

Autism ONTARIO

Parlons autisme :

Promouvoir l'inclusion et l'appartenance dans les salles de classe

Une ressource conçue par le personnel enseignant pour le personnel enseignant.

celebratethespectrum.com/fr

celebratethespectrum@autismontario.com

Table des matières

Introduction	3
Activités en classe	5
Autisme et neurodiversité	7
Amitiés et autres relations	15
Communication	24
Traitement sensoriel	32
Stress et régulation émotionnelle	39
Ressources pédagogiques	45
Mobilisation de la communauté et de la famille	49



Créé en collaboration avec des membres du corps enseignant de l'Ontario, dont les perspectives et l'expertise en font une ressource conçue par le personnel enseignant pour le personnel enseignant.

Introduction

Travaillons ensemble à promouvoir l'inclusion et l'acceptation dans votre classe. Comme enseignant.e.s, vous pouvez créer des espaces où chaque élève se sentira soutenu.e et valorisé.e. Cette trousse d'outils a pour but de sensibiliser vos élèves et le personnel scolaire à l'autisme et aux différentes façons dont les gens peuvent penser, peuvent apprendre et peuvent percevoir le monde. Elle encourage la compréhension et l'acceptation, de manière à créer des classes inclusives et solidaires qui favorisent l'équité et le bien-être.

Vous y trouverez des ressources et des activités pratiques qui vous aideront, vous et vos élèves, à accepter les différences et à célébrer les forces. Elle vise à :

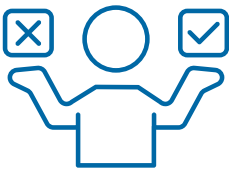
- **Donner au personnel enseignant** des outils et des stratégies concrètes.
- **Soutenir l'inclusion en classe** au moyen d'activités claires et pratiques.
- **Favoriser la collaboration** et le partage d'expériences d'apprentissage.

Cette trousse repose sur les grands principes suivants :



L'importance du choix des mots :

Un langage respectueux et réfléchi façonne la perception et encourage une culture d'acceptation. Certains individus préfèrent un langage axé sur l'identité d'abord (« un.e autiste » ou « une personne autiste »), tandis que d'autres privilégient un langage axé sur la personne (« personne avec autisme »). On encourage la souplesse et le respect des préférences.



Valorisation des forces :

Faites ressortir les capacités, les talents et les points de vue uniques plutôt que les difficultés. En tant qu'enseignant.e.s, vous championnez pour vos élèves autistes, vous les encouragez à s'épanouir et à enrichir la classe.



L'individualité dans l'autisme :

L'autisme se situe sur un spectre, où chaque individu est unique. Comme on dit, « Quand vous avez rencontrez une personne autiste, vous avez rencontré une personne autiste ». Cette trousse vous aide à valoriser les différences et à vous adapter au style d'apprentissage propre à chaque élève.

Considérations au sujet des élèves autistes

- **Les individus autistes sont les experts de leurs propres expériences.** Il est possible qu'ils aient de précieuses perspectives à partager; c'est donc à la fois utile et valorisant pour eux de les faire participer aux discussions concernant le contenu de cette trousse.
- **Sachez qu'un certain nombre d'élèves peut ignorer leur diagnostic.** Respectez leur intimité et envisagez de recadrer les activités au besoin. Reconnaissez que des élèves peuvent présenter certaines caractéristiques de l'autisme, même sans diagnostic officiel.
- **Collaborez avec les parents ou les personnes aidantes** pour vous assurer proactivement que toutes les personnes qui interviennent se sentent informées et soutenues.
- **Travaillez de concert avec la communauté de l'enfant.** Les prestataires de services et les organismes ont souvent des informations sur la meilleure façon de répondre aux besoins de l'élève, d'encourager sa participation et de favoriser son apprentissage.

Principes de conception universelle pour les classes inclusives

La conception universelle de l'apprentissage (CUA) est un cadre visant à garantir à l'ensemble des élèves l'accès et une participation au contenu pédagogique. En favorisant l'inclusion, la CUA bénéficie à toute la classe et pas seulement aux élèves autistes. Vous trouverez dans cette trousse des stratégies et des activités qui reposent sur les principes de CUA, comme :

- Offrir aux élèves plusieurs façons de participer et de démontrer leur apprentissage.
- Créer des activités flexibles, adaptables aux besoins individuels.
- Encourager la collaboration entre pairs pour bâtir dans la classe une communauté solidaire.

En appliquant les principes de CUA, vous offrez à chaque élève des occasions de réussite, favorisant ainsi une classe où l'on accueille les différences et valorise les forces. Les stratégies de CUA ne font pas qu'aider les élèves autistes; elles bonifient également l'expérience pédagogique de toute la classe.

Avant de commencer

- Chaque activité propose des options convenant à différents styles d'apprentissage. N'oubliez pas, chaque élève a sa manière propre d'accéder à l'information.
- On vous demandera souvent de choisir du matériel. Choisissez un matériel facilement accessible et qui, d'après vous, correspondra le mieux aux centres d'intérêt de vos élèves. C'est vous qui connaissez le mieux votre classe!

Conseil : Avant de dévoiler les activités aux élèves, passez-les d'abord en revue avec le personnel scolaire et/ou votre comité de parents, selon le cas.

Si vous œuvrez auprès de la petite enfance ou au palier secondaire et que vous cherchez des activités plus adaptées à ces groupes d'âge, vous pouvez accéder à d'autres trousses d'outils sur le site Célébrons le spectre.https://celebratethespectrum.com/fr/trousses-doutils/https://celebratethespectrum.com/fr/trousses-doutils/







Informations sur les activités

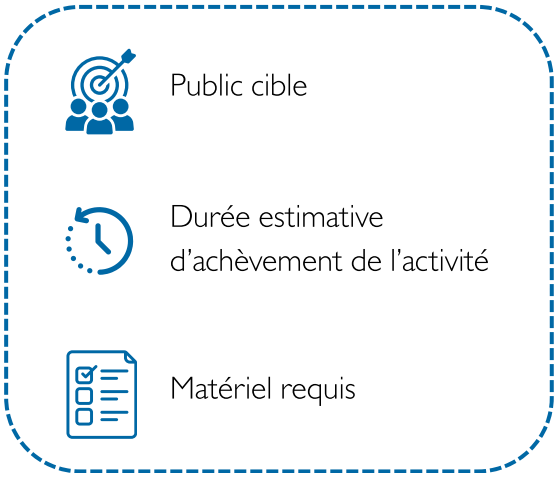
Au fil des activités, vous constaterez que les mêmes titres et sections reviennent régulièrement :

Information générale pour le personnel enseignant

- Résumé du sujet : Bref survol du sujet, y compris les concepts clés.
- Arrimages au curriculum : Comment l'activité concorde avec le programme d'études de l'Ontario.
- Objectifs d'apprentissage pour les élèves : Objectifs clairs qui exposent ce que les élèves devraient apprendre ou réaliser durant l'activité.

Information sur l'activité pour le personnel enseignant

- Public cible : Niveaux et/ou âges recommandés pour l'activité.
- Durée estimative d'achèvement de l'activité : Temps approximatif requis pour mener à terme l'activité.
- Matériel requis : Liste de tout le matériel nécessaire pour exécuter l'activité.
- Décomposition de l'activité.
  - Mise en situation : Présentation des concepts clés.
  - Déroulement : Activité ayant pour but d'approfondir et de renforcer les concepts clés.
  - Guide de discussion : Questions et incitations pour guider les discussions en classe.



Autres ressources d'apprentissage

- Ressources supplémentaires, y compris des options « À lire », « À visionner », « À écouter » et/ou « À mettre en pratique », selon le cas.

Principal message à retenir : Énoncé facile à comprendre pour les enfants qui saisit l'essentiel de la leçon ou du concept que les élèves doivent retenir.

Déclaration : Les opinions reflétées dans les vidéos et les documents n'engagent que les créateur.rice.s et ne correspondent pas nécessairement à celles d'Autisme Ontario.

Qu'est-ce que l'autisme et la neurodiversité?

L'autisme est une condition à large spectre qui affecte les individus de diverses manières et à divers degrés. Selon le Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, le trouble du spectre de l'autisme (TSA) est un trouble du développement caractérisé par des difficultés de communication sociale et des comportements répétitifs et restreints.[1] Depuis peu, on délaisse le modèle médical du handicap pour privilégier le modèle social. Le modèle médical emploie un langage basé sur les déficits et se concentre sur la correction de ces déficits par la thérapie ou la médication, tandis que le modèle social considère plutôt l'expérience individuelle du handicap dans un contexte social, en s'attachant à adapter les environnements à l'individu plutôt que l'inverse.[2]

Les personnes autistes présentent souvent :

- Des sentiments d'anxiété ou de stress lors des transitions ou lorsque leurs routines quotidiennes sont modifiées.[1]
- Des différences dans leur réactivité aux apports sensoriels.[3]
- Des différences dans la communication sociale verbale et non verbale, comme parler avec un vocabulaire limité et une absence de langage corporel et d'expressions faciales, ainsi qu'une difficulté à amorcer des interactions et à répondre à autrui.[1]



En raison de ces différences, les personnes autistes sont plus susceptibles de connaître l'intimidation, l'exclusion sociale et l'isolement à l'école.[1]

La communauté de l'autisme perçoit désormais l'autisme comme une forme de neurodiversité; autrement dit, l'autisme ne devrait pas être considéré comme un trouble mais plutôt comme une différence naturelle du fonctionnement du cerveau.[2] La neurodiversité est un mouvement social qui entend défendre les droits et promouvoir le bien-être des individus ayant des différences neurologiques, y compris l'autisme et le trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH). Cette approche de neurodiversité fait valoir que chaque individu, peu importe son fonctionnement cérébral, mérite le respect et qu'il convient d'accepter et de valoriser la diversité des esprits.[2] Cette vision de l'autisme basée sur les forces préconise de mettre l'accent sur l'inclusion, l'adaptation et un soutien individuel personnalisé.[4]

Le mouvement de la neurodiversité encourage l'emploi d'un langage personnalisé. Des recherches montrent que les personnes autistes privilégient généralement le langage axé sur l'identité d'abord (c'est-à-dire « un.e autiste » ou « une personne autiste » mais c'est toujours mieux de demander à la personne ce qu'elle préfère![5]

Au sujet de l'autisme

« Quand vous avez rencontré une personne autiste, vous avez rencontré une personne autiste » - Dr Stephen Shore

Un enfant ou jeune canadien sur 50 reçoit un diagnostic d'autisme.[1]



L'autisme est présent partout, peu importe la culture, l'ethnie, la race, l'identité de genre ou le statut socioéconomique.





L'autisme est un état permanent qui influence le mode de communication et d'interaction d'une personne avec le monde qui l'entoure.



Les personnes autistes peuvent communiquer différemment des personnes non autistes. Celles-ci comme celles-là peuvent s'efforcer d'ajuster leur mode de communication pour mieux connecter mutuellement.

L'autisme est un type de neurodiversité. Cela signifie que le cerveau d'un individu autiste peut traiter l'information différemment de celui d'une personne non autiste, ou neurotypique.



Les personnes autistes peuvent présenter des différences dans la manière dont elles traitent les sensations (son, goût, lumière, toucher, douleur, odorat, etc.).





Les personnes autistes peuvent avoir un mode de pensée innovateur et créatif et se focaliser sur des informations qui pourraient passer inaperçues.



Les adultes autistes ont le désir de travailler, mais demeurent sous-employés en raison d'obstacles systémiques et de processus d'embauche obsolètes.

Il est préférable de demander à la personne comment elle souhaite être identifiée. Elle peut préférer le langage axé sur la personne (personne avec autisme) ou le langage axé sur l'identité (personne autiste).



