



# TROUSSE DE SENSIBILISATION À L'AUTISME



# Table des matières

Mot d'introduction.....	3
Qu'est-ce que le trouble du spectre de l'autisme (TSA)?.....	4
Les 4 diagnostics liés au TSA.....	5
Autisme.....	5
Asperger.....	5
Trouble envahissant du développement non-spécifié.....	6
Trouble désintégratif de l'enfance.....	7
Manifestations et symptômes de l'autisme.....	8
Statistiques.....	8
Activités de sensibilisation	
<b>Précolaire</b>	
Lolo l'autisme.....	10
Le monde d'Éloi.....	12
<b>Primaire</b>	
Epsilon, un enfant extra-ordinaire.....	14
Je voudrais être ton ami, je suis autiste.....	15
Mon petit frère de la lune.....	17
Toi et moi, on se ressemble.....	19
L'Autisme et communication.....	21
<b>Secondaire</b>	
Ben X.....	26
Les handicaps ne sont pas tous visibles.....	29
Une rencontre avec René.....	30
<b>Pour tous</b>	
Tranches de vie.....	33
Mythes et réalités sur l'autisme.....	37
S'ouvrir à la différence.....	41
Bibliographie.....	43
Vos commentaires et suggestions.....	43





# Mot d'introduction

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

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

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

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

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

Bonne activité de sensibilisation!

  
Marie-Ève Lavoie,

Coordonnatrice d'Autisme Centre-du-Québec

## Note importante

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





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

Connu depuis quelques années sous l'appellation générale de troubles envahissants du développement (TED), dont il fait partie, l'autisme devient, avec le DSM-5 une catégorie unique que l'on appelle trouble du spectre de l'autisme. TSA est donc l'acronyme de trouble du spectre de l'autisme. Ce nom introduit une nouvelle approche des troubles envahissants du développement (TED) comme faisant partie d'une même famille, celle de l'autisme. L'utilisation du terme trouble envahissant du développement ou TED pour désigner l'ensemble des diagnostics de la famille de l'autisme cessera graduellement pour faire place au TSA. Le terme trouble du spectre de l'autisme englobe dorénavant l'autisme, le syndrome d'Asperger, le trouble désintégratif de l'enfance et le trouble envahissant du développement non-spécifié. Les personnes recevant un diagnostic de TSA sont répertoriées selon trois degrés de gravité : nécessite un soutien, nécessite un soutien substantiel, nécessite un soutien très substantiel.

L'autisme est un handicap qui modifie le développement du cerveau. Cela amène la personne à éprouver de la difficulté à communiquer et à interagir avec les autres et à avoir des comportements, des activités et des intérêts inhabituels. Les symptômes doivent être présents dans la petite enfance, mais ils peuvent aussi se manifester pleinement avec l'augmentation des demandes sociales. Ils limitent et altèrent le fonctionnement quotidien. Les personnes ayant un TSA forment un groupe très hétérogène tant par le degré de ces altérations que par la présence ou l'absence de troubles associés. Les causes de l'autisme ne font pas encore l'objet d'un consensus au sein de la communauté scientifique.

## Les personnes atteintes ont presque toujours:

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

## Les TSA ne sont pas:

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





# Les 4 diagnostics liés au TSA

## AUTISME

L'autisme se définit comme un désordre d'origine neurologique caractérisé par une distorsion du développement global de la personne dans l'ensemble de ses sphères de fonctionnement.

Le mutisme est présent dans près de la moitié des cas d'autisme. Sur le plan non verbal, les personnes autistes montrent des problèmes majeurs de compréhension de la mimique et des gestes. L'altération de l'activité d'imagination peut se manifester par une absence de jeux symboliques et d'histoires inventées avec des jouets ou par des difficultés à imiter les gestes d'autrui. Plusieurs personnes autistes montrent une faiblesse sur le plan de la coordination motrice et peuvent avoir des difficultés de motricité fine et globale.

L'autisme s'observe chez des personnes de tous les niveaux d'intelligence. Cependant, la majorité des personnes autistes auraient un rendement intellectuel inférieur à la moyenne tout en présentant des déficits sur le plan des comportements adaptatifs, s'assimilant ainsi à la catégorie des personnes présentant une déficience intellectuelle moyenne ou sévère. En raison de leurs caractéristiques particulières, plusieurs de ces personnes présentent aussi des troubles de comportement.

