ce que j'ai appris en observant et en analysant les comportements des enfants autistes avec lesquels j'ai travaillé au cours de ces 25 dernières années concernant ce qu'on appelle les stéréotypies.

J'ai pu identifier que les stéréotypies ne sont souvent pas "juste" des mouvements répétitifs que les enfants font parce qu'ils aiment ça. Pour moi, tout ce que font les enfants autistes a du sens. Ils le font parce que cela leur permet d'obtenir ce dont ils ont besoin. Je finis toujours par comprendre pourquoi ils agissent ainsi, et c'est pour cela que les parents me disent souvent que je les aide à mieux comprendre leur enfant ou que je suis comme un chuchoteur d'enfants. On me demande souvent : "Mais comment le savais-tu ?" Ma réponse est toujours la même : *j'observe simplement ce qui se passe.*

Les stéréotypies comme moyen d'attirer l'attention pour faire une demande

Cela se passe il y a une quinzaine d'années: je suis dans une pièce où il n'y a qu'une étagère avec des livres et un lit. L'enfant avec qui je travaille tourne en rond. On dirait de l'hyperactivité. Il paraît très agité. Les parents essaient d'interagir avec lui, mais n'y arrivent pas. Il continue à tourner en rond, ce qui finit par agacer ses parents.

Son comportement n'avait pas de sens pour moi. Pourtant, j'ai remarqué que l'enfant lançait des regards furtifs – presque imperceptibles – en direction de ses parents. Cela m'a fait réfléchir. Je me suis alors dit que cet enfant devait agir ainsi pour obtenir quelque chose de leur part, quelque chose de différent que de l'interaction. De leur côté, les parents pensaient qu'il tournait en rond pour s'auto-stimuler, qu'il en avait besoin.

Je leur ai demandé s'ils étaient prêts à faire un test. Ils ont accepté. À mon signal, nous avons quitté la pièce en laissant la porte légèrement ouverte et la caméra allumée.

Quelques secondes après notre départ, l'enfant a arrêté de tourner en rond, est sorti de la pièce, a pris son père par la main pour l'y ramener, et a recommencé à tourner en rond devant lui.

Clairement, il voulait quelque chose de ses parents !

J'ai continué à observer et j'ai remarqué qu'il faisait la même chose dans la cuisine et dans le salon. J'ai alors demandé aux parents ce qu'ils faisaient habituellement dans ces moments-là. Ils m'ont répondu qu'ils essayaient de le distraire : lui proposer la télévision, un goûter ou autre chose.

Je leur ai expliqué que c'était exactement pour cela qu'il tournait en rond. C'était devenu une demande généralisée : il tournait en rond pour que ses parents lui donnent quelque chose qu'il aimait.

Au fil des années, j'ai souvent rencontré des enfants qui faisaient des stéréotypies dans le but de faire une demande généralisée. Voici quelques comportements que j'ai pu observer ayant cette fonction. Cependant, il est essentiel de souligner que chaque enfant est unique et qu'un même comportement peut avoir une tout autre signification. C'est pourquoi il est crucial d'observer attentivement ce qui se passe juste avant et après chaque apparition de des exemples de comportements suivants, afin de bien comprendre l'intention spécifique de chaque enfant.

- Se taper dans les mains
- Tourner sur soi
- Se mordre la main
- Déambuler près de l'objet désiré
- Pousser des cris
- sauter sur place

Ce sont souvent des comportements qui dérangent beaucoup les parents. Par réflexe, ils réagissent en donnant à l'enfant ce qu'ils pensent qu'il veut pour qu'il arrête. Lorsqu'on enseigne la communication non verbale à ces enfants, comme expliqué dans le chapitre suivant, les stéréotypies diminuent considérablement.

Les stéréotypies pour éviter l'interaction

J'ai également observé des enfants qui utilisent des stéréotypies pour qu'on les laisse tranquilles. Dès qu'ils nous voient arriver, ils anticipent que nous allons leur demander quelque chose ou leur donner des consignes. Pour éviter cela, ils se lancent dans des stéréotypies rendant toute interaction difficile.

J'ai vu des enfants se balancer violemment contre un ballon, se boucher les oreilles ou multiplier les mouvements de mains dès qu'un adulte s'approchait. Là aussi, le test est simple : quittez la pièce et laissez la caméra tourner. Dès que l'enfant est convaincu qu'on ne reviendra pas l'embêter, il se calme.

Les stéréotypies pour gérer les émotions et s'auto-réguler

Une autre fonction importante que j'ai pu identifier est que ces stéréotypies aident les enfants à gérer leurs émotions, à s'auto-réguler ou à traiter l'information. Cela se manifeste souvent lorsqu'ils regardent du coin de l'œil, appuient sur leur oreille, se bouchent les oreilles ou bougent les mains devant leurs yeux. Ils peuvent également adopter d'autres comportements, comme tourner en rond. Le plus évident reste sans doute le flapping (battement des mains), qu'ils font lorsqu'ils ressentent de la joie.