Même si le diagnostic est « trouble du spectre de l'autisme », beaucoup de personnes autistes préfèrent le terme « différence » pour décrire l'autisme, car il élimine toute stigmatisation négative.



Références

1. Agence de la santé publique du Canada. (2022). Trouble du spectre de l'autisme: Faits saillants de l'enquête canadienne sur la santé des enfants et des jeunes de 2019. *Agence de la santé publique du Canada.* https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/trouble-spectre-autisme-enquete-sante-canadienne-enfants-jeunes-2019.html
2. Deloitte. (2022). Embracing neurodiversity at work: How Canadians with autism can help employers close the talent gap. *Auticon.* https://auticon.com/ca-en/wp-content/uploads/sites/5/2023/01/22-03-30-Deloitte_Auticon_AutismEmploymentStudy_Final.pdf

Comment le personnel enseignant peut-il soutenir les élèves autistes? Stratégies et meilleures pratiques



Collaborer avec l'individu et sa famille. Faites participer les familles et leur équipe interprofessionnelle à la formulation des plans d'apprentissage individualisés. Vous pouvez également donner aux élèves autistes l'occasion d'apporter leur point de vue et leur savoir sur les soutiens et stratégies.



Faire preuve de souplesse. Ajustez vos attentes et vos exigences aux différents styles d'apprentissage.[6] Offrez un soutien supplémentaire, décomposez les tâches en petites étapes et incorporez des activités d'intégration sensorielle.[2] Utilisez des appuis visuels, comme des horaires visuels, pour structurer l'apprentissage.



S'amuser. Adaptez les consignes et les activités aux centres d'intérêt des élèves autistes. L'utilisation de personnages représentant des centres d'intérêt spécifiques peut être un facteur de motivation et d'engagement.



Encourager les interactions sociales et le jeu. Incorporez des activités de groupe structurées qui favorisent les interactions sociales avec les pairs. Les jeux de rôle et les mises en situation peuvent servir à enseigner les réponses sociales appropriées et à mettre en pratique des habiletés sociales comme le tour de rôle, l'interaction verbale et la coopération.[6]



Tenir compte de l'environnement. Renseignez-vous sur les distractions sensorielles de vos élèves et aménagez l'espace physique de manière à encourager les interactions entre pairs.[6] Au besoin, vous pouvez faire participer les élèves autistes aux décisions concernant l'endroit où ils ou elles s'assoient, et avec qui, et toute autre considération d'environnement.[7]



Éviter les présupposés. Présumez le potentiel des élèves autistes et prenez le temps de comprendre leur style d'apprentissage, leurs intérêts spécifiques et leurs capacités cognitives.[6]



Se renseigner davantage. Approfondissez votre connaissance et votre compréhension des caractéristiques autistiques, notamment des points forts et des besoins individuels, ainsi que des conséquences de l'autisme sur l'apprentissage et le comportement de votre élève.[8]

Arrimages au curriculum[9]

Matière	Niveaux applicables	Domaine	Résumé
Éducation physique et santé	1–8	Apprentissage des habiletés socioémotionnelles	Le personnel enseignant peut introduire les thèmes de l'autisme et de la neurodiversité dans le cadre de la compréhension de l'identité personnelle et de l'encouragement d'un environnement d'apprentissage inclusif et respectueux.
Études sociales	1–6	Communauté et environnement	Le personnel enseignant peut aider les élèves à explorer la diversité au sein de leur communauté.
Français	1–8	Communication orale	Le personnel enseignant peut encourager une discussion respectueuse sur la diversité et promouvoir la compréhension et l'empathie.

Objectifs d'apprentissage pour les élèves

- **Comprendre que l'autisme et la neurodiversité sont l'écho de différences dans les modes de pensée, de communication et d'interaction des gens :** Les élèves seront capables de décrire l'autisme et la neurodiversité comme étant des variations dans le mode de perception du monde par les gens.

- **Reconnaître et apprécier les forces, les intérêts et les modes de résolution de problèmes de chaque individu :** Les élèves reconnaîtront que chaque individu, y compris les personnes autistes, présente des forces, a des difficultés et possède des façons uniques de résoudre les problèmes, favorisant ainsi une meilleure appréciation de la diversité.

Décomposition de l'activité

Mise en situation

En classe, discutez de ce que vous savez déjà sur l'autisme.

Déroulement

1)Visionnez en classe la vidéo ci-dessous adaptée au groupe d'âge.

Public cible : De la maternelle à la 8e année

Durée estimative d'achèvement de l'activité : 20 minutes

Matériel requis

- Vidéo adaptée au groupe d'âge
- Projecteur ou tableau intelligent

Maternelle : Lors d'une sortie au parc, Caillou rencontre Sophie, une petite fille autiste. Elle ne parle pas, n'aime pas l'agitation mais remarque beaucoup de belles choses qui échappent au regard des autres enfants. À sa manière, elle communique avec Caillou. À ses côtés, Caillou apprend à connaître l'autisme et comprend surtout que les enfants autistes aiment s'amuser, comme les autres enfants. À la fin de la journée, Caillou est heureux de s'être fait une nouvelle amie.

Visionner la vidéo

1ère à la 3e année : Dans cette histoire touchante, Arthur se sent différent de ses camarades de classe. Le petit zèbre s'inquiète du fait que ces derniers ne remarquent que sa « rayure d'autisme ». Avec l'aide de sa maman, Arthur apprendra à apprécier toutes ses autres rayures. Celles-ci représentent les forces qui lui sont propres et qui font de lui un être unique !

Visionner la vidéo

4e à la 8e année : L'autisme aussi appelé trouble du spectre de l'autisme (TSA), est une condition neurodéveloppemental qui affecte la façon dont une personne interagit avec le monde. En termes simples, les personnes autistes peuvent percevoir, communiquer, et interagir socialement différemment. L'autisme n'est pas une maladie, mais plutôt une différence neurologique avec des manifestations variables.

Visionner la vidéo

Guide de discussion

Après avoir visionné la vidéo, discutez des questions suivantes au sujet des personnes qu'on voit dans les vidéos :

- Quelles sont certaines des forces de la personne ou des personnes?
- Quelles sont certaines des choses que la personne ou les personnes aiment?
- Quels sont certains des éléments pour lesquels la personne ou les personnes pourraient avoir besoin d'aide?
- Quelle chose en particulier cette vidéo vous a-t-elle apprise sur l'autisme?

Il peut être utile de demander aux élèves de répondre à ces questions à leur sujet :

- Quels sont tes talents?
- Qu'est-ce que tu aimes faire?
- Pour quelles choses en particulier as-tu parfois besoin d'aide?

Décomposition de l'activité

Mise en situation

Discutez des différences individuelles dans le fonctionnement du cerveau des gens. Vous pourriez utiliser un livre ou faire une lecture à voix haute pour enseigner ces informations à la classe : Guide de livres pour enfants à offrir en cadeau

Déroulement

1. Avant l'activité, interchangez quelques pièces entre les différents casse-tête.
2. Divisez la classe en groupes.
3. Remettez à chaque groupe une boîte de casse-tête et demandez aux élèves d'assembler le casse-tête.
4. Laissez au groupe 5 à 10 minutes pour résoudre le problème.

Public cible : De la maternelle à la 8e année

Durée estimative d'achèvement de l'activité : 20 minutes

Matériel requis
- Casse-tête adaptés au groupe d'âge

Guide de discussion

Après la période de résolution de problème, discuter avec la classe :

- Lève ta main si tu as essayé de faire le casse-tête.
- Lève ta main si tu es parti.e à la recherche des morceaux du casse-tête.
- Lève ta main si tu as commencé à poser des questions.
- Est-ce que quelqu'un a fait quelque chose d'autre pour résoudre le problème?
- Qu'est-ce que vous avez remarqué dans la façon dont les élèves ont tenté de résoudre les problèmes?

Conseil : Si vos élèves sont plus âgé.e.s et capables de le faire, vous pouvez discuter de la manière dont les différentes stratégies appliquées par chaque membre de l'équipe ont aidé l'équipe à se rapprocher de la résolution du problème.

À lire	À lire	À mettre en pratique
Découvrez notre Guide de livres pour enfants à offrir en cadeau pour les livres sur l'autisme.	Renseignez-vous davantage : L'Autisme et neurodiversité : repenser la manière dont nous percevons les différences	En classe, forgez une chaîne des points forts pour mettre en valeur les forces particulières de chaque élève.



Principal message à retenir : Le cerveau de chaque individu fonctionne de sa propre façon, et c'est ce qui rend chaque personne unique! Certaines personnes, comme les personnes autistes, peuvent percevoir et faire les choses différemment, et c'est tout à fait correct. Nous pouvons tous et toutes apprendre à remarquer ce qui fait de chaque individu une personne exceptionnelle, et à collaborer pour aider chaque personne à s'épanouir.

Quelle est l'importance des amitiés et des autres relations?

Les amitiés et les relations sont essentielles à l'expérience scolaire des enfants et reposent sur les intérêts communs, la confiance et le soutien mutuel.[11] Les enfants passent beaucoup de temps à l'école, où se présentent davantage d'occasions de nouer des liens avec leurs pairs. Avoir des liens avec d'autres personnes présente de nombreux avantages, notamment pouvoir apprendre de ces personnes, acquérir de l'empathie et développer l'acceptation des différences individuelles.[12]

Les pairs tout comme le personnel enseignant jouent un rôle vital dans la réussite sociale des enfants autistes.[13] Le fait de connaître le rôle important des pairs et de comprendre les aspects qui nécessitent un soutien supplémentaire permettra au personnel enseignant d'encourager ces relations et de bonifier l'expérience scolaire des enfants autistes.

Amitiés et autres relations chez les enfants et les jeunes autistes

Un certain nombre d'enfants et de jeunes autistes comprend ce que signifie être un.e ami.e, et souhaitent nouer des relations significatives.[11] Malheureusement, des recherches ont montré que les enfants autistes connaissent davantage de solitude et de difficultés dans leurs relations d'amitié, comparativement à leurs pairs.[14, 15]

Les enfants autistes ont souvent du mal avec les habiletés de communication et de socialisation. Il.elle.s peuvent avoir des problèmes avec les habiletés verbales et non verbales, et de la difficulté à comprendre les signaux sociaux et à faire preuve d'empathie. Il.elle.s peuvent également avoir des comportements répétitifs qui distraient les autres, ce qui peut expliquer pourquoi il.elle.s sont souvent mal accepté.e.s par leurs pairs et ont peu d'occasions de nouer contact avec eux.[13] Pour surmonter ces différences et s'intégrer, un grand nombre d'enfants et de jeunes autistes masque leurs traits autistiques.[11] La recherche montre que le masquage peut être préjudiciable à la santé mentale des jeunes autistes.[16] Plus précisément, il existe un lien entre le masquage et les symptômes d'anxiété, de dépression, de détresse et de suicidalité.



Conseil : Trouver de bons modèles de pairs dans la classe et le reste de la communauté scolaire peut être très bénéfique non seulement pour les enfants autistes de votre classe, mais aussi pour toute la communauté scolaire.[13] Faciliter l'établissement de relations avec les enfants présentant des différences peut s'avérer une excellente occasion d'apprentissage pour tout le monde.