Un diagnostic d'autisme implique que les déficits se manifestent avant l'âge de 3 ans, qu'ils sont intégrés dans le fonctionnement de la personne et présents de façon presque constante.

## ASPERGER

Le syndrome d'Asperger connaît un développement stable. Il semble qu'on puisse établir un diagnostic dès l'âge de trois ans. Avant cet âge, les parents peuvent néanmoins constater des particularités chez leur enfant. Dès sa première année, leur bébé communiquera peu par le rire, le babillage, etc. De façon générale, l'enfant Asperger ne connaît pourtant pas de retard particulier de langage, au contraire, il étonne parfois par son emploi de mots très recherchés et son imposant vocabulaire. Il doit souvent ces caractéristiques à une excellente mémoire.

Sur le plan physique, personnes ayant le syndrome présentent plusieurs traits atypiques : des difficultés motrices (gestes maladroits, démarche guindée, etc.), une intonation monotone, une fuite du contact visuel, et, à l'occasion, certains tics.

Par ailleurs, les symptômes les plus importants se situent davantage au plan social. On remarque chez les Asperger une difficulté notable à saisir le langage non verbal (haussement d'épaules, sourire las, etc.) et les données abstraites. L'emploi d'une expression comme « couper les cheveux en quatre », par exemple, les laissera perplexes ou sera même comprise au premier degré. Cette difficulté entraîne évidemment des problèmes de communication et suscite la moquerie chez leurs pairs. Ces derniers y verront sans doute une grande naïveté.





## **ASPERGER (suite)**

La résistance au changement constitue un symptôme classique du syndrome d'Asperger. En raison de leurs difficultés à interpréter les signes émanant de leur environnement, les personnes affectées attachent beaucoup d'importance à la routine. En effet, à défaut de pouvoir prédire ce qui les attend, elles deviennent vite angoissées et tendent alors à avoir des comportements obsessionnels.

À plusieurs égards, les jeunes atteints du syndrome manifestent beaucoup de maladresse dans leurs interactions sociales. Beaucoup évitent les contacts physiques, expriment peu ce qu'ils ressentent ou le font alors de façon démesurée. Les sentiments des autres leur apparaissent encore plus abstraits et, la plupart du temps, ils se substituent même leurs propres émotions. En conséquence, l'entourage perçoit souvent les personnes Asperger comme étant peu réceptives et égocentriques.

Cette impression se voit par ailleurs renforcée par un trait caractéristique des Asperger : l'engouement pour un domaine très spécifique et leur capacité d'en parler longuement en dépit de l'ennui de leur auditoire. Ce trait fréquent chez les Asperger prend la forme d'une fixation ou d'une obsession pour quelque chose sur laquelle ils acquerront une foule de connaissances. Il peut s'agir, par exemple, d'une passion pour le nom des rues, pour la biologie marine, etc. Souvent, la personne Asperger ne parlera aux gens que par le biais de cet intérêt précis.

Leur difficulté à entamer une conversation et à la maintenir démontre le fossé existant entre leur langage savant et une communication normale où chacun voit les réactions de l'autre et peut les interpréter.

Ne comprenant pas le subtil écheveau des relations humaines, l'Asperger est ainsi cantonné dans un isolement dont il est le premier à souffrir et auquel se rajoutent de douloureuses moqueries. Parfois, une dépression s'en suivra, voire même des tendances suicidaires.

## **TROUBLE ENVAHISSANT DU DÉVELOPPEMENT NON SPÉCIFIÉ**

Le TED non spécifié, aussi appelé « autisme atypique » se définit par des troubles graves et envahissants dans certains domaines, tels que l'interaction sociale réciproque, des activités et des intérêts restreints, mais par une absence des symptômes stricts du trouble autistique.

Le TED non spécifié possède plusieurs caractéristiques associées aux autres TSA, qui ne se retrouvent pas en nombre suffisant pour permettre de poser un diagnostic selon les protocoles établis.