Je pense à Ethan, par exemple. Il ne peut s'empêcher de faire du flapping quand il ressent de la joie. C'est pour lui un moyen de gérer cette émotion intense.

Les stéréotypies comme moyen de réduire l'anxiété

Je crois également que certains enfants utilisent ces comportements pour apaiser leur anxiété ou leur angoisse.

La première fois que j'ai remarqué cela, c'était avec Keziah. Il collectionnait des petits objets. Au départ, je ne comprenais pas pourquoi il faisait cela, mais en l'observant, j'ai vu que cette activité semblait réellement l'apaiser. Je lui ai donné un bac pour qu'il puisse facilement transporter ses objets au fil de la journée.

J'ai rencontré une autre enfant qui arrivait toujours avec une ou deux figurines qu'elle emportait partout. Pour elle, comme pour Keziah, cela avait un effet calmant.

Dix ans plus tard, quand j'ai revu Keziah, il collectionnait toujours des objets. C'est devenu son moyen de gérer ses émotions.

Conclusion : comprendre et accompagner les stéréotypies :

Ces exemples illustrent pourquoi il est essentiel d'observer nos enfants pour comprendre la signification de leurs stéréotypies. Il ne faut pas simplement se dire qu'ils agissent ainsi parce qu'ils sont autistes ou qu'ils aiment ça.

Chaque enfant est différent, autiste ou non. C'est à nous de les observer avec un esprit ouvert pour les aider au mieux.

La clé réside dans l'identification des besoins de l'enfant et dans l'apprentissage d'une communication non verbale adaptée. En leur offrant des moyens concrets d'exprimer ce qu'ils veulent ou ne veulent pas, nous réduisons progressivement les stéréotypies.

Ces gestes répétitifs laissent alors place à des signaux clairs, compréhensibles par tous, permettant à l'enfant de se faire entendre et de se sentir mieux compris.

Dans le chapitre suivant, je vous guide pas à pas pour mettre en place cette approche et accompagner votre enfant vers une communication plus fluide et apaisée.

Témoignage de Lamia : parent et professionnelle

J'ai découvert l'ABA à travers le suivi de mon fils. Cette science m'a tellement impressionnée que j'ai mis de côté ma formation initiale en pharmacie pour m'engager dans un cursus et passer l'examen de certification en ABA. Si la théorie ne m'a posé aucun problème, la pratique a été bien plus compliquée.

Je travaillais avec Samy, un petit garçon de quatre ans, non verbal, présentant un retard de développement important. J'ai commencé par évaluer ses compétences et élaborer des objectifs pour les trois mois suivants. Pendant nos séances, je réfléchissais constamment à comment introduire mes cibles, persuadée que je devais structurer chaque activité autour de ces objectifs. Une de ses activités préférées était les chansons. J'espérais utiliser les comptines pour développer son imitation motrice et vocale. Mais malgré son enthousiasme, Samy ne répétait pas et ne m'imitait pas. Chaque fois que la séance se terminait sans progression visible, je ressentais un échec profond qui éteignait peu à peu mon enthousiasme.

J'avais du mal à m'adapter à ce que Samy voulait faire, craignant que cela n'entraîne aucun progrès. J'imposais mes propres objectifs, estimant que ce que nous accomplissions n'était jamais suffisant. Cette rigidité m'empêchait de célébrer les petites victoires et de les considérer comme des points de départ. En insistant sur ce que je voulais enseigner, je finissais par éteindre sa motivation à interagir avec moi. Je me tournais vers la guidance physique, persuadée qu'il ne savait pas faire, sans comprendre qu'il ne voulait pas ou ne pouvait simplement pas.

Alors que je cherchais à développer sa flexibilité, je me suis rendu compte que j'étais la plus rigide. Je n'écoutais pas les signaux qu'il m'envoyait : « Je ne veux pas jouer à ce jeu », « C'est trop difficile pour moi ». En insistant, je provoquais des troubles du comportement et Samy m'associait à une source de contraintes. Cette situation m'a frustrée, car malgré mes efforts et l'utilisation des techniques ABA, je n'atteignais pas mes objectifs.

Grâce à quelques mois de coaching avec Caroline, j'ai appris à attendre, à observer la communication non verbale de Samy et à prendre en compte ses ressentis. J'ai aussi cessé de me mettre la pression. Garder mes objectifs en tête tout en suivant son rythme a changé notre dynamique. Dès qu'une opportunité se présente, je travaille mes cibles, mais sans forcer. En abaissant mes attentes immédiates, j'ai constaté des progrès inattendus mais significatifs.

Il y a deux semaines, Samy a commencé à dire plusieurs syllabes. Je me suis contentée de répéter après lui, et il était ravi et engagé. Quand j'ai tenté d'introduire de nouveaux sons, il n'a pas suivi, alors j'ai continué à reproduire les siens. Sans même m'en rendre compte, j'avais initié un entraînement vocal, un domaine où nous avons rencontré tant de difficultés. C'est désormais mon point de départ pour enrichir ses vocalisations et, progressivement, introduire de nouveaux sons.