Comment le personnel enseignant peut-il aider les élèves autistes à établir et à entretenir des amitiés et d'autres relations? Stratégies et meilleures pratiques



Encourager l'autonomie. Laissez aux élèves du temps libre pour explorer et interagir avec leurs pairs. Créez un espace propice au jeu libre et aux interactions sociales, et intervenez si les élèves ont besoin de conseils.[19]



Favoriser les connexions. Si des conseils sont nécessaires, incitez les élèves à jouer avec leurs pairs. Vous pouvez les encourager à participer et à s'investir plus longtemps dans des activités parallèles.[19, 20]



Modeler les interactions sociales adéquates en montrant aux élèves comment interagir avec autrui, s'ils ou elles ne le savent pas. Vous pouvez montrer comment discuter à tour de rôle et comment s'exprimer en classe dans divers rôles.[20]



Faire preuve de souplesse quand vous aidez les élèves à interagir avec leurs pairs. Offrez-leur la possibilité de faire des choix dans leurs interactions, par exemple choisir à quoi jouer ou à quel endroit s'assoir pendant les activités de groupe, ou choisir à qui se joindre pendant les pauses. Ces choix peuvent stimuler leur intérêt à établir des connexions et à développer des amitiés.[20]



Respecter leur expérience. Les enfants autistes peuvent avoir une compréhension différente de l'amitié que leurs camarades non autistes, et c'est normal![19] Par exemple, leur compréhension peut davantage privilégier certains aspects de l'amitié, comme passer du temps ensemble, plutôt que les liens plus profonds fondés sur la proximité émotionnelle.[11]



S'amuser. Essayez de rendre amusant et ludique le processus de création d'amitié en utilisant des récits d'amitié, des récits sociaux, ou des marionnettes pour les jeux de rôle ou les interactions. Chaque fois que c'est possible, incorporez et exploitez les intérêts spécifiques des élèves.[19]

Le problème de la double empathie. Tout comme les personnes non-autistes peuvent ne pas comprendre les autistes, les autistes peuvent avoir du mal à comprendre les non-autistes. Il en est ainsi parce que chaque groupe pense, ressent et communique différemment, ce qui complique l'établissement de liens. Des études ont montré que les personnes autistes interagissent souvent plus efficacement avec d'autres personnes autistes parce qu'elles partagent des modes de pensée et de communication similaires, ce qui facilite la compréhension et l'interaction.[17, 18]

Arrimages au curriculum[9]

Matière	Niveaux applicables	Domaine	Résumé
Éducation physique et santé	1–8	Relations saines	Le personnel enseignant peut aider les élèves à comprendre en quoi consistent les relations respectueuses et les amitiés entre les élèves neurodivergent.e.s et leurs pairs.
Études sociales	1–6	Communauté et environnement	Le personnel enseignant peut aider les élèves à explorer comment la diversité bénéficie aux communautés et favorise le respect des différences individuelles.
Français	1–8	Communication orale et écrite	Le personnel enseignant peut aider les élèves à apprendre à communiquer avec empathie et écoute active pour favoriser la compréhension et l'acceptation.

Objectifs d'apprentissage pour les élèves

- **Identifier les qualités qui font un.e bon.ne ami.e et un.e allié.e :** Les élèves seront capables de décrire des actions empreintes de gentillesse, de respect et d'inclusivité lorsqu'il.elle.s nouent des amitiés avec des pairs qui peuvent penser, communiquer ou jouer différemment.

- **Élaborer des stratégies favorisant des interactions inclusives et significatives avec les pairs :** Les élèves apprendront et expérimenteront des stratégies comme attirer l'attention d'un pair de manière appropriée, faire preuve de patience, respecter les différences et entamer des activités basées sur des intérêts communs ou spécifiques.

Décomposition de l'activité

Mise en situation

Avec toute la classe, discutez de ce que signifie être un bon ami ou une bonne amie.

Montrez aux élèves l'affiche « Comment être un ami ou une amie » pertinente et fixez-la au mur pour amorcer la discussion.

Public cible : De la maternelle à la 8e année

Durée estimative d'achèvement de l'activité : 15 minutes

Matériel requis

- Affiche « Comment être un ami ou une amie »

Conseil : Encouragez vos élèves à s'ouvrir à des façons de jouer qui peuvent leur sembler différentes. Tout le monde ne joue pas de la même manière ni n'a les mêmes intérêts. Il est important de respecter les choix d'autrui, surtout quand la personne essaye quelque chose de nouveau.



Comment être un ami ou une amie

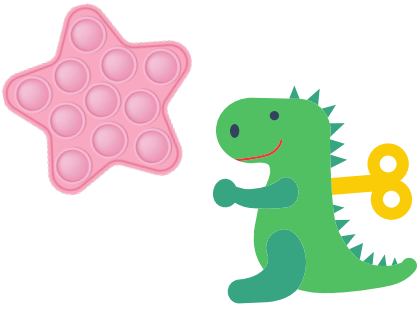
On joue ensemble!



1 **Attire son attention**
Dis son nom ou montre-lui un jouet!



2 **Offre un choix**
Demande « Préfères-tu des voitures ou des blocs? »
(Montre les jouets!)



3 **Essaye quelque chose de nouveau**
Choisis un autre jouet si l'enfant cesse de jouer.



4 **Montre comment jouer**
Fais des bruits de voiture ou empile des blocs pour montrer comment faire!



5 **Chacun son tour**
Partage les jouets et laisse l'autre enfant jouer à tour de rôle!

6 **Sois gentil ou gentille**
Dis « Bien fait! » ou « Belle tour! »

Comment être un ami ou une amie

1 **Attire son attention**
Dis le nom de ton ami.e, assure-toi qu'il ou elle peut te voir, ou montre-lui quelque chose qui pourrait l'intéresser. Demande-lui de participer au jeu ou à la conversation, mais si la personne refuse, ce n'est pas grave. Le simple fait de savoir qu'elle est bienvenue est important.





2 **Écoute et apprends**
Sois curieux ou curieuse! Tu peux lui demander ce qu'il ou elle aime faire. Par exemple, « Veux-tu jouer au soccer ou dessiner avec moi? » ou « Qu'est-ce que tu aimes faire la fin de semaine? ».

3 **Communique de façon claire**
Si tu veux que la personne participe à un jeu, tu peux lui montrer comment jouer ou quoi faire. Utilise un langage clair et aimable. Le sarcasme ou les blagues peuvent parfois prêter à confusion - efforce-toi de parler d'une manière directe et réfléchie.





4 **Fais preuve de patience**
Ça peut signifier accorder plus de temps à la personne quand c'est son tour, ou attendre de voir si elle veut réagir en parlant ou en te montrant quelque chose. N'hésite pas à lui donner de l'espace et du temps!

5 **Fais preuve de gentillesse et d'encouragement**
Fais savoir à ton ami.e que tu t'amuses avec lui ou elle en lui disant des choses aimables comme « J'aime beaucoup ton dessin » ou « Wow, beau botté ».



Déroulement

L'enseignant.e dit : « Nous allons jouer à un jeu pour nous aider à être des ami.e.s! »



1. On se prépare!
Placez-vous en cercle.

2. À l'action!
Je dirai un geste d'amitié.
Passez à l'action avec l'ami.e qui est à côté de vous.
Quand je dis « FIGE », on arrête et on écoute.

3. On réfléchit!
Après chaque arrêt, je vais poser une question.
Pensez à la façon dont des ami.e.s pourraient faire les choses de différentes manières.

À l'action!	On réfléchit!
Saluez un ou une amie de la main.	Qu'est-ce qui se passe si votre ami.e vous salue d'une manière différente ou ne vous retourne pas le salut?
Faites semblant de demander à quelqu'un de jouer.	Et si la personne dit oui avec des images ou un appareil? Comment l'inclure?
Montrez que ça vous fait plaisir de voir votre ami.e.	Certaines personnes expriment différemment leur joie ou leur enthousiasme. Comment peut-on savoir si elles sont heureuses?
Servez-vous de votre corps pour montrer que vous écoutez.	Comment une écoute attentive nous aide-t-elle à comprendre les personnes qui s'expriment différemment?
Faites semblant d'attendre votre tour.	Pourquoi est-il important de faire preuve de patience quand quelqu'un a besoin de plus de temps?

Conseil : Un **geste d'amitié** est une petite chose aimable que vous effectuez pour montrer à quelqu'un que vous souhaitez être son ami.e ou l'inclure dans ce que vous faites. Ça peut être un signe de la main, un sourire, partager un jouet, montrer un objet intéressant ou dire « bonjour ». Ces gestes aident à créer des liens et à faire en sorte que tout le monde se sent bienvenu.

Guide de discussion

Une fois que votre classe a parlé de l'affiche et terminé le jeu, abordez les questions suivantes sur l'amitié :

- Avez-vous un ou une amie qui fait les choses différemment de vous? Qu'est-ce qu'il ou elle aime ou n'aime pas, contrairement à vous? Comment communiquez-vous mutuellement? Est-ce toujours facile de vous comprendre?
- Comment pouvez-vous mieux comprendre votre ami.e? Est-ce que le fait de lui poser des questions ou d'apprendre comment il ou elle aime communiquer pourrait aider?
- Pourquoi est-il important d'être patient ou patiente quand une personne prend plus de temps pour répondre ou quand elle joue d'une autre manière?
- Que ressentez-vous quand quelqu'un ne vous comprend pas tout à fait?
- Que pourrait ressentir une personne autiste quand les autres ne comprennent pas sa manière de communiquer ou de jouer?

À lire	À écouter	À mettre en pratique
Consultez notre Guide de livres pour enfants à offrir en cadeau, pour des idées de livres sur les amitiés et les relations.	Écoutez l'épisode Mon ami Tom pour en apprendre plus.	Lisez Cultiver l'amitié : Une bande dessinée pour les enfants autistes et remplissez les pages d'activités connectées.



Principal message à retenir : Être un ou une amie veut dire que nous démontrons de la gentillesse, de la patience et du respect envers les autres, même quand ils ou elles pensent, parlent ou jouent différemment de nous. En écoutant, en incluant les autres et en trouvant des activités amusantes à faire ensemble, nous pouvons nouer des amitiés qui rendent tout le monde heureux et bienvenu.

Pour comprendre les différences communicationnelles auxquelles se heurtent plusieurs élèves autistes, il importe de reconnaître que la parole, le langage et la communication sont des habiletés différentes qui opèrent ensemble.

Quelles sont les habiletés de parole?

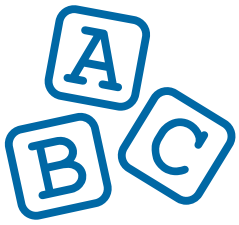
La parole est la capacité de produire des sons pour former des mots et des phrases.[21] Elle consiste également à contrôler le volume (faible ou fort), la hauteur de la voix (grave ou aigu) et le rythme. Ces habiletés aident la personne qui écoute à distinguer les affirmations des questions, à reconnaître l'urgence de la situation et à comprendre le sens de ce qui est dit.



Des recherches montrent qu'environ 25 à 40 % des personnes autistes ne sont pas capables d'utiliser la parole d'une manière fiable, autonome ou fonctionnelle.[22, 23] Un certain nombre d'élèves utilise moins de dix mots (ce qui est considéré comme non fonctionnel), et d'autres ne parleront pas du tout.[24]

Quelles sont les habiletés de langage?

Le langage fait appel à des mots et des phrases pour communiquer un sens.[21] La grammaire façonne le langage en véhiculant un supplément d'information comme le temps passé, présent et futur, le singulier et le pluriel, et par l'emploi de pronoms.



Un certain nombre d'élèves autistes a de grandes difficultés avec les habiletés de langage, tandis que d'autres posséderont de solides habiletés en la matière.[25]

Quelles sont les habiletés de communication?