On doit se servir de la catégorie TED NS quand il existe soit une altération sévère et envahissante du développement de l'interaction sociale réciproque ou des capacités de communication verbale et non verbale, soit des comportements, des intérêts et des activités stéréotypées. Il ne faut pas alors que les critères d'un trouble envahissant du développement spécifique, d'une schizophrénie, d'une personnalité schizoïde ou d'une personnalité « hésitante » soient remplis. Par exemple, cette catégorie inclut sous le terme d'« autisme atypique » des tableaux cliniques qui diffèrent de celui du trouble autistique par un âge de début plus tardif, par une symptomatologie atypique ou sous le seuil, ou par l'ensemble de ces caractéristiques.





## **TED NON-SPÉCIFIÉ (SUITE)**

Le diagnostic de TED non spécifié est établi lorsque l'état de la personne atteinte ne répond pas aux critères stricts du trouble autistique et du syndrome d'Asperger. Cette personne aura quand même des difficultés de relation sociale, des troubles de la communication et des comportements répétitifs. En général, elle a aussi un certain retard de développement du langage.

## **TROUBLE DÉSINTÉGRATIF DE L'ENFANCE**

Le désordre désintégratif de l'enfance a été décrit par Heller, en 1908, soit plusieurs années avant l'autisme comme tel. Il n'a toutefois été reconnu que tout récemment. Selon les documents consultés, on lui reconnaît plusieurs noms : la démence de Heller, la psychose désintégrative de l'enfance, etc.

Lors du constat des symptômes, on dénote que certains s'apparentent à l'autisme, parfois à s'y méprendre : comme lui, elle frappe plus souvent les garçons que les filles, présente le même genre de manifestations cliniques, etc. Cependant, la démence de Heller diffère quelque peu par son évolution et ses conséquences.

Plusieurs estiment d'ailleurs que le pronostic de la psychose désintégrative décline l'autisme en terme de gravité. Ce dernier, au sens propre, serait néanmoins dix fois plus fréquent, même si le syndrome de Heller fait sans doute l'objet d'erreurs fréquentes de diagnostic.

De deux à quatre ans, le développement de l'enfant semble normal. S'ensuit une régression où l'on constate une perte des acquis antérieurs au niveau du langage expressif et réceptif, ainsi que dans les compétences sociales. Une altération qualitative des interactions sociales, de l'affectivité et de la communication émerge : graduellement, l'enfant montre des intérêts limités, des jeux singuliers et répétitifs, de l'hyperactivité, etc. Dans la plupart des cas, il y a une déficience intellectuelle, mais elle ne constitue pas un critère de diagnostic.

Sur le plan physique, l'enfant semble incapable de prendre soin de lui-même. Il passe pour un autiste profond aux yeux des gens, même si l'évolution de son état diffère. Celui-ci se démarque par une dégradation progressive, marquée par une phase de plateau suivie de légères améliorations.

Pour sa part, l'étiologie du syndrome reste encore dans l'ombre; on l'impute parfois à une affection cérébrale antérieure et identifiable (telle qu'une encéphalite). Par ailleurs, la démence infantile paraît aussi dans des cas où de tels antécédents n'ont pu être constatés. De façon globale, de fortes présomptions convergent vers un dysfonctionnement possible du système nerveux central.

Bien que des recherches soient en cours, on parle encore peu de traitements pouvant atténuer les symptômes du désordre désintégratif de l'enfance. Cependant, il est probable que le recours à certaines techniques employées avec les personnes autistes puisse améliorer partiellement la condition des personnes atteintes et du coup, celle de leurs proches.





# MANIFESTATIONS ET SYMPTÔMES DE L'AUTISME

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

- Difficulté générale à établir des relations avec l'entourage et déficit d'attention
- Tendance à l'isolement et repli sur soi
- Fuite du regard
- Retard ou absence de développement du langage
- Usage stéréotypé et répétitif du langage (lorsque le sujet parle)
- Intérêts restreints et obsessionnels
- Observation de rituels précis et non fonctionnels
- Maniérismes moteurs stéréotypés et répétitifs (par exemple, torsions des mains ou des doigts)
- Problèmes d'épilepsie (commencent souvent vers la puberté)
- Hyperactivité
- Troubles du sommeil
- Réactions inhabituelles à certains stimuli (bruits, images, froid, etc.)
- Mauvaise compréhension du langage non verbal (gestes, mimiques, etc.)
- Arythmie cardiaque
- Peur du changement
- Démarche particulière sans balancement approprié des bras

## STATISTIQUES

Selon les études les plus récentes, les cas d'autisme sont de plus en plus nombreux partout dans le monde et le Québec n'y fait pas exception. En 2013, au Québec, selon les dernières statistiques, 1 % des enfants sont touchés.

