

Guide pour la scolarisation des personnes autistes à destination des parents



1. Conseils pour la rentrée

Nous savons tous que redémarrer une nouvelle année après les vacances d'été est difficile. Pour les personnes autistes, cela peut être particulièrement difficile car la routine doit être remise en place. De nouveaux enseignants à l'école ou une nouvelle classe rajoutent encore des difficultés. La gestion des devoirs ainsi que la sensibilisation à l'autisme dans l'école doit encore recommencer.

Voici quelques conseils pour démarrer l'année plus facilement :

Discutez pour mettre votre enfant en conditions

Préparez votre fils ou votre fille pour la nouvelle année en amenant le sujet de temps en temps pendant les vacances. Focalisez sur les aspects positifs de l'école qu'il/elle aime.

Si les « histoires sociales » (social story) sont un outil que vous utilisez, utilisez une histoire pour la rentrée scolaire. Associez la rentrée à des choses que votre enfant aime, par exemple les activités dans lesquels il pourrait être impliqué.

Visitez l'école

Demandez si vous pouvez refaire une visite de l'école les jours précédents la rentrée. Cela sera l'occasion de rencontrer les nouveaux enseignants (vous pourrez alors leur décrire les besoins de votre enfant). Pour votre enfant, cela sera l'occasion de voir ou revoir les salles de classe. Demandez-lui de choisir sa place dans la salle (cela fera du stress en moins le jour de la rentrée). Voyez si vous ne pouvez pas non plus rencontrer quelques élèves de façon à que le jour de la rentrée semble être un jour familier.

Rappelez les règles

Faites un bref rappel des règles appliquées à l'école afin que votre enfant sache ce qui est attendu de lui. Parlez également des choses qu'il doit arriver à faire cette année comme par exemple arriver à attendre son tour pour parler ou rester assis plus longtemps.

Assurez-vous que les enseignants comprennent

Assurez-vous que les enseignants comprennent les difficultés de votre enfant, particulièrement pour les premiers jours après la reprise. Vous pouvez également demander si votre enfant peut avoir des pauses les premiers jours si les journées sont vraiment trop difficiles.

Le jour de la rentrée

Essayez d'arriver dans la classe le plus tôt possible, quand celle-ci est encore calme.

Essayez également de prévoir quelque chose que votre enfant aime bien après l'école. C'est une façon de le motiver.

Vie à la maison

À cause de la nouvelle routine qui doit se mettre en place, essayez de ne pas tout modifier à la maison. Gardez la maison comme un endroit calme et sûr, au moins pendant les premières semaines. Assurez-vous que votre enfant a une zone calme dans laquelle il peut se détendre, sans frères et sœurs, sans avoir à poser de questions pour y aller, etc. Essayez également d'alléger la quantité de devoirs pour les premières semaines (voyez cela avec les enseignants).

Identifiez les difficultés le plus tôt possible

La communication avec l'école est importante. Toutefois il est vital de détecter les problèmes rapidement afin qu'ils soient résolus au plus vite et qu'ils n'aient pas d'impact trop négatif. Si possible, discutez avec votre enfant chaque jour. Demandez-lui ce qu'il a aimé, ce qu'il n'a pas aimé dans sa journée et ce qu'il l'a mis mal à l'aise. Également, écrivez ou parlez aux professeurs afin qu'ils vous remontent s'ils ont aperçu des difficultés dans la journée ou pour leur signaler les difficultés remontées par votre enfant.

2. Faire face aux changements

Aller dans une nouvelle école est source de beaucoup de changements. C'est probablement la chose la plus difficile à gérer pour votre enfant. Particulièrement le passage de l'école primaire au collège.