La communication est l'utilisation du langage (langage parlé ou autre méthode) à des fins sociales, notamment :



- Poser des questions et y répondre
- Fournir des informations
- Avoir des conversations bilatérales

En quoi consiste la communication :

- Écouter une autre personne pour comprendre ce qu'elle dit.
- Utiliser le langage de manière significative et délibérée.
- Communication non verbale, comme l'expression du visage, les gestes (p. ex. hochements de tête, signaux de la main, haussements d'épaules), le contact visuel ou le regard.
- Habiletés de communication préverbale, comme se tenir à côté de quelque chose pour le demander, prendre quelqu'un par le bras et l'emmener à l'endroit ou à l'objet souhaité, ou même des formes de communication plus précoces (crier, pleurer, etc.).
- Habiletés spécialisées, comme considérer le point de vue d'autrui et l'autoréflexion.

Les différences communicationnelles sont fréquentes chez les élèves autistes et font partie des critères diagnostiques de l'autisme. Un certain nombre d'élèves peut utiliser les habiletés de communication préverbale pour tenter d'exprimer un besoin ou un désir. Il importe que le personnel enseignant reconnaisse que ces comportements de communication préverbale peuvent être pour l'élève une tentative d'établir un lien ou d'interagir avec une autre personne.

Pour d'autres élèves, les difficultés peuvent davantage concerner les habiletés de communication complexe, comme la compréhension et l'emploi d'expressions idiomatiques, de jeux de mots, du sarcasme et de l'humour. L'élève autiste peut ne pas comprendre les choses du point de vue d'autrui, ce qui complique les interactions sociales.[25]

Comment le personnel enseignant peut-il faciliter la communication des élèves autistes? Stratégies et meilleures pratiques



Même si les habiletés de parole, de langage et de communication sont souvent mieux soutenues par un personnel professionnel externe, notamment des orthophonistes et des analystes du comportement, il existe plusieurs stratégies et soutiens auxquels le personnel enseignant peut recourir pour favoriser l'émergence d'un environnement inclusif pour les élèves autistes.

Communication suppléante et alternative* (CSA)

- **Explorez l'utilisation de la communication suppléante et alternative (CSA).** Les systèmes de CSA aident les individus à exprimer leurs besoins et leurs désirs de différentes manières. Il existe de nombreux types de communication suppléante et alternative.
  - Systèmes basés sur l'image, comme le système de communication par échange d'images (PECS).
  - Langue des signes.
  - Dispositifs/appareils à sortie/synthèse vocale tels que : Proloquo2Go, les applications PECS, Touch Chat, TDSnap et d'autres.
- **Faites participer l'équipe interprofessionnelle de votre école** à l'évaluation des besoins de l'élève et au choix du système qui convient le mieux. Il peut également être utile de contacter les professionnel.les externes qui travaillent actuellement avec l'élève pour savoir s'ils ou elles envisagent d'utiliser la communication suppléante et alternative à la maison et dans la communauté.

**Aussi appelée suppléance à la communication et communication alternative, communication améliorée et alternative/alternative et améliorée (CAA)*

Langage d'enseignement

- **Utiliser en classe le langage qui correspond aux habiletés de l'élève.** Par exemple, l'emploi d'un langage clair et simple adapté à son âge peut faciliter la compréhension.
- **Éviter les termes ambigus.** Remplacez les expressions comme « bientôt » par quelque chose de plus précis, comme « dans cinq minutes ». De même, au lieu de dire « Veux-tu aider à ranger ton coin? », employez une formulation directe et concrète : « Range les jouets que tu utilises. »
- **Considérer la quantité d'informations ou de directives que vous donnez à la fois.** Au lieu de dire « Avant qu'on se prépare à sortir, range ton espace de jeu », essayez de donner des instructions étape par étape, dans l'ordre qui convient : « Range les jouets », puis, une fois que c'est fait, « Mets tes souliers d'extérieur et ton manteau ».[26]

L'enseignement direct est une approche pédagogique basée sur des données probantes qui s'avère particulièrement efficace pour les enfants autistes. Cette méthode fait appel à un enseignement clair, structuré, progressif et explicite pour aider les élèves à développer leurs habiletés langagières et scolaires. Pour en apprendre plus sur l'enseignement direct et ses bienfaits pour les élèves autistes, consultez le personnel-ressource en autisme de votre conseil scolaire.

Utiliser des appuis visuels

- **Envisagez différents types d'appuis visuels,** y compris des objets, des images, des tableaux de choix et des horaires visuels. Des élèves peuvent se servir de ces appuis pour exprimer leurs besoins et leurs désirs, par exemple en pointant du doigt un élément sur un tableau de choix. D'autres peuvent utiliser des appuis visuels plus complexes, par exemple une application pour tablette pour comprendre l'horaire de leur journée et cocher les activités terminées.
- **Utilisez des appuis visuels AVEC des consignes verbales.** Par exemple, si vous utilisez une image de la cour d'école pour faciliter la transition vers l'extérieur, vous pouvez aussi dire « C'est le temps de sortir pour la récréation ». Une communication multimodale (c.-à-d. parole, gestes et appuis visuels) peut véhiculer une meilleure information à l'élève qu'un mode unique.



Conseil : Même si l'utilisation d'appuis visuels, d'indices et d'incitations peut faciliter la compréhension, le recours à ce type de matériel nécessite des habiletés préalables. Par exemple, l'élève doit comprendre qu'une image ou un symbole représente un objet ou un lieu réel. Pour plus d'informations et d'idées sur l'utilisation des appuis visuels, consultez la trousse d'AIDE Canada :

- https://aidecanada.ca/fr/resources/apprendre/communication/Ameliorer-la-communication.

Arrimages au curriculum[9]

Matière	Niveaux applicables	Domaine	Résumé
Éducation artistique	1–8	Art dramatique	Le personnel enseignant peut aider les élèves à explorer le langage corporel, les expressions faciales et la manière de promouvoir l'empathie pour divers styles de communication.
Language	1–8	Communication orale	Le personnel enseignant peut souligner l'importance des différents styles de communication, notamment la parole, la langue des signes et les méthodes de communication suppléante et alternative.

Objectifs d'apprentissage pour les élèves

- **Identifier et explorer les différentes façons dont les gens communiquent :** Les élèves reconnaîtront que la communication peut se faire par des mots parlés, des gestes, des images ou des instructions écrites, et que les individus peuvent préférer ou se fier à différentes méthodes de communication.

- **Démontrer une compréhension de la manière dont la clarté peut favoriser l'inclusion :** Les élèves seront capables d'identifier des stratégies, comme l'emploi de consignes claires ou de multiples formes de communication, permettant de mieux comprendre et soutenir divers styles de communication dans leur classe.

Décomposition de l'activité

Mise en situation

Visionner la vidéo Employer un langage clair.
Dites ce que vous avez ressenti en regardant la vidéo.

- Qu'avez-vous remarqué au sujet des dessins réalisés par les jeunes?
- Comment ça s'est passé la première fois? À quoi ressemblaient leurs dessins?
- À quoi ressemblaient leurs dessins la deuxième fois?
- Quel langage ou quels mots les ont aidés à dessiner l'image la deuxième fois?



Public cible : De la maternelle à la 8e année



Durée estimative d'achèvement de l'activité : 20 minutes



Matériel requis

- Vidéo
- Papier et outils d'écriture

Déroulement

1. Divisez les élèves en paires ou en petits groupes.
2. Placer un séparateur entre les élèves afin qu'il.elle.s puissent s'entendre sans se voir ou sans voir les dessins des autres.
3. L'élève 1 dessine une image simple (p. ex. une personne, une fleur, un chien, un chat, un arbre) sans la montrer à l'élève 2 ou à son groupe.
4. Sans dire ce qu'est l'image, l'élève 1 donne des consignes claires à l'élève 2/son groupe pour l'aider recréer le dessin. L'élève 1 peut décrire les formes (p. ex. cercles, lignes, triangles), les tailles, les directions et les positions (p. ex. « dessine un petit cercle en haut de la page »).
5. L'élève 2/son groupe écoute attentivement et essaie de dessiner ce qui est décrit.
6. Une fois le dessin terminé, demandez aux élèves de comparer leurs images. Ensuite, inversez les rôles pour que chacun.e puisse décrire et dessiner.



Conseil : L'élève 1 ne doit pas nommer le dessin ni donner d'indices à son sujet. L'objectif est de s'exercer à communiquer clairement en utilisant uniquement un langage descriptif.

Guide de discussion

Une fois que tout le monde a eu l'occasion de jouer chaque rôle, discutez des questions suivantes en groupe :

- Était-il facile ou difficile d'expliquer votre dessin à votre partenaire ou à votre groupe?
- Qu'est-ce qui aurait facilité la communication avec votre partenaire ou votre groupe?
- Qu'est-ce que vous avez appris?
- Comment pouvons-nous travailler ensemble pour appuyer les divers styles de communication dans notre classe?



À lire	À visionner	À mettre en pratique
Pour en savoir plus sur les stratégies de communication propres aux élèves non verbaux, vous pouvez consulter la boîte à outils d'AIDE Canada Soutenir les personnes ayant un langage limité.	Pour en savoir plus sur la façon dont le PEI peut servir à faciliter la communication, visionnez Aligner les objectifs de communication du PEI sur la réussite scolaire .*	Pour un exemple de la façon dont les appuis visuels peuvent favoriser une communication claire, regardez VLOC//KNAR : L'importance d'une communication claire.

**Ce webinaire est enregistré en anglais cependant le matériel de cours est disponible en français.*



Principal message à retenir : Les gens communiquent de multiples façons : par la parole, par des gestes, par des images ou par la technologie, et c'est très bien comme ça! En utilisant des moyens clairs et simples pour partager des idées, nous aidons chaque individu à se sentir inclus et compris.

Qu'est-ce que le traitement sensoriel?

Le traitement sensoriel est la façon dont notre système nerveux reçoit les informations de nos sens et y réagit, préférablement de manières qui ont du sens et qui sont adaptées à la situation.[27] Les informations sensorielles englobent la vue (vision), l'ouïe (audition), le goût (gustation), le toucher (tactile), l'odorat (olfaction) et la localisation du corps dans l'espace (proprioception et sens vestibulaire). Chaque individu peut traiter différemment l'information de son environnement.

Certaines personnes réagissent davantage (hyper-) ou moins (hypo-) aux stimuli sensoriels que leurs pairs. Ces différences de réaction peuvent engendrer du stress, de l'anxiété et parfois des douleurs physiques.[28]

Hypersensibilité : Les réactions de l'enfant aux informations sensorielles sont plus intenses, se produisent plus rapidement et durent parfois plus longtemps.[3, 27]



Ce que vous pourriez observer :

- L'enfant se couvre les oreilles, les yeux ou le nez.
- Irritation par les vêtements.
- Inconfort ou douleur face aux lumières vives/aux bruits forts.
- Intolérance à certaines textures alimentaires.
- Intolérance aux mains « sales » ou « collantes ».
- Perturbation par les transitions ou les changements de routine.

Hyposensibilité : L'enfant réagit moins aux sensations. Parfois, il ou elle prend plus de temps à répondre ou à réagir, ou il faut que la sensation soit plus intense et plus durable pour qu'il ou elle réagisse.[3, 27]



Ce que vous pourriez observer :

- Léthargie.
- Sous-réaction aux lumières vives ou aux bruits forts.
- Seuil élevé de sensation ou de douleur.
- Peut ne pas se rendre compte que quelqu'un le.la touche.
- Passivité, repli sur soi ou vouloir jouer à des jeux solitaires.

Recherche ou envie de stimulation sensorielle : En raison de leur hyporéactivité sensorielle, un certain nombre d'enfants possède un besoin irrésistible d'apport sensoriel. Ces enfants « ont une envie presque insatiable d'expériences sensorielles et recherchent activement des sensations, souvent de manières socialement inacceptables ».[27]

Ce que vous pourriez observer :

- L'enfant aime écraser, frapper, cogner ou sauter.
- Prend des risques excessifs en jouant; grimpe haut dans les arbres, saute au sol à partir de meubles hauts.
- Musique et télévision à très haut volume.
- Lèche, suçote ou mâchouille des objets non alimentaires comme des cheveux, des crayons ou des vêtements.
- Colère (parfois explosive) lorsqu'on lui demande de rester assis.e ou de cesser son activité.
- Tend à créer des situations que les autres perçoivent comme « mauvaises » ou « dangereuses ».
- Affection excessive.



