

# Autisme & loisirs

## Guide d'adaptations

à destination des **accueils de loisirs**,  
des **patronages laïques**,  
des **MJC et MPT**,  
des **clubs sportifs et artistiques...**

... et de tous ceux qui se sentent  
concernés !





**Les Troubles du Spectre de l'Autisme (TSA)** font partie des troubles neuro-développementaux. Ils génèrent des particularités qui ont des répercussions sur toutes les activités de la vie quotidienne.

L'accompagnement des enfants TSA nécessite donc des adaptations spécifiques pour prendre en compte les particularités propres à chacun d'entre eux.

L'objectif de ce livret est de proposer quelques pistes d'adaptations et d'aménagements pour l'accueil des jeunes TSA sur les temps de loisirs, à travers des fiches pratiques et quelques éléments théoriques sur les TSA.

Dans ce guide, vous trouverez ainsi :

- une carte mentale, composée de quelques informations théoriques sur les TSA ;
- une fiche "1<sup>re</sup> rencontre", qui pourra être remplie avec les parents. Elle permet de recueillir des informations sur l'enfant, son fonctionnement et ses habitudes ;
- une fiche concernant la communication verbale : les particularités des enfants TSA et les adaptations possibles. Elle est essentielle pour interagir de manière adaptée avec les enfants TSA ;
- des fiches pratiques sur les différents temps de la journée. Elles sont composées de 2 colonnes : la première regroupe les possibles difficultés des enfants et la seconde est composée de quelques pistes d'adaptation. Chaque fiche possède 3 lignes : les éléments sensoriels, les éléments cognitifs et enfin des "solutions de secours", si les adaptations ne sont pas suffisantes ;
- une section "Pour aller plus loin..." : elle reprend les principales caractéristiques des TSA et les développe ;
- un lexique : les termes soulignés y apparaissent ;
- des ressources, partenaires et associations en lien avec l'autisme.



# Sommaire

**L'accompagnement** est à individualiser : les adaptations peuvent être différentes en fonction des jeunes et de leurs particularités.

**Des adaptations** peuvent être pensées pour les jeux que vous proposez : il n'existe pas de jeux « spécifiques » à l'autisme. Les enfants peuvent jouer aux mêmes jeux que les autres, ils nécessitent seulement des adaptations.

**Un espace de retrait** (épuré, confortable et sécurisé) est nécessaire pour l'accueil de ces jeunes : il permet à l'enfant de se ressourcer et de se reposer mais peut également être un outil de gestion des crises.

**L'échange avec les parents** ou les proches des enfants apparaît indispensable : la fiche pratique "1<sup>re</sup> rencontre" pourra être un support lors de votre 1<sup>er</sup> rendez-vous avec les parents.

N'hésitez pas à transmettre la fiche pratique "1<sup>re</sup> rencontre" à tous les intervenants autour de l'enfant.

Qu'est ce que l'autisme ?	4
Fiche "1 <sup>re</sup> rencontre"	6
Communication verbale	7
Activité extérieure	8
Activité intérieure	9
Vie quotidienne : repas	10
Vie quotidienne : sieste et toilettes	11
Temps libre	12
Transitions	13
Relations aux autres	14
Gérer une crise	15
Douleur	16
En bref !	17
Pour aller plus loin... Sans oublier que chaque enfant est unique !	18
Lexique	22
Ressources	23

# Qu'est-ce que l'autisme ?

TROUBLES  
DU SPECTRE  
DE L'AUTISME  
(TSA)



**Handicap  
invisible**

Différents  
degrés de  
manifestations  
selon les  
individus

Fonctionnement  
cérébral  
particulier  
dès le début  
de la vie

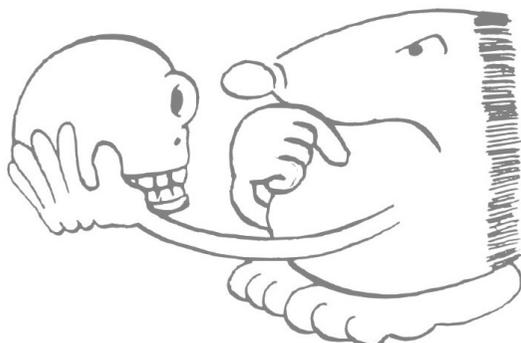
## En chiffres

Environ  
**3 garçons**  
pour **1 fille**  
sont porteurs  
d'autisme



**90 à 120** sur  
10 000 individus  
sont porteurs  
d'autisme

**70%**  
des jeunes avec  
TSA ont des  
troubles associés





\*Détails page 18 ("Pour aller plus loin").