Passage d'une classe à l'autre dans la même école :

Discutez des changements en avance

Si vous savez qu'il y aura un nouveau professeur, une nouvelle classe ou un nouvel emploi du temps en septembre, discutez-en avec votre enfant en avance afin qu'il puisse s'y préparer. Assurez-vous que ces changements ne posent pas de problèmes. Essayez d'établir ce qui dans le changement génère de l'anxiété chez votre enfant. Essayez de discuter avec l'école avant la rentrée afin qu'eux aussi soient préparés et informés des difficultés que votre enfant peut rencontrer et qu'ils puissent dans certains cas, éviter ou limiter certains changements.

Anticipez les changements

Demandez à l'école quels sont les changements potentiels pour la rentrée. Par exemple votre enfant peut être dans une nouvelle salle de cours, il peut y avoir une nouvelle disposition des chaises. S'il y a de nouveaux enseignants, essayez d'aller les voir pour leur parler des particularités de votre enfant.

Assurez-vous qu'il y aura des aides et du soutien

Assurez-vous que l'Assistante de Vie Scolaire (AVS) a été recrutée et sera

disponible pour votre enfant à la rentrée si ce dernier en a besoin. Assurez-vous également que les enseignants et le personnel impliqué dans l'éducation de votre enfant est informé des difficultés de votre enfant mais aussi des difficultés potentielles générées par la nouvelle année scolaire. Discutez de ce qu'ils peuvent faire pour aider votre enfant (par exemple pouvoir sortir de la classe quand celui-ci est fatigué, énervé, etc.)

Fournissez des moyens de relaxation

Assurez-vous que votre enfant a la possibilité de se relaxer et de faire de l'exercice afin de réduire l'anxiété liée au changement. Par exemple vous pouvez lui donner une balle anti-stress qui sera utile pour faire face aux frustrations ou à l'anxiété due aux changements à l'école. Vous pouvez aussi lui fournir à la maison un punching-ball ou lui dire d'aller courir le soir en rentrant. Discutez également avec l'AVS peut être utile pour déterminer ce qui a été compliqué dans la journée. Toutefois, assurez-vous que votre enfant ne masque pas son stress (certaines personnes arrivent à bien se comporter à l'école et explosent à la maison).

Maintenez des repères

Quand tout semble changer à l'école, il est crucial d'avoir des repères. Peut-être qu'un professeur qu'il/elle a eu l'année dernière peut lui demander si tout va bien et s'il cela se passe bien avec les nouveaux enseignants. Peut-être que rester à la même place et dans la même salle de classe que l'an passé est possible ou que certains moments agréables dans l'école peuvent être maintenus.

Stabilité

Gardez une routine constante tous les jours d'école. Réduisez le nombre de choses qui peuvent changer ou perturber la routine pendant que votre enfant s'y adapte.

Récompensez

Nous aimons tous être récompensé quand nous nous dépassons. Cela montre que nos efforts sont reconnus. Pourquoi ne pas offrir une petite récompense à votre enfant le week-end après la première semaine d'école ?

Passer de l'école primaire vers le collège ou du collège vers le lycée :

Sensibilisez

Assurez-vous que les enseignants du collège ou du lycée comprennent bien votre enfant. Préparez un document présentant votre enfant : ce qu'il trouve difficile, ce qu'il aime, quels sont ses centres d'intérêts, etc. Demandez au principal de faire circuler le document parmi les enseignants avant la rentrée. Assurez-vous également qu'ils comprennent le caractère invisible du handicap et que chaque personne autiste est impactée différemment (ne faites donc pas un document présentant l'autisme de façon générique).

Visitez l'établissement

Visitez l'école en avance avec votre enfant. Visitez également les endroits qui peuvent s'avérer difficiles comme les escaliers, la cours de récréation, etc. Essayez de rencontrer certains enseignants pendant cette visite.

Pair-émulation (Buddy system) / Qui devez-vous connaître ?