Différences de traitement sensoriel chez les enfants et les jeunes autistes

Des recherches montrent que la plupart des enfants autistes présentent des différences dans leur façon de traiter l'information sensorielle, où les hypersensibilités sont plus fréquentes que les hyposensibilités.[29, 30] Ces différences peuvent avoir un impact significatif sur divers aspects de la vie quotidienne.[31] :

- **Alimentation :** Sensibilité accrue au goût et à l'odorat, causant une anxiété et/ou des comportements rigides à l'heure des repas.
- **Sommeil :** Difficulté à dormir, en particulier à s'endormir.

Les différences de traitement sensoriel peuvent entraîner des comportements externalisés (comme l'agressivité ou l'évitement scolaire); elles peuvent également mener à des comportements internalisés comme la dysrégulation émotionnelle, l'anxiété et la dépression.[31, 32] Les causes et les mécanismes de ce phénomène font encore l'objet d'études.[31]

Comment le personnel enseignant peut-il appuyer les élèves autistes qui ont des troubles du traitement sensoriel? Stratégies et meilleures pratiques



Déterminer les besoins d'équipement. Par exemple, assurez-vous que les sièges conviennent aux élèves. Pour les élèves qui ont la bougeotte toute la journée, vous pourriez envisager des sièges mobiles (p. ex. des tabourets oscillants ou des fauteuils à bascule), ou des options debout.



Essayer un autre éclairage. L'éclairage fluorescent peut être un déclencheur. Vous pourriez éteindre les plafonniers, ou encore tamiser ou éteindre les autres lumières.



Offrir un casque antibruit ou un lieu calme et apaisant. Un casque antibruit peut aider à atténuer les bruits de la salle de classe, tandis qu'une pièce ou un lieu calme et apaisant peut diminuer la stimulation sensorielle et aider l'élève à s'autoréguler. (Voir « Stress et régulation émotionnelle »).



Prévoir des pauses sensorielles ou des pauses-mouvement. En offrant de fréquentes pauses sensorielles ou pauses-mouvement, vous aidez l'élève à évacuer l'excès d'énergie qu'il.elle peut ressentir ou simplement à recanaliser son énergie. Prévoir à l'horaire des pauses-mouvement peut contribuer à renforcer l'autorégulation des élèves. (Voir « Stress et régulation émotionnelle »).



Offrir des objets à manipuler. Ces objets peuvent souvent aider l'élève à obtenir un apport sensoriel d'une façon qui répond à ses besoins sans perturber ses camarades.



Accorder des pauses régulières quand les élèves sont calmes. Cela peut faciliter la régulation et favoriser un environnement d'apprentissage positif.



Utiliser un horaire visuel ou un tableau « d'abord/ensuite » *. Cela contribuera à préserver une routine scolaire constante ainsi qu'à structurer la journée de l'élève et à la rendre prévisible.



Apprendre à connaître l'élève. Observer et noter ce qu'il.elle aime et ce qui lui déplaît.



Faire appel à d'autres soutiens scolaires. Si votre conseil scolaire offre d'autres services de soutien (p. ex. orthophonistes, ergothérapeutes, travailleurs ou travailleuses sociales), prévalez-vous de leur expertise.

**Aussi appelé tableau « Avant-Après », « Maintenant-Ensuite ».*

Arrimages au curriculum[9]

Matière	Niveaux applicables	Domaine	Résumé
Éducation physique et santé	1–8	Habiletés socioémotionnelles	Le personnel enseignant encourage une conscientisation aux besoins sensoriels personnels et comment respecter ceux d'autrui.
Science et technologie	1	Systèmes vivants	Le personnel enseignant aide les élèves à explorer la façon dont les êtres humains perçoivent le monde par le truchement de leurs différents sens.
Éducation artistique	1–8	Arts visuels, Musique	L'exploration sensorielle permet aux élèves d'expérimenter différents stimuli sensoriels et les aide à comprendre les différences de traitement sensoriel.

Objectifs d'apprentissage pour les élèves

- **Comprendre les différences individuelles de préférences sensorielles :** Les élèves seront capables de voir que les gens ont des réactions différentes aux expériences sensorielles (par exemple au niveau de la vue, de l'audition, du goût, de l'odorat et des textures) et de respecter ces différences.

- **Trouver des stratégies pour gérer l'inconfort sensoriel d'une manière respectueuse et soutenante :** Les élèves seront capables de réfléchir ensemble pour proposer des outils ou des actions pouvant les aider personnellement, ou aider autrui, à gérer les expériences sensorielles qu'ils ou elles trouvent inconfortables.

Décomposition de l'activité

Mise en situation

Demandez aux élèves « Quels sont vos cinq sens? »
On montre où se situent nos sens :

- Ouïe (montrez les oreilles)
- Vue (montrez les yeux)
- Goût (montrez la bouche)
- Odorat (montrez le nez)
- Toucher (montrez les mains)

Public cible : De la maternelle à la 3e année

Durée estimative d'achèvement de l'activité : 20 minutes

Matériel requis
- Aucun

Déroulement

1. Montrez des images ou des objets réels, en demandant aux élèves d'aller d'un côté de la salle s'ils ou elles « aiment ça », et de l'autre côté s'ils ou elles « n'aiment pas ça ».

- Qui aime l'odeur des biscuits qui cuisent? Qui aime l'odeur du brocoli? Qui aime l'odeur de la pizza? Qui aime l'odeur des vidanges?
- Qui aime le bruit des chaussures d'une personne qui marche dans le couloir? Qui aime entendre un chien aboyer? Qui aime le bruit d'un ballon qui éclate?
- Qui aime manger de la crème glacée? Qui aime manger des aliments épicés? Qui aime manger des avocats? Qui aime manger des craquelins? Qui aime manger des petits pois?
- Qui aime regarder les feuilles des arbres? Qui aime regarder la télévision? Qui aime voir des blessures/du sang? Qui aime regarder des films d'horreur?
- Qui aime la sensation d'un pyjama? Qui aime la sensation des jeans? Qui aime la sensation des étiquettes de vêtements? Qui aime se faire couper les cheveux? Qui aime la sensation de la glu? Qui aime les câlins?

2. On peut parfois utiliser différentes stratégies quand une sensation nous déplaît. Réfléchissons ensemble à quelques stratégies :

- Que pourriez-vous faire si vous devez vous asseoir dans un autobus à côté de quelqu'un qui est très bruyant?
- Que pourriez-vous faire si vous goûtez un sandwich préparé par votre mère mais que vous ne l'aimez pas?
- Que pourriez-vous faire si votre chemise a une étiquette qui vous gratte?
- Que pourriez-vous faire si des ami.e.s de vos parents essaient toujours de vous faire un câlin, alors que vous n'aimez pas toucher les personnes que vous ne connaissez pas bien?
- Que pourriez-vous faire si quelqu'un met un film d'horreur que vous ne voulez pas regarder?

Conseil : Si vous avez de l'équipement dans votre classe, comme des casques antibruit ou des fauteuils à bascule, ce serait une bonne idée d'en démontrer l'utilité.

Guide de discussion

Après avoir discuté des préférences sensorielles de chacun.e et exploré des stratégies de soutien, discutez de ces questions avec toute la classe :

- Qu'est-ce que vous avez remarqué au sujet de ce que les gens aiment et n'aiment pas?
- Si vous remarquez qu'une personne n'aime pas une chose qu'elle touche, voit, entend, goûte ou sent, comment pouvez-vous l'aider? (Par exemple dire à un.e enseignant.e ce que vous remarquez, ou proposer d'autre chose.)

À lire	À visionner	À mettre en pratique
Consulter le Guide de livres pour enfants à offrir en cadeau, pour des idées de livres sur le traitement sensoriel.	Pour mieux comprendre les besoins sensoriels des personnes autistes, visionner L'expérience sensorielle.	Organiser la Chasse au trésor sensorielle pour pratiquer davantage l'identification des sensations.



Principal message à retenir : Chacun et chacune perçoit le monde différemment à travers ses sens : Certaines personnes aiment les lumières vives ou les sons forts, d'autres non. En comprenant et en respectant ces différences, nous pouvons trouver des moyens d'aider tout le monde à se sentir à l'aise et en sécurité.

Vous devriez aborder ce sujet avec les élèves après avoir exécuté toutes les autres activités de cette trousse d'outils. Il synthétise la manière dont les différences dans les modes de pensée, de communication et de traitement de l'information sensorielle peuvent parfois causer du stress aux personnes autistes.

Conseil : Cette leçon aidera les élèves à comprendre comment le stress peut s'accumuler et se manifester différemment d'une personne à l'autre.

Qu'est-ce que le stress et la régulation émotionnelle?

Le stress peut prendre la forme de sentiments, de pensées ou de comportements qui surgissent quand on se sent dépassé.e ou quand on tente de composer avec quelque chose qui s'est produit, qui se produit ou qui se produira dans le futur.[33] Les gens réagissent au stress de différentes manières, avec des réponses différentes[34] souvent décrites comme « lutte, fuite ou figement » ou « combattre, fuir, figer ». En d'autres termes, le corps d'une personne réagit au stress en devenant plus intense sur le plan physique, émotionnel ou comportemental, en évitant le stress ou en se refermant.[35] Avec le temps, le stress peut affecter la santé physique et mentale des gens et leur qualité de vie globale.[36]

La façon dont on apprend à gérer le stress et à faire face aux sentiments, pensées et comportements qui s'y rattachent est communément appelée régulation. L'autorégulation consiste à gérer de manière autonome ses émotions, son attention et son comportement.[37] Ces habiletés sont essentielles au développement car elles sont reliées à la réussite scolaire, à la résilience et à la capacité de nouer des relations sociales avec ses pairs.[38]

Stress et régulation émotionnelle pour les enfants et les jeunes autistes

Il est essentiel d'apprendre aux jeunes enfants les habiletés d'autorégulation. Tout d'abord, l'enfant doit faire l'expérience de la corégulation, où un adulte bienveillant répond constamment à ses besoins émotionnels et l'aide à apaiser ses réactions physiques au stress.[39] Alors que leurs pairs au développement typique peuvent apprendre à s'autoréguler vers quatre ou cinq ans, les enfants autistes peuvent avoir besoin de plus de temps et de soutien, en raison de différences dans leur développement cognitif et communicationnel. [38, 40] Les enfants autistes ont également du mal à reconnaître les émotions, tant les leurs que celles des autres. Ce pourrait être une bonne idée de leur apprendre à nommer les émotions et à expliquer comment elles se manifestent dans le corps.[41]

En grandissant, les enfants autistes peuvent continuer à réagir différemment au stress que leurs pairs neurotypiques. Leur système nerveux peut réagir avec plus ou moins d'intensité que prévu lorsqu'ils ou elles subissent du stress, et même en période de repos.[38, 42, 43] En raison de l'activité particulière de leur système nerveux, il.elle.s peuvent prendre plus de temps à retrouver leur calme et à reprendre l'apprentissage.[44]

Comment le personnel enseignant peut-il aider les élèves autistes dans la régulation émotionnelle et face au stress? Stratégies et meilleures pratiques

Éviter les présupposés. Quand une personne autiste présente des différences sensorielles ou de mouvement, on suppose souvent que ces différences sont « problématiques » ou « difficiles », ou que la personne a une déficience intellectuelle concomitante.[45]

> « Trop souvent, les enfants autistes sont élevé.e.s dans l'idée qu'il.elle.s ont un défaut et doivent être réparé.e.s. »[45]

Faire preuve de calme et de patience. En tant qu'adulte de confiance, votre calme influencera la capacité de l'enfant ou du.de la jeune à réguler ses émotions. Accordez aux élèves autistes davantage de temps pour se réguler et assimiler leurs expériences.