# Fiche "1<sup>re</sup> rencontre"



L'enfant, sa famille	
Sa prise en charge spécifique	
Les activités, jeux qu'il aime, ses centres d'intérêt	
Ce qui est difficile pour l'enfant	
Besoins aux repas	
Besoins pour les toilettes	
Besoins pour communiquer	
Besoins pour se déplacer	
Dans la relation aux autres	
Besoins pour participer aux activités et à la vie de groupe	
Vigilance santé	
Particularités sensorielles	

# Communication **verbale**

Communication pauvre voire absence de langage  
Difficultés de compréhension (d'autant plus l'humour et l'implicite)  
Intonation de la voix particulière  
Répétition plaquée de mots/phrases

Utiliser un emploi du temps structuré et des aides visuelles

Utiliser des outils de communication (signes, pictogrammes, images, photos, objets, etc.)

Encourager, féliciter les initiatives verbales et non verbales ainsi que les interactions entre les enfants

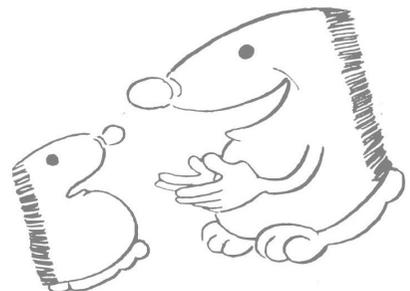
Se mettre à la hauteur de l'enfant

Laisser l'enfant mener l'adulte vers l'objet (laisser prendre par la main) et prendre l'initiative de l'interaction

Parler lentement avec des mots concrets et simples

Utiliser des phrases courtes (une phrase pour une action)

Reformuler les consignes



# Activité extérieure

Je peux être sensible aux bruits, à la foule, à la luminosité, au toucher, aux odeurs.

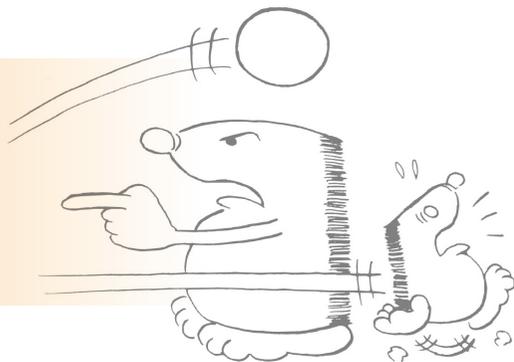
- Je peux avoir des difficultés à m'exprimer et à parler de mes émotions.
- Je peux avoir besoin de me stimuler (me balancer, battre des mains, etc.)
- Je peux ne pas comprendre.
- Je peux avoir un manque de motivation, d'intérêt pour l'activité.
- J'ai du mal à échanger avec les autres et à trouver ma place dans le groupe.

Solutions de secours

- Changer d'activité
- Éloigner l'enfant du groupe

- Prévoir du matériel spécifique : casque anti-bruit, lunettes de soleil, chasuble, éléments visuels de délimitation de terrain, etc.
- Être attentif aux contacts physiques entre jeunes
- Prévoir une solution de retrait au calme à proximité de l'activité
- Proposer une pause sensorielle (dans l'espace de retrait par exemple) en amont
- Être vigilant à la tenue de l'enfant : ne sait pas toujours s'habiller en fonction de la météo

- Prise en compte de la communication non-verbale :
  - Utiliser les pictogrammes, les signes, etc.
  - Porter une attention particulière aux attitudes corporelles et expressions du visage de l'enfant
- Sensibiliser les autres enfants : faire attention aux projections de balle, aux différents contacts, etc.
- Utiliser les intérêts spécifiques pour favoriser la motivation
- Encourager l'enfant dans l'activité à mener avec les autres



# Activité intérieure

Je peux être sensible aux bruits, à la foule, à la luminosité, au toucher, aux odeurs.

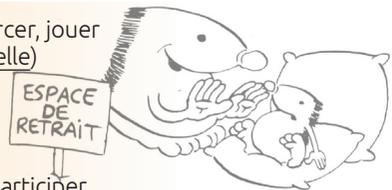
- Je peux être stressé et mutique.
- Je peux avoir besoin de me stimuler (me balancer, battre des mains, etc.)
- Je peux ne pas comprendre.
- Je peux manquer de repères .
- Je peux faire des colères importantes.
- Je peux avoir un manque de motivation, d'intérêt pour l'activité.

- Réaliser une pause sensorielle avant l'activité si besoin
- Attention à l'utilisation de matériaux de différentes textures (impossibilité pour l'enfant de toucher certaines textures)
- Laisser une distance acceptable entre chaque enfant
- Adaptation du lieu de l'activité (luminosité, bruit des autres/ résonnance de la pièce/volume de la voix, taille de la pièce, épuration des lieux, etc.)
- Utiliser le matériel spécifique : casque anti-bruit, lunettes de soleil, etc.