Demandez à l'école que d'autres élèves puissent aider votre enfant. Certains élèves peuvent être amicaux, compréhensif et prêts à aider votre enfant dans les moments difficiles, par exemple pour passer d'une classe à l'autre. Pensez aussi que ces élèves, en étant avec votre enfant dans les périodes où les enseignants ne sont pas là pour surveiller, peuvent être de bons alliés pour éviter le harcèlement scolaire. Considérez également les élèves que votre enfant connaît déjà. Ce sont des visages connus et qui peuvent être utilisés comme points de repère.

Attention au harcèlement scolaire / Aux expériences négatives qui surviennent très tôt

Identifiez au plus tôt le harcèlement scolaire qui peut démarrer très tôt dans l'année. Questionnez les enseignants mais aussi les camarades de classes ou les autres élèves qui peuvent en être témoin du harcèlement. Identifiez également les mauvaises

expériences vécues par votre enfant. Corrigez ces problèmes le plus rapidement. Ceux-ci peuvent avoir de nombreux impacts sur le long terme.

Traitement sensoriel

Passer d'une petite classe dans une petite école en primaire à une grande école dans laquelle il faut changer de classe souvent peut être difficile. De plus l'environnement peut être beaucoup plus difficile au collège, avec plus de bruits, plus d'odeurs, plus de monde, Si votre enfant est sensible à cela, vous pouvez voir avec l'école si vous ne pouvez pas arriver dans la classe en avance pour éviter la foule ou s'il est possible d'avoir un lieu calme pendant les pauses.

Soyez organisé

Reportez-vous à la section dédiée de cette brochure. Une bonne organisation est indispensable au collège et au lycée.

Assurez-vous que les aides sont mises en place et sont efficaces

Les gens sont plus conscients au collège. Votre enfant se sent déjà un peu différent et il n'est pas agréable de porter une étiquette. Assurez-vous que les aides fournies sont discrètes et ne donnent pas l'impression à votre enfant d'être regardé par tout le monde.

De plus, trouvez les aides adéquates pour votre enfant. Demandez-vous comment ces aides sont fournies et en quoi cela répond aux besoins de VOTRE enfant. Ces questions sont également utiles pour remplir le Projet personnalisé de scolarisation (PPS) de votre enfant.

3. Préparez votre enfant pour la rentrée scolaire

La scolarisation dans une classe ordinaire n'est pas toujours adaptée à tous les enfants autistes. Certains enfants peuvent voir leurs besoins satisfaits :

1. Dans une classe adaptée au sein d'une école ordinaire ;
2. Dans une école spécialisée.

Ils peuvent faire toute leur scolarité dans de telles structures mais ils peuvent aussi revenir dans une école ordinaire (bien qu'en France, les classes adaptées sont rarement vues comme des passerelles vers le milieu ordinaire).

Classes spécialisées

Les Unités localisées pour l'inclusion scolaire (ULIS) sont des classes spécialisées situées au sein d'établissements ordinaires. Elles accueillent des élèves avec différents handicaps tels que des troubles des fonctions cognitives ou mentales, du langage ou encore l'autisme.

Les classes sont gérées par des enseignants ayant reçue une formation au handicap (pas nécessairement à l'autisme en particulier) et une ou plusieurs assistantes de vie scolaire (AVS). Les classes peuvent ne pas ressembler aux classes ordinaires. Les élèves peuvent être ensembles pour des travaux de groupe ou pour le repas du midi.

Préparez votre enfant à ce nouvel environnement.

Démarrage de l'année scolaire

Demandez en avance les dates de rentrée et de vacances. Demandez également si l'école a une « histoire sociale » (social story) expliquant comment venir à l'école et qui inclut des éléments familiers comme des photos de la salle de classe ou du personnel. Lisez l'histoire à votre enfant de temps en temps, quand celui-ci est détendu.

Comme pour les écoles ordinaires, demandez à visiter en avance afin que votre enfant se familiarise avec les lieux. Prenez des photos de la salle de classe si vous le pouvez.