> « Essayez de comprendre toutes les attitudes et tous les comportements de nos enfants, leur cœur et leurs sentiments. »[46]

Observer le besoin sous-jacent. Les réactions de stress représentent la façon dont le corps communique la non-satisfaction d'un besoin. Ce besoin peut être biologique (p. ex. faim ou soif), social (p. ex. incompréhension de la manière de participer à un jeu avec ses pairs), émotionnel (p. ex. sentiment de tristesse ou de peur) ou sensoriel (p. ex. salle de classe trop bruyante ou trop chaude), ou encore il peut ne pas être évident aux yeux des personnes qui observent.

Enseigner les émotions. Expliquez à vos élèves ce que sont les émotions, lisez des livres sur la façon de les reconnaître et nommez la forme qu'elles prennent et le sentiment qu'elles font naître dans le corps.

Offrir des possibilités de choix et de contrôle. Pour les élèves, pouvoir choisir l'ordre des activités ou le matériel utilisé peut réduire le niveau de stress et les réactions associées.[47]

Reconnaître les approches basées sur les forces. Focalisez sur ce que vos élèves savent bien faire ou les centres d'intérêt de vos élèves, pour développer leur compétence et leur confiance dans la gestion du stress.[48]

Se renseigner davantage. Les recherches sur le soutien à la régulation émotionnelle des personnes autistes évoluent constamment. Continuez à vous prévaloir des occasions de formation pour enrichir votre trousse d'outils.

Arrimages au curriculum[9]

Matière	Niveaux applicables	Domaine	Résumé
Éducation physique et santé	1–8	Habilités socioémotionnelles	Le personnel enseignant donne des conseils sur la gestion du stress et la mise en pratique de stratégies d'autorégulation.
Science et technologie	5	La santé et les systèmes du corps humain	Le personnel enseignant explique la réponse du corps au stress et enseigne des stratégies d'adaptation.

Objectifs d'apprentissage pour les élèves

- **Détecter et communiquer les stresseurs personnels et les stratégies d'apaisement :** Les élèves seront capables de reconnaître les situations, les événements ou les expériences qui leur causent du stress et d'identifier au moins une stratégie ou une activité qui les aide à se sentir calmes ou régulé.e.s.

- **Prendre conscience des divers stresseurs et mécanismes d'adaptation, y compris ceux vécus par les individus autistes :** Les élèves montreront qu'il.elle.s comprennent que les stresseurs peuvent être différents pour chaque personne et que les stratégies d'autorégulation peuvent varier selon les besoins individuels.

Décomposition de l'activité

Mise en situation

Demandez à vos élèves de parler d'occasions où ils ou elles ont ressenti différentes émotions. Les élèves peuvent lever la main et partager des situations, ou vous pouvez les inviter à le faire (par exemple : « Levez la main et parlez-moi d'une occasion où vous avez ressenti… »).

Il peut être utile de commencer par présenter les émotions, pour que tout le monde comprenne ce que signifie être triste, en colère, inquiet.ète, effrayé.e, heureux ou heureuse, excité.e, calme, etc.



Public cible : De la maternelle à la 8e année



Durée estimative d'achèvement de l'activité : 20 minutes



Matériel requis

- Sac à dos ou autre type de sac
- Objets lourds neutres (p. ex. blocs solides) qui peuvent servir à représenter les stresseurs



Conseil : Pour des suggestions sur la façon de parler des émotions, vous pouvez lire des livres pour enfants mentionnés dans le Guide de livres pour enfants à donner en cadeau

Déroulement

1. Demandez à chaque élève d'indiquer quelque chose qui le.la stresse. Ça peut être quelque chose qui engendre de la tristesse, de la colère, de l'inquiétude ou de la peur.
2. Demandez à chaque élève de placer dans le sac à dos un objet qui représente son stresseur.



Conseil : Dans le cas des très jeunes enfants, vous pouvez leur demander de dessiner le facteur de stress sur une note autocollante et ensuite de l'apposer sur l'objet avant de placer l'objet dans le sac.

3. À mesure que l'activité progresse, le sac se remplira visiblement. Demandez aux élèves « À votre avis, comment on se sentirait en portant ce sac à dos, maintenant qu'il est rempli de toutes ces choses stressantes? »

4. Demandez à chaque élève d'indiquer quelque chose de réconfortant. Ça peut être une chose qui leur procure de la joie ou un état de calme.

5. Discutez de ces exemples :

- Qui prend des marches?
- Qui boit une gorgée d'eau?
- Qui fait une pause dans un endroit calme?
- Qui serre dans ses bras son jouet préféré?
- Qui a toujours un objet apaisant sur soi? (pour les élèves plus âgé.e.s)

6. Pour chaque exemple fourni, demandez à l'élève de retirer un objet du sac à dos jusqu'à ce qu'il soit vide.

Guide de discussion

Une fois que tout le monde a eu l'occasion de contribuer, discutez de ces questions avec toute la classe :

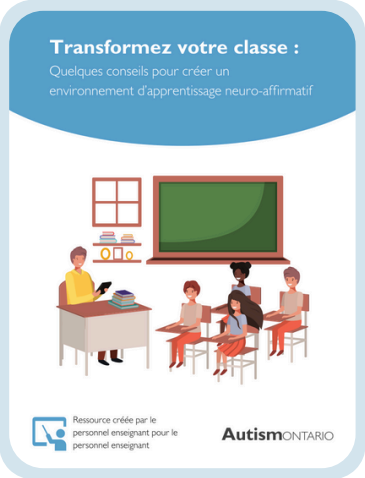
- Pouvez-vous donner quelques exemples de choses qui stressent les élèves? Est-ce que certains de ces stresseurs sont « invisibles », ou sont des choses que les autres élèves ne remarqueraient pas?
- Est-ce que ce genre de stresseurs vous a déjà causé une « grosse émotion » ou une forte réaction?
- Après avoir appris ce qu'est l'autisme, pouvez-vous penser à des stresseurs que les personnes autistes pourraient subir? Discutez d'idées reliées à la communication, aux amitiés et aux relations, ainsi qu'au traitement sensoriel.

Note aux élèves : Aujourd'hui, nous avons parlé de plusieurs facteurs de stress et des méthodes qu'on utilise pour vider notre sac de stresseurs. Si vous vous sentez accablé.e ou stressé.e, ou si vous remarquez que votre ami.e se sent accablé.e ou stressé.e, vous pouvez en parler à votre enseignante ou enseignant ou à un autre adulte dans la classe. C'est important d'être en sécurité, et une des façons de le faire est de parler à votre enseignant ou enseignante.

À mettre en pratique	À écouter	À visionner
Pour aider vos élèves à développer leurs capacités d'adaptation, demandez-leur de construire une boîte de bien-être.	Découvrez des méditations guidées pour les enfants et les ados : Méditation enfant, se libérer des peurs/colères et harmonisation des chakras MÉDITATION [Guidée] DE L'ARBRE : Ancrage & concentration pour enfants ⚓ - JE SUIS BIEN Technique de relaxation pour adolescents Relaxation pour ados : calme et concentration en 7 minutes	Pour une discussion plus approfondie sur la santé mentale des enfants autistes, regardez la série Parlons santé mentale https://www.youtube.com/playlist?list=PLDio9OX0K7ZZ_ZSSlqdJFOVFV0cC4ZKYj

Principal message à retenir : Tout le monde ressent du stress de temps en temps, mais ce qui nous stresse – et ce qui nous apaise – peut être différent d'une personne à l'autre. En apprenant ce qui fonctionne pour nous et en respectant ce qui aide les autres, nous pouvons toutes et tous prendre soin de nous et nous soutenir mutuellement.

Autisme Ontario offre au personnel enseignant toute une série de ressources d'apprentissage qui les aideront à promouvoir l'acceptation de l'autisme. Ces ressources en français et en anglais comprennent des documents et des webinaires accessibles qui couvrent divers sujets pour le personnel scolaire, les personnes aidantes et les défenseur.e.s des droits des personnes autistes. Ces ressources sont accessibles en tout temps, et nous vous encourageons à y recourir pour enrichir votre classe et y créer un environnement plus accueillant.



Transformez votre classe : Quelques conseils pour créer un environnement d'apprentissage neuro-affirmatif – ressource

Ressource rédigée par le personnel enseignant pour le personnel enseignant, qui explique comment créer une classe neuro-affirmative où chaque élève est un membre apprécié de la communauté. Aucun.e élève n'est perçu.e comme ayant un défaut ou en besoin d'être « réparé.e ». En aménageant soigneusement votre espace, votre enseignement, vos évaluations et vos routines, vous pouvez créer un environnement accueillant et bénéfique pour chaque élève dans votre classe.



Naviguer parmi les services d'éducation spécialisée (en anglais) – webinaire à la demande

Dans ce webinaire, un groupe d'expert.e.s nous offre de précieuses informations et des conseils pratiques pour naviguer efficacement parmi les services d'éducation spécialisée, en particulier pour les enfants qui entrent pour la toute première fois dans le système scolaire ou qui ont récemment reçu un diagnostic d'autisme. Les expert.e.s soulignent les aspects cruciaux que sont la communication, l'établissement de relations et les droits de l'enfant à l'éducation.



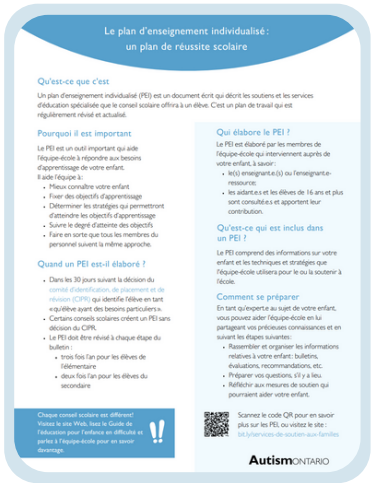
Qu'est-ce que l'autostimulation? – ressource

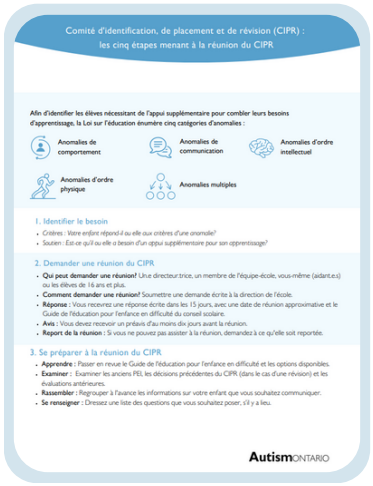
Cette ressource explique les comportements d'autostimulation, leurs différentes fonctions et les situations où une intervention peut s'avérer nécessaire. Elle souligne l'importance de comprendre les comportements d'autostimulation chez les personnes autistes et offre des conseils sur les réponses qui conviennent.