En 2012, on comptait 18 000 diagnostics au Québec. Depuis 2009, les diagnostics du trouble du spectre de l'autisme (TSA) ont fait un bond de 23% par année.

Une augmentation du taux de prévalence de plus de 300% en huit ans mérite qu'on y apporte une attention particulière.

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

Les TSA sont quatre fois plus fréquents chez les garçons.

On retrouve des personnes ayant un TSA dans tous les milieux sociaux et dans tous les pays.





## LOLO, L'AUTISME

### Buts:

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

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

### ACTIVITÉ DE PRÉ-LECTURE

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

#### Demander aux enfants :

Que veut dire le mot différence, différent, différente?

Que veut dire le mot autisme, autiste, TED?

#### Expliquer aux enfants :

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

#### Présenter le jeu aux enfants :

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

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

### ACTIVITÉ DE LECTURE

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

### ACTIVITÉ POST-LECTURE

#### Demander aux enfants :

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

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

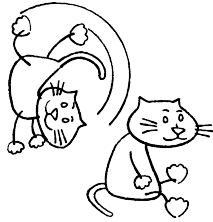
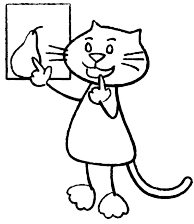

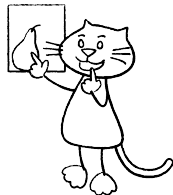
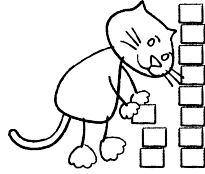
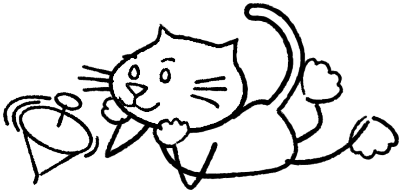
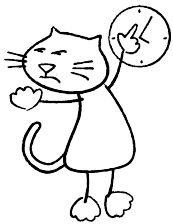
Est-ce que tu peux être ami avec une personne différente?

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

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

ANNEXE 1

LOLO, L'AUTISME

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

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

Buts:

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

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

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

### ACTIVITÉ DE PRÉ-LECTURE

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

### ACTIVITÉ DE LECTURE

Expliquer et présenter aux enfants les images de chatons:

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

### ACTIVITÉ POST-LECTURE

Demander aux enfants :

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

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

Demander aux enfants :

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

Expliquer ce que veut dire être patient, au besoin


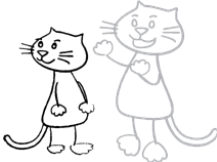
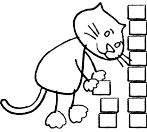






Si vous intégrez un enfant différent dans votre groupe,

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

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

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

ANNEXE 2

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

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

**HYPERSENSIBILITÉ ET HYPOSENSIBILITÉ**

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

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

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

Voici quelques exemples de comportements qui indiquent certaines sensibilités.

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)  
1-888-477-0881

## ACTIVITÉ DE PRÉ-LECTURE

Demander aux élèves :

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

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

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

## ACTIVITÉ DE LECTURE

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

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

## ACTIVITÉ POST-LECTURE

Présenter aux élèves:

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

La présentation Power Point est disponible au [www.ateducq.com](http://www.ateducq.com) dans la section trousse de sensibilisation.

Si vous intégrez un enfant différent dans votre groupe:

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

Afficher cette liste dans votre local.

## EPSILON, UN ENFANT EXTRA-ORDINAIRE

Buts:

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

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

Sensibiliser au respect de la différence.

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## JE VOUDRAIS ÊTRE TON AMI. JE SUIS AUTISTE.