Les parents sont généralement informés très tardivement que leur enfant est accepté dans une telle classe. Cela rend la préparation de la rentrée très difficile. Les parents dans les classes ordinaires ont tout l'été pour préparer leur enfant. Ils ont aussi l'avantage de pouvoir en discuter avec des voisins ou des amis qui ont leurs enfants dans la même école. Les parents d'enfants de classes spécialisées peuvent se sentir isolés. Si cela est possible, essayez de contacter des parents dont les enfants sont dans la même classe. Un coup de téléphone peut faire une grande différence.

Si vous avez la chance de rencontrer les enseignants avant la rentrée, préparez vos questions et écrivez les réponses car vous pouvez oublier. En clarifiant certains détails, vous pouvez réduire l'anxiété pour le jour de la rentrée.

- Les horaires peuvent être différents des classes ordinaires ;
- Le repas du midi peut être organisé différemment ;
- Les modalités et la fréquence des rendez-vous avec les enseignants ;
- Connaître les noms des autres enfants afin de faciliter la communication avec votre enfant (vous pourrez nommer d'autres élèves de sa classe).

Communication avec l'école

L'utilisation d'un agenda dans les classes spécialisée est ESSENTIEL, ce n'est pas juste une suggestion. Certains enfants sont non verbaux et une bonne communication entre la maison, l'école et les personnes travaillant avec votre enfant est essentielle pour la continuité et pour éviter les confusions. Si vous pensez que vous ne recevez pas assez d'informations, parlez-en à l'enseignant. Enfin, souvenez-vous qu'un commentaire positif peut faire la différence.

Un dernier conseil est que si votre enfant va à l'école en bus, assurez-vous d'être prévenu en avance des changements dans le réseau de bus. Préparez toujours les changements en avance.

4. Difficultés en classe

La classe, que ce soit en primaire ou au collège peut être un environnement difficile pour les personnes autistes. Comme vous le savez, ce sont des endroits souvent bruyants, où les enfants peuvent bouger, où ils ne sont pas forcément totalement concentrés sur le cours. Cela peut demander de la socialisation : les élèves venant s'asseoir autour d'une même table pour un travail de groupe peuvent être intimidant pour les personnes autistes.

À certains moments, comme au moment des contrôles par exemple, le niveau de stress peut être élevé. Pendant les cours, les difficultés d'apprentissage et l'environnement fait que la personne peut avoir du mal à demander de l'aide si elle ne comprend pas..

Cependant, tout n'est pas négatif. Les classes ordinaires peuvent fournir beaucoup d'opportunités pour les personnes autistes : pouvoir se faire accepter par les autres élèves, suivre le même cursus que les autres et développer ses propres compétences comme les autres élèves sont les atouts indéniables des classes ordinaires. Pour les personnes avec un syndrome d'Asperger, cela peut également leur permettre de développer les compétences dans lesquels elles excellent.

Que peut-il être fait pour fournir aux personnes autistes le meilleur environnement scolaire ? Ce n'est pas une question sans importance. La réponse est différente pour chaque élève et peut être difficile à trouver sans tâtonner. Cependant il y a quelques astuces qui peuvent aider votre enfant dans la classe, que ce soit au primaire ou au collège voire au lycée.

Consultez les enseignants

Lisez nos pages sur la communication. Il y a des problèmes importants dans la classe qui peuvent être identifiés et résolus en communiquant avec l'école.

Quand des groupes sont formés, sélectionnez les personnes du groupe avec soin

Si votre enfant trouve que s'asseoir dans un groupe est difficile, essayez de faire en sorte qu'il soit avec des enfants plus matures. Cela peut l'aider à être plus à l'aise. Le changement est difficile pour les personnes autistes, cependant il est important d'encourager les changements de

groupe dans l'année. Essayez de voir avec les enseignants avec qui votre enfant s'entend bien et travaille mieux lorsque de nouveaux groupes sont formés. Prévenez également votre enfant du changement. Un changement expliqué est un changement mieux accepté.