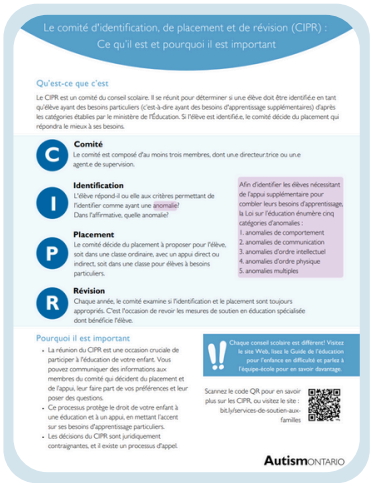
Éducation spécialisée : Ressources

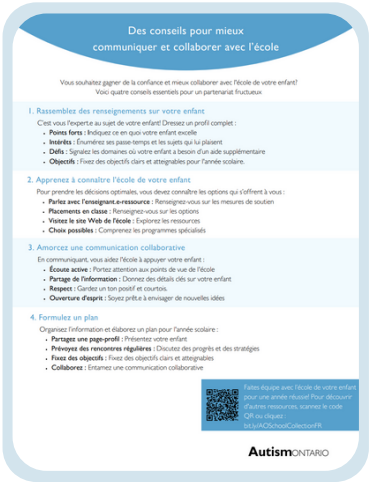
Cette série de fiches-conseils a pour but de présenter aux parents et aux personnes aidantes les différents soutiens disponibles à l'école pour leur enfant autiste.

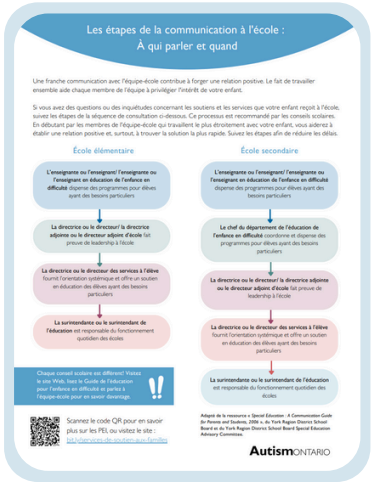
- Le plan d'enseignement individualisé : un plan de réussite scolaire
- Comité d'identification, de placement et de révision : les 5 étapes menant à la réunion du CIPR
- Le comité d'identification, de placement et de révision (CIPR) : ce qu'il est et pourquoi il est important
- Des conseils pour mieux communiquer et collaborer avec l'école
- Les étapes de la communication à l'école: à qui parler et quand













Collaborating with Your School (en anglais) – vidéo

Découvrez quatre conseils essentiels pour améliorer la communication et la collaboration entre l'école et les parents/personnes aidantes. Ces stratégies pratiques aident à forger de plus solides relations entre l'école et la maison et favorisent l'émergence d'un environnement scolaire plus inclusif et solidaire.

À vos marques, prêts…on apprend – cahier d'activités

Les périodes de préparation à l'école et de rentrée scolaire peuvent être éprouvantes, mais vous pouvez proposer cette série de cahiers d'activités aux parents et aux personnes aidantes pour aider les élèves à acquérir les compétences clés pour le retour à l'école ainsi que pour la rentrée à la maternelle, au moyen d'activités ludiques. On y trouve des stratégies pratiques et stimulantes que les parents peuvent appliquer à la maison pour améliorer divers aspects du développement, dont la motricité fine et globale, le jeu et la communication.

À vos marques, prêts… on apprend! Quelques parcours ludiques de préparation à l'école
À vos marques, prêts… on apprend! Activités à faire à la maison pour les 4 à 6 ans







Tout sur moi - formulaire à remplir

Les documents « Tout sur moi » constituent un outil utile pour présenter des renseignements sur les forces et les intérêts d'une personne, ainsi que sur les aspects pour lesquels elle pourrait avoir besoin d'aide. C'est un document simple que vous pouvez remettre aux familles pour les aider à recueillir de l'information sur la meilleure façon d'appuyer leur enfant ou leur jeune.



S'orienter dans un nouveau diagnostic – page de renvoi

Cette page présente aux parents et aux personnes aidantes une variété de ressources et de soutiens auxquels ils ou elles peuvent accéder pour s'orienter au sein de la communauté de l'autisme après le diagnostic de leur enfant ou de leur jeune. Ces ressources comprennent des formations en direct, des vidéos, des renseignements sur les groupes d'entraide et des documents écrits.



Apprendre ensemble : ressources gratuites d'Autisme Ontario

Les ressources d'apprentissage d'Autisme Ontario sont créées par une équipe interdisciplinaire de spécialistes travaillant avec la communauté de l'autisme. Elles comprennent des stratégies et des informations éclairées par des données probantes, issues à la fois d'expériences vécues et de recherches universitaires.

Maternelle – 3e année

Mobiliser l'ensemble de la communauté scolaire au sujet de l'autisme et de la neurodiversité peut favoriser l'émergence d'une culture d'inclusion et d'acceptation. Les élèves qui participent à ces initiatives se sentent responsabilisé.e.s, développent de l'empathie et apprennent qu'il.elle.s peuvent contribuer à faire de leur école un lieu accueillant pour tout le monde. Créer des occasions de collaboration aide à renforcer la cohésion de la communauté scolaire.

Conseil : Faites participer tous vos élèves, aussi bien autistes que neurotypiques, aux initiatives mises sur pied dans l'école et dans la communauté pour promouvoir l'inclusion et l'appartenance.

Activité : Annonces

Vos annonces matinales sont une excellente occasion de célébrer l'autisme et de faire de l'éducation à ce sujet, tout en favorisant la création d'un environnement scolaire plus solidaire et inclusif. Nous vous proposons deux types d'annonces à essayer dans votre école.

Option 1- Engagement de la classe

« Bonjour tout le monde! Saviez-vous que notre école travaille fort pour être un lieu où tout le monde se sent chez soi? Ça signifie célébrer tous nos points communs mais aussi tout ce qui nous différencie les uns et les unes des autres!

Aujourd'hui, nous vous proposons un défi amusant. Prenez quelques instants pour réfléchir à ces questions :

- De quelles façons peut-on faire preuve de compréhension et de gentillesse les uns et les unes envers les autres?
- Comment faire pour que tout le monde se sent inclus?



Nous aimerions beaucoup entendre vos idées géniales! Donnez vos réponses à votre enseignant ou votre enseignante, et nous en diffuserons quelques-unes demain lors des annonces. Travaillons ensemble pour faire de notre école un endroit encore plus extraordinaire!

Vous pouvez encourager les salles de classe à recueillir, à enregistrer et à soumettre les réponses qui seront présentées le lendemain.

Option 2- Introduction à la Journée mondiale de l'autisme

*** Vous pouvez utiliser cette option pour les mois de mars et d'avril de chaque année.*

« Cette année, notre école est ravie de participer à la campagne « Célébrons le spectre » d'Autisme Ontario pour la Journée mondiale de l'autisme! La Journée mondiale de l'autisme est une journée très importante partout au Canada, parce qu'elle permet de souligner les luttes et les triomphes des personnes autistes tout en unissant les familles, les écoles, les communautés et les dirigeant.e.s dans leurs efforts visant à bâtir un Ontario plus solidaire et inclusif pour tout le monde. Oeuvrons ensemble pour célébrer la diversité, pour nous soutenir mutuellement et pour aider chacun et chacune à se sentir chez soi! »

Activité : babillards

Les babillards sont un excellent moyen pour votre école d'entrer en contact avec la communauté au sens large, que ce soit dans une salle de classe, dans un couloir ou même un espace numérique comme une application de communication - là où c'est le plus accessible pour les familles! Concevez un babillard attrayant, coloré et informatif. Voici quelques suggestions d'éléments à inclure :

- Des informations intéressantes sur l'autisme et les personnes autistes
- Des ressources utiles pour les familles
- De l'information sur la Journée mondiale de l'autisme

Pour plus d'inspiration et de ressources, explorez les ressources d'apprentissage d'Autisme Ontario.





Activité : organiser une collecte de fonds

Organisez une collecte de fonds à votre école pour soutenir Autisme Ontario et sensibiliser les gens à l'autisme! Quelques idées : ventes de pâtisseries, tirages, ventes aux enchères silencieuses, soirées-quizz, journées décontractées/d'habillement libre.

Activité : Mobilisation sur les réseaux sociaux

Exploitez le pouvoir des médias sociaux pour faire connaître la façon dont votre école encourage l'inclusion et l'acceptation tout en soutenant Autisme Ontario. Utilisez #CélébronsleSpectre, #Journéemondialedel'autisme et #AutismeOntario pour amplifier l'impact!

Conseil : Avant de publier des photos d'élèves, vérifiez la politique de votre école concernant la publication de photos.



Voici quelques idées de contenu que vous pourriez publier ou partager :

Vidéo « Voix des élèves » : Enregistrez de courtes vidéos d'élèves répondant aux questions « Que signifie l'inclusion pour toi? » ou « Comment pouvons-nous nous soutenir mutuellement à l'école? ». Combinez leurs réponses dans un montage émouvant qui illustre le pouvoir de la bienveillance et de l'appartenance.

Message carrousel : Regroupez une série de diapositives accompagnées de récits sur l'autisme. Vous pourriez contacter les élèves autistes de votre école, leurs camarades ou les membres de leur famille pour leur demander ce qu'ils ou elles aimeraient faire connaître de leur expérience. Les élèves peuvent soumettre des photos, des témoignages, etc. Terminez par une diapositive encourageant l'inclusion.

Conseil : Pour la sécurité de toutes et tous, utilisez une méthode anonyme de communication ou de publication.



Vitrine d'activités : Publiez des photos ou des vidéos d'élèves participant à une activité de sensibilisation à l'autisme, comme celles présentées dans cette trousse. Incluez des légendes expliquant l'importance de l'activité.

Conseil : Pensez à ajouter une légende à votre publication : « Les élèves ont participé à [nom de l'activité], une activité qui sensibilisait à l'autisme et favorisait l'appartenance. Des moments comme celui-ci contribuent à créer une école plus inclusive pour tout le monde. »

Publication célébrant l'appartenance : Publiez une image ou une vidéo célébrant les gestes d'inclusion, d'acceptation et d'appartenance des élèves dans leur communauté scolaire. #CélébronsleSpectre, #Journéemondialedel'autisme, #AutismeOntario



Conseil : Pensez à ajouter une légende à votre publication : « Cette semaine, nous voulons célébrer le sentiment d'appartenance à notre école. Voici quelques moments que nous avons remarqués. Les petits gestes ont un grand impact. #CélébronsleSpectre, #Journéemondialedel'autisme, #AutismeOntario

Publication sur la mobilisation familiale : Partagez des conseils ou des ressources pour les familles sur l'autisme à la maison, comme des liens vers des vidéos, des livres ou des ressources d'Autisme Ontario.

Pleins feux sur l'inclusion : Présentez une courte série de publications mettant en lumière la manière dont différents membres de la communauté scolaire – élèves, personnel enseignant et autres membres du personnel de l'école – favorisent l'inclusion. Chaque publication peut inclure une citation, une photo ou une courte vidéo d'une personne expliquant ce que l'inclusion signifie pour elle ou comment elle l'encourage activement.