Buts:

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

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

Donner des trucs simples pour intégrer et interagir avec un enfant Asperger.

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

### ACTIVITÉ DE PRÉ-LECTURE

Mentionner aux élèves:

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

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

### ACTIVITÉ DE LECTURE

Débuter l'activité en procédant à la présentation du document intitulé : « Je voudrais être ton ami. Je suis autiste. » (disponible au [www.atעדcq.com](http://www.atעדcq.com) dans la section trousse de sensibilisation.)

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

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

### ACTIVITÉ POST-LECTURE

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

Une liste résumée est disponible à l'annexe 8.

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

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

Afficher cette liste dans votre local.

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

#### ANNEXE 4

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

Être gentil et respectueux. (Ne pas te moquer de lui)

Être patient, patiente et accepter que cela prenne du temps.

Exprimer par des mots ce que tu ressens (fâché, triste, content) pour aider  
la personne à comprendre tes émotions.

Dire clairement ce que tu veux.

Exemple : « Arrêtes! Je ne veux plus que tu me chatouilles. »

Utiliser des phrases courtes et simples.

Poser des questions à la personne et l'encourager à répondre.

Lui demander de répéter si tu n'entends pas bien sa réponse.

Il ne faut pas que tu te fâches si la personne ne comprend pas tes plaisanteries.

Commencer par des jeux que la personne connaît.

T'intéresser à ce que l'ami sait faire plutôt qu'à ce qu'il ne sait pas faire.

Dire à l'avance que tu as changé d'avis.

Si la personne fait des gestes répétitifs comme jouer avec ses doigts, taper sur le bureau, tu peux laisser la personne tranquille pour qu'elle retrouve son calme.

Poser tes questions à l'éducatrice spécialisée ou au professeur.

**JE VOUDRAIS  
ÊTRE TON AMI. JE  
SUIS AUTISTE.**

LES DOCUMENTS UTILISÉS  
POUR RÉALISER CETTE ACTI-  
VITÉ TELS QUE LES LIVRES  
ET POWERPOINT SONT DISPO-  
NIBLES AUPRÈS D'AUTISME  
CENTRE-DU-QUÉBEC SUR  
DEMANDE.



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881



# MON PETIT FRÈRE DE LA LUNE

Buts:

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

## ACTIVITÉ DE PRÉ-VISIONNEMENT

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

La vidéo est d'une durée de 6 minutes.

### Présenter le vidéo aux enfants :

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

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

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

## ACTIVITÉ DE VISIONNEMENT

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

## ACTIVITÉ POST-VISIONNEMENT

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

Compléter la liste avec eux.

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

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

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

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

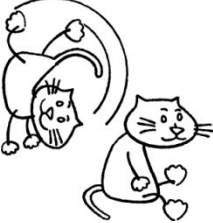

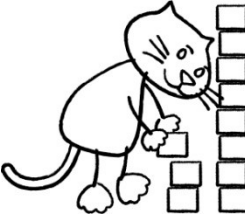

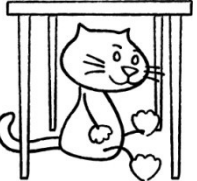


[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

ANNEXE 5

MON PETIT FRÈRE  
DE LA LUNE

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

# TOI ET MOI, ON SE RESSEMBLE

Buts:

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

Amener les élèves à prendre conscience des ressemblances dans la diversité

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## MISE EN SITUATION

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

## ACTIVITÉ

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

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

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

Les fiches « Toi » et « Moi » sont disponibles au [www.atcdq.com](http://www.atcdq.com) dans la section trousse de sensibilisation.

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

## ACTIVITÉ POST-LECTURE

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

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

Source: OPHQ. On s'élève. 2014.

**HISTOIRE DE MAXIME, LE PETIT GARÇON TRÈS ENJOUÉ**

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

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

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

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

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

Buts:

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

### MISE EN SITUATION

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

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

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

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

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

### ACTIVITÉ

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

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

### ACTIVITÉ POST-LECTURE

Demander aux élèves:

Comment t'es tu sentis lorsque tu entendais la consigne?

Était-ce difficile d'y répondre? Pourquoi?

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

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

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

Source : Participate !