- Utiliser un emploi du temps visuel
- L'enfant doit avoir les informations suivantes : où et quand se déroule l'activité, combien de temps dure-t-elle, pourquoi doit-il le faire, qu'attend-t-on de lui, que va-t-il faire après ?
- Permettre de visualiser le temps (Timer timer)
- Prévoir et annoncer des temps de pause
- Décomposer l'activité en étapes
- Adapter les consignes (simples et courtes)
- Respecter les délais de réponse à la consigne
- S'informer auprès des proches de l'enfant de ses rituels pour débiter une activité
- Mettre en place des routines
- Privilégier les animateurs connus de l'enfant pour l'accompagner
- Préférer des temps de regroupement courts et cadrés
- S'exprimer à tour de rôle pour être compris

## Solutions de secours

- Prévoir un espace de retrait (se ressourcer, jouer seul ou en petit groupe, pause sensorielle)
- Être assis un peu en retrait du groupe avec l'animateur référent
- Changer d'activité
- Proposer de regarder l'activité sans y participer
- Écourter la séance si besoin



# Le repas

Je peux être sensible :

- au niveau visuel : luminosité, reflets, déplacements des autres enfants, etc.
- au niveau auditif : bruits de conversations, de la vaisselle, des chaises, des cuisines, résonnances, etc.
- au niveau olfactif : certaines odeurs peuvent fortement me gêner
- au niveau tactile : sélectivité alimentaire (je ne mange pas de tout, parce que je ne peux pas).

- Je peux être stressé et mutique.
- Je peux manquer de repères.
- Je peux avoir besoin de me stimuler (me balancer, de battre des mains, etc.)
- Je peux ne pas comprendre.
- Je peux faire des colères importantes.
- Je peux avoir un manque de motivation, d'intérêt pour l'activité.

## Solutions de secours

- Permettre de déjeuner dans une petite salle avec quelques enfants en dehors de la salle commune
- Quitter la salle : pause sensorielle
- Installer un espace de retrait dans la salle de restauration

- Positionnement: limiter les stimuli visuels (affichages, pare-vue, rideaux)
- Aménagement du temps de repas sur un service accueillant le moins d'enfants possible
- Adaptations auditives : casque anti-bruit, sièges à patins (ou avec balles de tennis dessous), repas dans une pièce à part...
- Faire prendre conscience du bruit produit par les enfants
- Attention à la texture, la couleur, la marque et la température des aliments (fiche "1<sup>re</sup> rencontre")

- Visualisation du temps de repas avec time timer et un emploi du temps visuel ; visualisation du menu en amont
- Mettre une photo ou le prénom de l'enfant à sa place
- Prise de connaissance des rituels de l'enfant et mise en place de routines (fiche "1<sup>ère</sup> rencontre")
- Adapter les consignes : possibilité de se lever si besoin, ne pas goûter un aliment qui pourrait bloquer l'enfant (morceaux, refus de certains aliments...)
- Sensibiliser aux aliments : toucher, sentir, découper, décortiquer, malaxer toutes sortes de fruits et légumes
- Être compréhensif sur les manques d'attention et la distractibilité
- Séparer les éléments dans l'assiette
- Proposer tous les aliments en même temps devant l'enfant (l'ordre n'a pas d'importance)
- Adapter les ustensiles en cas de difficultés pour les saisir ou de manque d'autonomie (verre échantonné, set de table anti-dérapant, couverts avec manche grossi)



# Sieste et toilettes

Je peux être sensible aux bruits, à la foule, à la luminosité, au toucher, aux odeurs.

- Je peux être stressé et mutique.
- Je peux manquer de repères.

Je peux avoir besoin de me stimuler (me balancer, battre des mains, etc.)

Je peux ne pas comprendre.

Je peux faire des colères importantes.

Je peux avoir un manque de motivation, d'intérêt pour l'activité.

Solutions de secours

## Sieste

- Mise en place de routines : relaxation, histoires, colonnes à bulles, massages, etc.
- Prise de connaissance des rituels de l'enfant et mise en place de routines : supporte-t-il les draps ? Garde-t-il ses vêtements pour dormir ? (fiche "1<sup>re</sup> rencontre")

## Toilettes

- Avoir des toilettes de taille adaptée ou prévoir un réducteur et un marchepied
- Utilisation du pot dans une salle confortable
- Vigilance aux bruits (chasse d'eau, sèche-main électrique)
- Possibilité d'utiliser de la musique (diminuer les bruits environnants)
- Attention à la température dans la pièce, de la cuvette, de l'eau du robinet, etc.
- Utilisation de papier toilette ou de lingettes, facilement accessibles
- Possibilité que l'enfant ne soit pas propre