Conseil : Pensez à ajouter une légende à votre publication : « Rencontrez les élèves, et le personnel qui font de nos écoles un lieu plus inclusif. Restez à l'écoute pendant que nous mettons de l'avant leurs récits et leurs idées pour encourager l'appartenance. #CélébronsleSpectre, #Journéemondialedel'autisme, #AutismeOntario »

Références

[1] Hirota, T., et King, B. H. (2023). Autism spectrum disorder: A review. Journal of the American Medical Association, 329(2), 157-168. https://doi.org/10.1001/jama.2022.23661

[2] Danlys Detzer, A. (2017). Neurodiversity in the classroom: Pilot of a training resource for teachers educating autistic inclusion students in a general education setting. Antioch University Seattle. https://aura.antioch.edu/etds/360/

[3] Case-Smith, J., Weaver, L. L., et Fristad, M. A. (2015). A systematic review of sensory processing interventions for children with autism spectrum disorders. Autism, 19(2), 133–148. https://doi.org/10.1177/1362361313517762

[4] Cherewick, M., et Matergia, M. (2024). Neurodiversity in practice: A conceptual model of autistic strengths and potential mechanisms of change to support positive mental health and wellbeing in autistic children and adolescents. Advances in Neurodevelopmental Disorders. https://doi.org/10.1007/s41252-023-00348-z

[5] Najeeb, P., et Quadt, L. (2024). Autistic well-being: A scoping review of scientific studies from a neurodiversity-affirmative perspective. Neurodiversity, 2. https://doi.org/10.1177/27546330241233088

[6] Lisdiana, A., Rochyadi, E., Sunardi, S., et Rakhmat, C. (2024). Enhancing social skills of children with autism spectrum disorder: The impact of differentiated learning in inclusive elementary schools. Journal of Educational Management and Instruction (JEMIN), 4(2), 307–318. https://doi.org/10.22515/jemin.v4i2.9718

[7] Lebenhagen, C. (2022). Autistic students' views on meaningful inclusion: A Canadian perspective. Journal of Education, 204(9). https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/00220574221101378

[8] Roberts, J., et Webster, A. (2022). Including students with autism in schools: a whole school approach to improve outcomes for students with autism. International Journal of Inclusive Education, 26(7), 701–718. https://doi.org/10.1080/13603116.2020.1712622

[9] Ministère de l'Éducation. (2024). Curriculum. https://www.dcp.edu.gov.on.ca/fr/curriculum#elementaire

[10] Agence de santé publique du Canada. (2022). Trouble du spectre de l'autisme : Faits saillants de l'enquête canadienne sur la santé des enfants et des jeunes de 2019. Repéré le 18 décembre 2024 à https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/trouble-spectre-autisme-enquete-sante-canadienne-enfants-jeunes-2019.html

[11] Cresswell, L., Hinch, R., et Cage, E. (2019). The experiences of peer relationships amongst autistic adolescents: A systematic review of the qualitative evidence. Research in Autism Spectrum Disorders, 61, 45–60. https://doi.org/10.1016/j.rasd.2019.01.003

[12] Kasari, C., Locke, J., Gulsrud, A., et Rotheram-Fuller, E. (2011). Social networks and friendships at school: Comparing children with and without ASD. Journal of Autism and Developmental Disorders, 41(5), 533–544. https://doi.org/10.1007/s10803-010-1076-x

[13] Locke, J., Gulsrud, A., et Kasari, C. (2009). Who makes a good friend? Characteristics of peer models for children with autism. https://www.researchgate.net/publication/268132808_Who_Makes_a_Good_Friend_Characteristics_of_Peer_Models_for_Children_with_Autism

[14] Bauminger, N., et Kasari, C. (2000). Loneliness and friendship in high-functioning children with autism. Child Development, 71(2), 447–456. https://doi.org/10.1111/1467-8624.00156

[15] Chamberlain, B., Kasari, C., et Rotheram-Fuller, E. (2007). Involvement or isolation? The social networks of children with autism in regular classrooms. Journal of Autism and Developmental Disorders, 37(2), 230–242. https://doi.org/10.1007/s10803-006-0164-4

[16] Klein, J., Krahn, R., Howe, S., Lewis, J., McMorris, C., et Macoun, S. (2024). A systematic review of social camouflaging in autistic adults and youth: Implications and theory. Development and Psychopathology, 1–15. https://doi.org/10.1017/S0954579424001159

[17] Milton, D., Gurbuz, E., et López, B. (2022). The 'double empathy problem': Ten years on. Autism, 26(8), 1901–1903. https://doi.org/10.1177/13623613221129123

[18] Milton, D. E. M. (2012). On the ontological status of autism: the 'double empathy problem.' Disability & Society, 27(6), 883–887. https://doi.org/10.1080/09687599.2012.710008

[19] Chang, Y.-C., Shih, W., et Kasari, C. (2016). Friendships in preschool children with autism spectrum disorder: What holds them back, child characteristics or teacher behavior? Autism, 20(1), 65–74. https://doi.org/10.1177/1362361314567761

[20] Krone, M. W., et Yu, S. (2019). Promoting friendship development in inclusive early childhood classrooms: A literature review. International Journal of Early Childhood Special Education, 183–193. https://doi.org/10.20489/intjecse.670477

[21] Joyal, M., et Tremblay, P. (2020). Difference between speech, language, and communication. https://speechneurolab.ca/en/difference-between-speech-language-and-communication/

[22] Tager-Flusberg, H., et Kasari, C. (2013). Minimally verbal school-aged children with autism spectrum disorder: The neglected end of the spectrum. Autism Research, 6(6), 468–478. https://doi.org/10.1002/aur.1329

[23] Wittke, K., Mastergeorge, A. M., Ozonoff, S., Rogers, S. J., et Naigles, L. R. (2017). Grammatical language impairment in autism spectrum disorder: Exploring language phenotypes beyond standardized testing. Frontiers in Psychology, 8. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00532

[24] Kasari, C., Brady, N., Lord, C., et Tager-Flusberg, H. (2013). Assessing the minimally verbal school-aged child with autism spectrum disorder. Autism Research, 6(6), 479–493. https://doi.org/10.1002/aur.1334

[25] Vogindroukas, I., Stankova, M., Chelas, E.-N., et Proedrou, A. (2022). Language and speech characteristics in autism. Neuropsychiatric Disease and Treatment,18, 2367–2377. https://doi.org/10.2147/NDT.S331987

[26] Van Der Steen, S., Geveke, C. H., Steenbakkers, A. T., et Steenbeek, H. W. (2020). Teaching students with autism spectrum disorders: What are the needs of educational professionals? Teaching and Teacher Education, 90, 103036. https://doi.org/10.1016/j.tate.2020.103036

[27] Miller, L. J. (2014). Sensational kids: Hope and help for children with sensory processing disorder (SPD). TarcherPerigee.

[28] Jones, E. K., Hanley, M., et Riby, D. M. (2020). Distraction, distress and diversity: Exploring the impact of sensory processing differences on learning and school life for pupils with autism spectrum disorders. Research in Autism Spectrum Disorders, 72, 101515. https://doi.org/10.1016/j.rasd.2020.101515

[29] Lonkar, H. (2014). An overview of sensory processing disorder: Use of sensory integration theory, [Unpublished Doctoral dissertation]. Western Michigan University, US. https://scholarworks.wmich.edu/honors_theseshttps://scholarworks.wmich.edu/honors_theses/2444

[30] Ben-Sasson, A., Gal, E., Fluss, R., Katz-Zetler, N., et Cermak, S. A. (2019). Update of a meta-analysis of sensory symptoms in ASD: A new decade of research. Journal of Autism and Developmental Disorders, 49(12), 4974–4996. https://doi.org/10.1007/s10803-019-04180-0

[31] Case-Smith, J., Weaver, L. L., et Fristad, M. A. (2015). A systematic review of sensory processing interventions for children with autism spectrum disorders. Autism, 19(2), 133–148. https://doi.org/10.1177/1362361313517762

[32] Chen, Y., Xi, Z., Saunders, R., Simmons, D., Totsika, V., et Mandy, W. (2024). A systematic review and meta-analysis of the relationship between sensory processing differences and internalising/externalising problems in autism. Clinical Psychology Review, 114, 102516. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2024.102516

[33] Kira Vimalakanthan. (2022). Le programme CARES, cahier de travail des bénévoles. The SAAAC Autism Centre.

[34] Organisation mondiale de la Santé. (2023). Stress. https://www.who.int/fr/news-room/questions-and-answers/item/stress

[35] Anxiety Canada. (2024). Fight, flight, freeze- Anxiety explained to kids. https://www.anxietycanada.com/articles/fight-flight-freeze-anxiety-explained-for-kids/

[36] American Psychological Association. (2018). APA dictionary of psychology: Stress. https://dictionary.apa.org/stress?_gl=1*13zpy66*_ga*NDYxNjgxNTE3LjE3Mjg1NzExMjU.*_ga_SZXLGDJGNB*MTczMjE5NjY0OC4yLjAuMTczMjE5NjcyMS42MC4wLjA.*_gcl_au*ODk4NDk2ODM1LjE3Mjk1OTkxNzY

[37] Ministère de l'Éducation. (2023). 2.2 Réflexion sur le bien-être et l'autorégulation. https://www.ontario.ca/fr/document/programme-de-la-maternelle-et-du-jardin-denfants-2016/reflexion-sur-lautoregulation-et-le-bien-etre

[38] Nuske, H. J., Pellecchia, M., Kane, C., Seidman, M., Maddox, B. B., Freeman, L. M., Rump, K., Reisinger, E. M., Xie, M., et Mandell, D. S. (2020). Self-regulation is bi-directionally associated with cognitive development in children with autism. Journal of Applied Developmental Psychology, 68, 101139. https://doi.org/10.1016/j.appdev.2020.101139

[39] Mona Delahooke. (2019). Challenging behaviors: Why we shouldn't expect kids to self-regulate too soon. https://monadelahooke.com/challenging-behaviors-why-we-shouldnt-expect-kids-to-self-regulate-too-soon/

[40] Cibralic, S., Kohlhoff, J., Wallace, N., McMahon, C., et Eapen, V. (2019). A systematic review of emotion regulation in children with Autism Spectrum Disorder. Research in Autism Spectrum Disorders, 68, 101422. https://doi.org/10.1016/j.rasd.2019.101422

[41] Huggins, C. F., Donnan, G., Cameron, I. M., et Williams, J. H. (2021). Emotional self-awareness in autism: A meta-analysis of group differences and developmental effects. Autism, 25(2), 307–321. https://doi.org/10.1177/1362361320964306

[42] Makris, G., Agorastos, A., Chrousos, G. P., et Pervanidou, P. (2022). Stress system activation in children and adolescents with autism spectrum disorder. Frontiers in Neuroscience, 15. https://doi.org/10.3389/fnins.2021.756628

[43] Spratt, E. G., Nicholas, J. S., Brady, K. T., Carpenter, L. A., Hatcher, C. R., Meekins, K. A., Furlanetto, R. W., et Charles, J. M. (2012). Enhanced cortisol response to stress in children in autism. Journal of Autism and Developmental Disorders, 42(1), 75–81. https://doi.org/10.1007/s10803-011-1214-0

[44] Mazefsky, C. A., Borue, X., Day, T. N., et Minshew, N. J. (2014). Emotion regulation patterns in adolescents with high-functioning autism spectrum disorder: Comparison to typically developing adolescents and association with psychiatric symptoms. Autism Research, 7(3), 344–354. https://doi.org/10.1002/aur.1366

[45] Donnellan, A. M., Hill, D. A., et Leary, M. R. (2013). Rethinking autism: implications of sensory and movement differences for understanding and support. Frontiers in Integrative Neuroscience, 6. https://doi.org/10.3389/fnint.2012.00124

[46] Yalim, T., et Mohamed, S. (2023). Meltdown in autism: Challenges and support needed for parents of children with wutism. International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development, 12(1). https://doi.org/10.6007/IJARPED/v12-i1/16184

[47] Moes, D. R. (1998). Integrating choice-making opportunities within teacher-assigned academic tasks to facilitate the performance of children with autism. Journal of the Association for Persons with Severe Handicaps, 23(4), 319–328. https://doi.org/10.2511/rpsd.23.4.319

[48] White, J., McGarry, S., Falkmer, M., Scott, M., Williams, P. J., et Black, M. H. (2023). Creating inclusive schools for autistic students: A Scoping review on elements contributing to strengths-based approaches. Education Sciences, 13(7), 709. https://doi.org/10.3390/educsci13070709

[49] Pierce, K., & Schreibman, L. (1995). Increasing complex social behaviors in children with autism: Effects of peer-implemented pivotal response training. Journal of Applied Behavior Analysis, 28(3), 285–295. https://doi.org/10.1901/jaba.1995.28-285