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## COMPRENDRE LE LANGAGE VERBAL ET NON-VERBAL

Comprendre que si je parle à quelqu'un et qu'il regarde sa montre, cela signifie que je l'ennuie, qu'il doit partir...



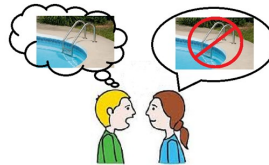
Comprendre que la consigne implicite, au téléphone, « Ta maman est là ? » veut aussi dire « Demande à ta maman de venir me parler ».



Comprendre l'ironie lorsque quelqu'un dit « Il fait chaud, hein ? » alors qu'il fait -10° dehors...



Connaître tous les mots d'une phrase, les aspects syntaxiques, décoder les mots clés de la phrase et établir des liens entre les mots : si on dit à Jean-Marc « Aujourd'hui, on ne va pas à la piscine », il s'énerve devant la porte parce qu'il a compris qu'il allait à la « piscine ». En fait, il a bien repéré le mot « piscine » mais n'a pas compris la négation.



Comprendre l'intonation d'une phrase : Matthias répond souvent oui quand on s'adresse à lui. Il ne comprend pas si c'est une question ou un commentaire.



## RECEVOIR ET TRAITER LES INFORMATIONS SENSORIELLES

Lors d'un repas, savoir suivre une conversation alors que plusieurs discussions se déroulent en même temps.



ANNEXE 7 (SUITE)

COMPRENDRE LES INFORMATIONS EN FONCTION DU CONTEXTE

Une main levée au coin d'une rue par un policier ne signifie pas la même chose que celle d'un étudiant en classe.



COMPRENDRE ET GÉRER SES ÉMOTIONS ET COMPRENDRE CELLES DES AUTRES

Comprendre le langage des yeux.  
Savoir si maman est fâchée ou contente.



Comprendre que les larmes apparaissent tant lors d'une grande tristesse que de fous - rires.



S'ADAPTER AUX DIFFÉRENTS CONTEXTES ET À LA NOUVEAUTÉ

Pour Michel, être bien habillé, c'est avoir un costume. Être habillé autrement, c'est ne pas être soigné. Résultat, il ne veut pas mettre un jean lorsqu'il va au cinéma avec des amis.

« On ne cueille pas les fleurs dans le jardin ». Depuis que Louis a appris cette règle, il est toujours très irrité lorsqu'il passe devant un fleuriste. Il ne comprend pas pourquoi le fleuriste peut cueillir des fleurs.

La maman de Karl lui demande de prendre le pot de chocolat dans l'armoire. Karl cherche après le chocolat mais dit qu'il ne le trouve pas. Quand sa maman vient voir, le pot de chocolat se trouve à sa place habituelle : Karl n'a pas reconnu le pot de chocolat car sa maman a acheté une nouvelle marque.

L'AUTISME ET LA COMMUNICATION



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## ANNEXE 8

## LES INFORMATIONS MANQUANTES

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

## L'AUTISME ET LA COMMUNICATION


[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881



## ANNEXE 8

BANQUE D'ACTIVITÉS PHYSIQUES  
À DIRE DANS UN VERRE OU TRES RAPIDEMENT SANS RÉPÉTER

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

L'AUTISME ET LA  
COMMUNICATION
[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

**ACTIVITÉ**

Se rendre sur youtube et inscrire « Ben X vf ». <https://www.youtube.com/watch?v=sl4EKoLPLSs> Visionner le film jusqu'à 8 minutes 50 secondes sans le son.

Demander aux élèves ce qui se passe dans le film.

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

Demander aux élèves et inscrire leurs commentaires au tableau :

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

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

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

Informar les élèves sur la notion de handicap :

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

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

Présenter aux élèves la description du film :

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

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

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

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

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

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

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

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

Buts:

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



Le syndrome d'Asperger se distingue des autres troubles envahissant du développement par le haut niveau de fonctionnement intellectuel observé chez les personnes qui en sont atteintes. Voici les principales manifestations du Syndrome d'Asperger :

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## LES QUALITÉS D'UNE PERSONNE AUTISTE

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

## TRUCS POUR INTERRAGIR AVEC UNE PERSONNE ASPERGER

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

# LES HANDICAPS NE SONT PAS TOUS VISIBLES

BUT:

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

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

ACTIVITÉ DE SENSIBILISATION

SECONDAIRE

## PRÉ-ACTIVITÉ

Demander aux élèves ce qu'est une personne handicapée.