Évitez les consignes vagues et complexes

Comme votre enfant peut trouver difficile de comprendre les instructions vagues. Discutez avec les enseignants et demander leurs de fournir des instructions claires et précises, pas à pas pour votre enfant. Indiquez aussi les difficultés potentielles

pour suivre une consigne quand il y a du bruit ou de l'agitation dans la classe.

Fournissez une option de secours / une échappatoire

Si votre enfant a du mal à rester assis pendant longtemps, a tendance à devenir stressé ou toute autre chose qui est difficile au quotidien, demandez la possibilité qu'il puisse faire des pauses, qu'il puisse aller marcher ou s'aérer l'esprit. Cela peut vraiment bien fonctionner si votre enfant est accompagné d'un Assistant de Vie Scolaire. Désamorcer le stress prévient les comportements négatifs et améliore la concentration ainsi que l'engagement pendant les cours.

Soyez fermes mais évitez la confrontation

Il est très important que les enfants autistes, comme les autres enfants, connaissent les

limites et que celles-ci soient intégrées et respectées. Cependant les enfants autistes peuvent avoir un comportement perturbateur sans s'en rendre compte. Par exemple, parler à haute voix sans demander la permission, parler à eux-mêmes pendant le cours, jouer avec leurs crayons, ... De même, les personnes autistes peuvent facilement s'énerver et se comporter de manière socialement inacceptable. Bien sûr cela ne doit pas être vu comme acceptable car cela ne profite à personne sur le long terme. Toutefois, il est important que l'enseignant sache faire la différence et soit capable de gérer les situations d'une manière convenable.

Comprenez les objectifs, concentrez-vous sur les forces

Discutez des forces de votre enfant avec les enseignants. Lisez la section "Mettre l'accent sur les forces".

5. Défis de la vie sociale à l'école

La socialisation en général est difficile. Les choses comme lire et comprendre les expressions du visage, le langage corporel, faire des conversations et simplement s'intégrer avec les gens sont difficiles pour les personnes autistes. La socialisation à l'école peut être particulièrement difficile. De plus, les personnes autistes sont sujettes au harcèlement scolaire à un moment ou à un autre et peuvent donc se désintéresser de la socialisation. Les situations sociales à l'école peuvent ajouter des difficultés comme par exemple se trouver dans un endroit immense tel que la cour de récréation où il faut faire face aux odeurs et aux bruits. De plus, certains enfants ont du mal à jouer avec les autres enfants. Ils peuvent être perdus dans les nombreuses règles ou les interpréter d'une façon fixe et définitive.

Il est délicat de trouver un équilibre pour que les enseignants ou l'AVS encouragent votre enfant à aller vers les autres enfants, de se faire des amis de son âge et de faire face à l'appréhension.

Voici quelques astuces qui pourraient être utiles pour faire face aux problèmes de socialisation à l'école.

Identifiez les problèmes le plus tôt possible

Le spectre de l'autisme est large et affecte les personnes de différentes façons, par conséquent, les problèmes de socialisation sont aussi différents. Par exemple certains enfants peuvent aimer socialiser et être inclus mais sont contrariés quand les choses ne se passent pas comme ils le voudraient. D'autres peuvent vouloir aller vers les autres mais ne savent pas comment s'y prendre. Enfin certains sont très introvertis et ont du mal à socialiser. Il est important de considérer chaque enfant différemment, identifier les difficultés de chacun et leur apporter une aide spécifique.

Considérez le système de pair-émulation (Buddy system)

Cela peut vraiment bien fonctionner. Pourquoi ne pas demander aux enseignants

d'identifier 2-3 élèves dans la classe qui sont connus pour leur gentillesse ou qui sont plus matures pour aider votre enfant. Il pourrait leur être demandé de faire un effort pour inclure votre enfant dans leurs jeux, leurs discussions. Parlez-leurs pour savoir si votre enfant est harcelé ou exclus.