## Sieste

- Problèmes de sommeil : endormissement, temps de sieste plus ou moins long
- Visualisation du temps de déshabillage, de sieste
- Gestion de l'espace : le rendre prévisible, mettre une photo ou le prénom de l'enfant sur le lit
- Fixer les objectifs : rester calme en position allongée ou assise
- Garder un horaire de sieste régulier
- Être compréhensif sur les manques d'attention et la distractibilité

## Toilettes

- Passages aux toilettes indiqués sur l'emploi du temps
- Repérage des toilettes dans le bâtiment avec l'enfant
- Possibilité de mise en place d'une aide visuelle pour le lavage des mains

## Sieste

- Permettre à l'enfant plusieurs temps de repos dans la journée, ou de temps calmes
- Quitter la salle de sieste, et proposer une pause sensorielle
- Proposer une activité calme à la place de la sieste

## Toilettes

- En cas de refus, penser à l'aller à l'extérieur



Je peux être sensible aux bruits, à la foule, à la luminosité, au toucher, aux odeurs.

- Aménagement de l'environnement : mise en place d'un espace de retrait
- Accepter les stéréotypes de l'enfant (battement des mains, balancement, objets spécifiques, etc.)
- Prévoir une boîte sensorielle

- Je peux être stressé et mutique.
- Je peux manquer de repères.
- Je peux avoir besoin de me stimuler (me balancer, battre des mains, etc.)
- Je peux ne pas comprendre.
- Je peux faire des colères importantes.
- Je peux avoir un manque de motivation, d'intérêt pour l'activité.
- Je peux ne pas savoir quoi faire pendant mes temps libres.

- Laisser aller aux intérêts spécifiques (fiche "1<sup>re</sup> rencontre")
- Visualisation des temps libres sur l'emploi du temps et des activités possibles sur ces temps
- Identifier le début et la fin du temps libre (Time Timer)
- Temps libres aménagés et structurés pour certains (les temps informels, libres peuvent être anxiogène)
- Présenter un choix d'activités à l'enfant pendant son temps libre (aides visuelles)

Solutions de secours

- Ne pas proposer de temps libres mais structurer, à l'avance, l'ensemble de la journée
- Proposer un adulte à disposition



Je peux être sensible aux bruits, à la foule, à la luminosité, au toucher, aux odeurs.

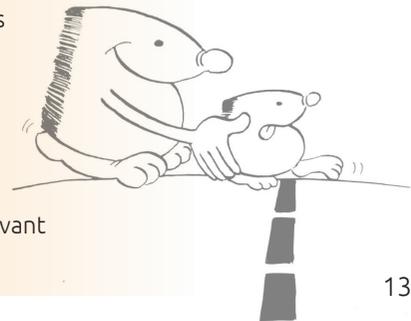
- Je peux être stressé et mutique.
- Je peux manquer de repères.
- Je peux avoir besoin de me stimuler (me balancer, de battre des mains, etc.)
- Je peux ne pas comprendre.
- Je peux faire des colères importantes.
- Je peux avoir un manque de motivation, d'intérêt pour l'activité.

## Solutions de secours

- Attendre que les autres soient partis pour passer à l'activité suivante
- Laisser plus de temps à l'enfant pour assimiler la transition
- Diriger physiquement vers l'espace de retrait
- Amener vers une activité plaisante avant de proposer l'animation initiale

- Utilisation d'objets (de la maison ou du centre de loisirs) pour passer d'une activité à une autre (peluche, balle, etc.)
- Adapter la transition : éviter les mouvements de foule, le bruit trop important, etc.
- Privilégier une pièce rangée
- Prévoir un espace de retrait
- S'informer sur les préférences de prises de contact avec l'enfant : bise, serrer la main, etc. (fiche "1<sup>re</sup> rencontre")
- Laisser explorer l'environnement

- Utiliser les séquentiels et emplois du temps
- Essayer de structurer l'espace (une pièce pour une activité si possible)
- Anticiper le temps de transition en annonçant qu'il va avoir lieu à l'aide de l'emploi du temps : utiliser un support (comportement, objet) pour aider à la compréhension
- S'informer auprès des proches sur les rituels de l'enfant concernant les transitions (fiche "1<sup>re</sup> rencontre")
- Prévenir des changements d'emploi du temps



# Relations aux autres

Je peux être sensible aux bruits, à la foule, à la luminosité, au toucher, aux odeurs.

- Être attentif au besoin d'espace de l'enfant
- Prévenir les autres enfants des particularités sensorielles (fiche "1ère rencontre")
- S'informer des préférences de l'enfant quant à sa position par rapport à l'adulte : face-à-face, à côté, etc. (fiche "1<sup>re</sup> rencontre")

- Je peux être stressé et mutique.
- Je peux manquer de repères.
- Je peux avoir besoin de me stimuler (me balancer, battre des mains, etc.)
- Je peux ne pas comprendre.
- Je peux faire des colères importantes.
- Je peux avoir un manque de motivation, d'intérêt pour l'activité.