Inscrire au tableau la définition de personne handicapée :

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

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

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

## ACTIVITÉ

Présenter le diaporama disponible au [www.ateducq.com](http://www.ateducq.com)

## POST-ACTIVITÉ

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## UNE RENCONTRE AVEC RENÉ

### PRÉ-ACTIVITÉ

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

Distribuer le témoignage de René aux élèves.

### ACTIVITÉ

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

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

Quels sont les comportements particuliers de René?

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

Qu'est-il arrivé à René quand il était en 4<sup>e</sup> année?

Comment les moqueries ont-elles affectées physiquement et psychologiquement René?

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

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

### POST-ACTIVITÉ

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

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

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

#### BUTS:

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

Amorcer une réflexion sur le jugement et l'intimidation



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

TÉMOIGNAGE DE RENÉ

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

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

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

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



## TÉMOIGNAGE DE RENÉ (SUITE)

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

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

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

René Mantha

UNE RENCONTRE  
AVEC RENÉ

[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881



### BUTS:

Sensibiliser les gens aux réalités vécues par les personnes autistes.

Informar les gens sur les comportements aidant à développer face à une personne autiste.

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

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

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

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

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## TÉMOIGNAGE D'ABDEL

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

## « Comment m'aider ? »

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## TÉMOIGNAGE DE JULIE

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

## « Comment m'aider ? »

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## TÉMOIGNAGE DE STEVEN

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

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

## « Comment m'aider ? »

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## MYTHES ET RÉALITÉS SUR L'AUTISME

### BUTS:

Sensibiliser les personnes à l'autisme.

Informar les personnes sur les faits concernant ce diagnostic.

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

Faciliter l'intégration des personnes autistes dans nos milieux

### ACTIVITÉ

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

### POST-ACTIVITÉ

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

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## QUESTIONNAIRE

VRAI FAUX

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

## MYTHES ET RÉALITÉS SUR L'AUTISME


[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

# MYTHES ET RÉALITÉS SUR L'AUTISME

## ANNEXE 13

### 1. L'autisme est une maladie.

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

### 2. Les personnes autistes ne parlent pas.

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

### 3. Les personnes autistes sont agressives.

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

### 4. Les personnes autistes sont des génies.

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

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

**FAUX.** Plusieurs enfants autistes vont à l'école «régulière» en bénéficiant du soutien d'une aide pédagogique. Certains réussissent même très bien sans ce soutien. Ces enfants ont néanmoins tendance à éprouver des difficultés au niveau des interactions sociales et à être vulnérables à l'intimidation.

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

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

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## MYTHES ET RÉALITÉS SUR L'AUTISME

### 8. Les personnes autistes ont une déficience intellectuelle.

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

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

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

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

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

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881



## S'OUVRIR À LA DIFFÉRENCE

BUT:

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

ACTIVITÉ DE SENSIBILISATION À L'AUTISME

POUR TOUS

### PRÉ-ACTIVITÉ

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

### ACTIVITÉ

Lecture du texte

### POST-ACTIVITÉ

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

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



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

**S'ouvrir à la différence...**

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

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

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

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

À vous d'en trouver d'autres!

Marie-Hélène Legault, psychoéducatrice



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## BIBLIOGRAPHIE

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

Fédération québécoise de l'autisme. [www.autisme.qc.ca](http://www.autisme.qc.ca). 2014.

Legault, Marie-Hélène. La sensibilisation des jeunes aux différences. [www.csmb.qc.ca](http://www.csmb.qc.ca). 2014.

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

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

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

## VOS COMMENTAIRES ET SUGGESTIONS

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

Contactez-nous au [atedcq@cgocable.ca](mailto:atedcq@cgocable.ca)  
ou encore par téléphone au 1-888-477-0881

Autisme Centre-du-Québec  
450 rue Hériot  
Drummondville, Québec  
J2B 1B5

[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881