- Utiliser les outils permettant aux enfants non verbaux de communiquer avec les autres (pictogrammes, signes, etc.)
- Organiser des jeux adaptés en petits groupes, sur une table ou sur un autre support (par terre par exemple)
- Valoriser l'équité
- Adapter les jeux proposés aux enfants (durée, vitesse, consignes, etc.)
- Montrer aux enfants comment interagir entre eux

Solutions de secours

- Rappeler aux autres enfants les particularités de l'enfant TSA
- Voir les "Ressources" pour sensibiliser les enfants aux particularités de l'autisme



Je peux être sensible aux bruits, à la foule, à la luminosité, au toucher, aux odeurs.

- Je peux être stressé et mutique.
- Je peux manquer de repères.
- Je peux avoir besoin de me stimuler (me balancer, battre des mains, etc.)
- Je peux ne pas comprendre.
- Je peux faire des colères importantes.
- Je peux avoir un manque de motivation, d'intérêt pour l'activité.

## Solutions de secours

- Prévoir un plan d'action au sujet de l'espace de retrait avec la famille et le jeune si possible (accord pour le porter par exemple)
- Accompagner à 2 adultes à l'espace de retrait (rapidité et sécurité)
- Identifier les déclencheurs de la crise: pouvoir anticiper et améliorer les réactions de chacun, adapter et rester vigilant aux aménagements

- Utiliser un espace de retrait
- Utiliser des outils après le retour au calme : manipulations d'objets sensoriels, musique douce, objets connus pour rassurer l'enfant, etc.
- Réfléchir aux éléments qui ont pu entraîner la crise :
  - Environnement bruyant ?
  - Trop de stimulations visuelles ou tactiles ?
  - Est-il malade ?
  - A-t-il mal ?

- Utiliser un outil de gestion des émotions s'il est connu et transmis par les parents : relaxation, échelle des émotions, etc. (fiche "1<sup>re</sup> rencontre")
- Eviter de parler : montrer un picto ou écrire ce qu'il doit faire
- Réfléchir aux éléments qui ont entraîné la crise :
  - L'activité en cours était-elle prévue et planifiée ?
  - Les différentes "solutions de secours" ont-elles été mises en place ?
  - La tâche demandée a-t-elle été comprise ? Ou trop complexe ?
  - Un aménagement a-t-il été mis en place ? (séquençage de l'activité, délai de réponse, adaptation des consignes, faire avec l'aide de l'adulte...)



# Douleur

Je peux être sensible aux bruits, à la foule, à la luminosité, au toucher, aux odeurs.

Je peux exprimer ma douleur différemment des autres enfants.

- Utilisation de l'espace de retrait prévu en amont
- Préparer des outils de relaxation : bouillote chauffante, balles "antistress", etc.
- L'expression de la douleur peut être particulière :
  - Expression forte suite à une blessure "bénigne"
  - Pas d'expression de la douleur, ni de demande d'aide après une blessure importante

- Je peux être stressé et mutique.
- Je peux manquer de repères.
- Je peux avoir besoin de me stimuler (me balancer, de battre des mains, etc.)
- Je peux ne pas comprendre
- Je peux faire des colères importantes.

- Proposer un outil de localisation de la douleur (image d'un corps à pointer) et une échelle de la douleur
- Etre vigilant au comportement non verbal :
  - Modification (apparition ou disparition) d'un comportement peut être signe d'une douleur
  - Repérer les positions antalgiques ("plié" en deux, se tenant un endroit en particulier, boitant, etc.)

Solutions de secours

- Si douleurs régulières, se référer au protocole établi avec la famille et le médecin traitant





# En bref...

- Je pense à créer et à proposer un espace de retrait sans stimulation.
- J'utilise un emploi du temps visuel pour les différents moments d'accueil.
- J'essaie de proposer les activités dans des endroits épurés.
- Je pense aux aménagements des modalités de communication (phrases courtes, pictogrammes, etc).
- Je décompose les activités et les actions à produire.
- Je médiatise les interactions avec les autres enfants.
- Je tente d'anticiper les changements pour avoir la meilleure prévisibilité possible pour l'enfant.
- J'explique les comportements et les particularités de l'enfant avec TSA aux autres enfants.

# Pour aller plus loin...

sans oublier que chaque enfant est unique !

## Troubles sensoriels

Il existe 7 sens : le goût, l'odorat, le toucher, la vue, l'ouïe, le système vestibulaire (en lien avec l'équilibre) et le système proprioceptif (sentir la position des parties de notre corps, sensations viscérales, ressentis et émotions, etc.).

Dans les TSA, on trouve un traitement particulier des informations sensorielles : elles ne sont pas « filtrées », les individus reçoivent donc un grand nombre d'informations sensorielles simultanément. Le traitement de ces informations peut ainsi entraîner une importante fatigue. La traduction des informations sensorielles peut être différente, ce qui peut engendrer une réponse, des comportements atypiques.

On peut par exemple trouver : une hypersensibilité aux bruits (même ceux qui paraissent anodins), des gênes visuelles (mouvement, couleur, lumière), une intolérance ou une attirance pour toucher les autres ou les matières ou encore une recherche ou une intolérance aux mouvements (manège, balançoire, etc.).

Toutes ces particularités, et leur gestion, peuvent entraîner des troubles du comportement.

## Troubles de la communication

En ce qui concerne la communication verbale, les enfants peuvent présenter un retard de langage voire une absence de langage oral. Lorsque le langage est présent, on peut parfois remarquer un manque d'intonation lorsqu'ils s'expriment. Ces enfants peuvent également présenter des difficultés de compréhension, d'autant plus lorsqu'il s'agit d'implicite, d'humour ou de mots à double sens. Lorsque l'on pose des questions à ces enfants, mieux vaut utiliser des questions fermées afin de faciliter la réponse. Il faut également s'attendre à ce que la réponse ne soit pas immédiate.

Pour ce qui est de la communication non verbale, on peut retrouver des difficultés de compréhension et d'utilisation des gestes et des expressions faciales. Par exemple, l'expression faciale ne correspond pas toujours à l'émotion ressentie par l'enfant. On peut également remarquer des anomalies dans le contact visuel avec des enfants qui ont tendance à fuir du regard.

## Troubles des interactions sociales

Ces enfants peuvent peiner pour initier, répondre et maintenir une interaction ou une conversation. Ils peuvent ainsi paraître maladroits pour engager une relation

sociale, du fait d'un manque de code social et de difficultés à comprendre les situations sociales.

À noter également : l'accès à l'humour, à l'implicite et aux expressions imagées reste limité. Il est donc nécessaire d'explicitier au maximum les consignes et les situations vécues par l'enfant pour s'assurer de sa compréhension.



Ils sont en difficulté pour partager des jeux, leurs centres d'intérêts ou encore leurs émotions avec les autres (peu d'imagination et de jeux symboliques) et ont parfois un manque d'intérêt pour leurs pairs.

## Fonctionnement cognitif

Il est nécessaire de limiter le nombre d'informations à retenir par l'enfant : il peut par exemple lui être difficile de retenir une consigne et de la réaliser. L'utilisation d'un support visuel peut être une réelle aide : elle permet à l'enfant de savoir ce que l'on attend de lui, de pouvoir s'y référer en cas de besoin ou encore de le rassurer quant au déroulé de la journée ou de l'activité, venant pallier ainsi les difficultés d'organisation qu'il peut présenter (par exemple, lors des temps d'attente).

Ils sont plus attentifs aux détails et peuvent être envahis par des environnements surchargés de détails et d'informations.

Leur attention peut être fluctuante : mieux vaut privilégier les activités courtes et visuelles.

La gestion des situations nouvelles peut être complexe : les enfants n'ont pas tous la capacité de s'adapter. En effet, on peut trouver une importante rigidité avec notamment des difficultés d'adaptation au changement (par exemple, passer d'une activité à une autre) ou d'adaptation du comportement (dire tout ce qui passe par la tête ou passer du coq à l'âne par exemple).

On constate un ralentissement dans le fonctionnement : réponse non immédiate, délai de compréhension, lenteur motrice, etc.

## Gestion des émotions

Ces enfants ont des difficultés à gérer leurs émotions, ils tolèrent difficilement les frustrations et n'ont pas toujours de réactions adaptées à certains événements. Ils >>>



>>> ont des difficultés pour repérer leurs propres émotions et pour les exprimer, et il leur est difficile de reconnaître les émotions chez les autres. Il est donc nécessaire de leur expliquer ce qu'ils ressentent, et ce que les autres peuvent ressentir, afin de faciliter la compréhension des situations sociales.

À noter également qu'on peut retrouver un temps de latence entre l'évènement provoquant une émotion et le moment où l'enfant va exprimer cette émotion.

Le sentiment d'injustice est difficile à gérer pour ces enfants : une remarque peut être prise pour un reproche.

## Fatigue

Ces enfants ont souvent des troubles du sommeil et ils sont très fatigables car ils ont besoin de beaucoup d'énergie pour toutes les activités de la vie quotidienne (activités collectives ou individuelles, repas, toilettes, habillage, interactions sociales, etc.). La « théorie des cuillères » (vidéo sur internet) illustre bien cette fatigue accumulée au cours d'une journée. Il est donc important de leur permettre des temps de pause.

## Anxiété

L'anxiété est très souvent présente chez les enfants TSA. Il en existe plusieurs formes qui peuvent être associées :

- **Anxiété de l'incertitude** : peur de toute chose nouvelle ou non familière ; elle est en lien avec le besoin d'immuabilité (les choses restent toujours pareil) et de prévisibilité des enfants TSA. Il est nécessaire pour eux d'avoir des routines et des rituels, de la stabilité.
- **Anxiété sociale** : peur de ne pas savoir agir de manière adaptée aux situations et interactions sociales ; qui peut entraîner un repli sur soi chez les enfants TSA qui ne vont pas oser aller vers l'autre
- **Anxiété de performance** : en lien avec le perfectionnisme et la peur de mal faire ; les enfants vont parfois préférer ne rien faire plutôt que de faire mal ou recommencer tant qu'ils n'ont pas obtenu le résultat parfait à leurs yeux
- **Anxiété anticipatrice** : anxiété par anticipation d'évènements positifs ou négatifs
- **Anxiété en lien avec des stimulations sensorielles** : les situations nécessitant le traitement de nombreuses informations simultanément

peuvent être anxiogènes, l'enfant est alors noyé dans un trop plein d'informations

- **Anxiété de séparation** : malaise généré par la distanciation avec les proches
- **Anxiété généralisée** : non liée à un événement spécifique ; enfant constamment sur le "qui-vive".

## Comportements et stéréotypies

Au niveau du **langage**, on peut trouver des écholalies immédiates ou différées (exemple : discours entendu dans un dessin animé et repris en contexte ou pas ; reprise des derniers mots de l'interlocuteur), un langage « plaqué » (réponse apprise et répétée en contexte) ou encore des stéréotypies verbales.

En ce qui concerne les **mouvements**, les enfants TSA peuvent présenter des stéréotypies motrices (battement des mains ou des doigts, mouvements du visage, du corps), qui leur permettent de se ressourcer, d'exprimer une anxiété, une émotion ou encore d'accéder à un certain bien-être.

Enfin, on peut trouver une utilisation particulière des **objets** (alignement, utilisation pour une autre fonction, tri des aliments dans l'assiette, etc.), souvent en lien avec les particularités sensorielles.

## Motivation

Ces enfants peuvent avoir peu, voire peuvent ne pas avoir de motivation : il est nécessaire d'utiliser des motivateurs extérieurs (objets plaisants ou félicitations) pour les aider à vouloir participer.

Ils ont souvent des intérêts spécifiques : il s'agit de "passions" spécifiques dans un domaine, parfois en décalage par rapport à leur classe d'âge mais pour lesquelles les enfants ont un grand nombre de connaissances. Les enfants sont alors en difficulté pour s'ouvrir à d'autres sujets, mais il est important d'essayer de les y amener, tout en leur permettant d'avoir des temps pour leur intérêt. Il est possible de s'appuyer sur ces intérêts spécifiques pour entrer en interaction avec eux, pour construire une activité leur permettant d'interagir avec d'autres enfants (et ainsi faire changer le regard des enfants sur eux) ou encore pour leur faire une demande ("Tu fais cette activité, puis tu pourras colorier ce dinosaure").





TERME	DÉFINITION
<b>Antalgique</b>	Qui apaise, calme la douleur
<b>Boîte sensorielle</b>	Caisse contenant des objets ayant des particularités visuelles (kaléidoscope, miroir...), auditives (jouets sonores), tactiles (balles anti-stress, textures différentes), etc.
<b>Cognitif</b>	Regroupe l'ensemble des processus par lequel un individu acquiert des connaissances à partir de l'environnement (mémoire, attention, etc.)
<b>Écholalie</b>	Répétition de façon systématique, mais involontaire, de certaines syllabes ou de certains mots. Les mots prononcés sont plus ou moins incohérents. Écholalie immédiate : la vocalisation est immédiate. Écholalie différée : la vocalisation intervient après que les mots reproduits ont été entendus, quel que soit le contexte.
<b>Équité</b>	En lien avec les notions de justice et d'injustice ; attribuer à chacun ce qui lui est dû.
<b>Espace de retrait</b>	Endroit sans stimulation, à l'intérieur ou à l'extérieur, qui doit être neutre et sécurisé : peu de stimulations sensorielles, sans objet pouvant être lancé ou dangereux pour le jeune (avec des coussins, une cabane, etc.)
<b>Intérêt spécifique</b>	Centre d'intérêt précis, souvent atypique qui peut rapidement devenir envahissant (ex : jeux vidéo, véhicules, etc.)
<b>Jeux symboliques</b>	Jeux de faire-semblant (cuisine, poupée, etc.) sans forcément avoir l'objet réel
<b>Particularités sensorielles</b>	Traitement particulier des informations sensorielles (se référer à « Troubles Sensoriels » dans la section « Pour aller plus loin... » de ce guide
<b>Pause sensorielle</b>	Temps consacré aux besoins sensoriels, pour atteindre un seuil d'activité adéquat (stimulation de un ou plusieurs sens ou réduction de ses stimulations)
<b>Séquentiel</b>	Outil visuel représentant les étapes détaillées représentées de manière chronologique d'une action (textes ou images)
<b>Somatique</b>	Qui concerne le corps
<b>Stéréotypies motrices</b>	Mouvement répétitif (ex. battre des mains). Elles sont plaisantes pour l'enfant et l'aide à s'apaiser.
<b>Stéréotypies verbales</b>	Répétition d'un son, de tout ou d'une partie d'une phrase, d'une question, etc.
<b>Time Timer</b>	Instrument, apparenté à une horloge, permettant de visualiser l'écoulement du temps de façon très concrète
<b>Troubles associés</b>	Les TSA sont souvent associés à d'autres troubles neuro-développementaux, psychiques (anxiété par exemple), gastro-intestinaux, épileptiques, etc.
<b>Troubles neuro-développementaux</b>	Troubles affectant le processus de développement cérébral, conduisant à des difficultés plus ou moins grandes dans une ou dans plusieurs fonctions cérébrales (troubles déficitaires de l'attention avec hyperactivité, troubles moteurs, troubles du langage)

## Vidéos de sensibilisation aux TSA

- Créer des choses merveilleuses - [www.youtube.com/watch?v=HyPVHdBunlw](http://www.youtube.com/watch?v=HyPVHdBunlw)
- Mon ami Tom - [www.youtube.com/watch?v=-eHtZHH1AYQ](http://www.youtube.com/watch?v=-eHtZHH1AYQ)
- Mon petit frère de la Lune - [www.youtube.com/watch?v=T\\_2lhly\\_8zo](http://www.youtube.com/watch?v=T_2lhly_8zo)

## Vidéos pour aider les personnes TSA

- Deux minutes pour mieux vivre l'autisme - <https://deux-minutes-pour.org>
- Syndrome d'Asperger et fatigabilité : la théorie des cuillères - [www.youtube.com/watch?v=joucXLKXbO8](http://www.youtube.com/watch?v=joucXLKXbO8)

## Sites Internet

- Comprendre l'autisme - <https://comprendrelautisme.com>
- Autisme en ligne - [www.autisme-en-ligne.eu](http://www.autisme-en-ligne.eu)
- Autisme info service - [www.autismeinfoservice.fr](http://www.autismeinfoservice.fr)
- CRA Ile de France (CRAIF) - [www.craif.org](http://www.craif.org)
- Groupement national des CRA (GNCRA) - <https://gncra.fr>
- Participate Autisme (Rubrique Aider mon enfant à se développer > Les loisirs) - [www.participate-autisme.be](http://www.participate-autisme.be)



## Livres

- Aider son enfant autiste : 50 fiches pour l'aider et l'accompagner. Delphine de Hemptinne et Nathalie Fallourd - De Boeck, 2017.
- Autisme et loisirs : Temps "mort" ou temps "libre" ? Steven Degrieck. CCC - Centre de communication concrète, 2010.
- L'autisme vu de l'intérieur : un guide pratique. Hilde De Clercq. AFD - Autisme France diffusion, 2013.
- Parlons-en ! L'autisme. Sylvie Baussier. Gulf stream, 2017.
- L'enfant autiste décrypté : et si votre enfant pouvait vous expliquer son fonctionnement ? Ginette Bernier -Mango, 2019.
- Réussir l'accueil d'enfants en situation de handicap : méthodologie pour les accueils collectifs de mineurs. Julien Fernandez, Philippe Courtesseyre et Soizig Laïné - Territorial éditions, 2017.

## Matériel (jeux, outils) adaptés à l'autisme

- Autisme France Diffusion - [www.autismediffusion.com](http://www.autismediffusion.com)
- Hoptoys - [www.hoptoys.fr](http://www.hoptoys.fr)
- Lud'Autisme

# Autisme & loisirs

## Contributeurs

- ASPERANSA
- Autisme Cornouaille
- CAF 29
- Centre Ressources Autisme : CRA Bretagne
- Pôle Ressource Handicap 29
- SACS de Quimper (TSA Finistère)
- SESSAD Arc-en-ciel de Morlaix (Genêts d'Or)
- SESSAD Autisme de Brest (CHRU Brest)
- Ville de Brest
- Ville de Quimper