Utilisez les intérêts spécifiques de votre enfant

Comme les élèves autistes ont du mal à socialiser, un intérêt spécifique sur lequel ils peuvent parler permet de briser la glace pour interagir avec les autres. Expliquez l'intérêt de votre enfant aux enseignants afin que ces derniers puissent voir si cela peut être intégré dans un cours. Cela peut être les films, les livres ou les jeux vidéos. L'intérêt peut aussi être abordé dans l'école mais après les cours avec d'autres élèves. Cela peut vraiment en valoir la peine.

Éduquez les autres élèves

Quand tout le monde est accepté et respecté pour qui il est, cela profite à tout le monde sur le long terme. Les élèves qui sont exposés à des personnes avec des difficultés diverses dans leur jeune âge deviennent plus compréhensives et ouvertes aux handicaps.

Pourquoi ne pas discuter avec l'école de faire en sorte que les élèves de la classe de votre enfant reçoivent une présentation sur l'inclusion ou même sur le handicap comme l'autisme. Toute approche peut être bénéfique ! Il peut être mis en évidence que toutes les personnes sont différentes, ont des difficultés dans certains domaines mais aussi des atouts et des forces dans d'autres domaines. Les élèves devraient réfléchir également à ce que cela fait de rester seul ou ne pas être impliqué dans la cour de récréation. Des événements peuvent également être organisés à l'occasion de la

semaine de sensibilisation à l'autisme au mois d'avril.

Essayez de rendre les temps de pause et de repas confortables

Beaucoup de difficultés liées à l'autisme sont renforcées par l'anxiété et le stress. Discutez de cela avec les enseignants et l'Assistante de Vie Scolaire. Demandez leurs de rendre les pauses et les autres moments de socialisation plus confortable pour votre enfant. Cela peut inclure la possibilité de partir si ce dernier se sent mal à l'aise ou bien qu'il puisse être près d'un adulte de confiance dans ces moments. Abordez également la question de la cour de récréation. Y a-t-il quelque chose de prévu pour gérer les bruits et les odeurs par exemple ?

6. L'importance de la communication

Une bonne communication entre l'école et la maison est essentielle pour les enfants autistes. Cela ne vous permet pas seulement en tant que parent de connaître comment votre enfant se comporte à l'école et d'être prévenu quand quelque chose de difficile se produit mais cela bénéficie également à l'école. Si votre enfant a eu une difficulté à la maison, il est important que l'école en soit informée, que les enseignants comprennent pourquoi votre enfant est énervé ou qu'il n'arrive pas à se concentrer comme d'habitude. Il est également important que l'école vous informe comment votre enfant se comporte en classe et pendant les pauses de façon à ce que vous puissiez comprendre pourquoi il est de bonne ou mauvaise humeur en rentrant à la maison. De plus, beaucoup d'enfants autistes ont du mal à exprimer avec des mots ce qu'ils ressentent et ne parlent pas de ce qui les tracasse. Une bonne communication avec l'école permet d'identifier les problèmes et de les corriger avant qu'ils ne prennent des proportions trop importantes.

La communication entre les parents et les professeurs peut prendre différentes formes. Cependant voici quelques suggestions qui ont fonctionné pour d'autres dans le passé.

Utilisez un agenda

C'est un moyen simple de garder le contact avec l'école. Chaque matin, écrivez-y un mot. Indiquez si votre enfant va bien et donnez toutes les informations importantes que l'école doit savoir. Certains jours, cela peut demander d'écrire beaucoup mais d'autres fois, vous ne pouvez y écrire que quelques lignes. Mettez l'agenda dans le sac de votre enfant afin que les enseignants puissent le lire et y répondre. Essayez de rester discret car il peut être ennuyeux que d'autres élèves de la classe en prennent connaissance.

Faites des réunions régulières

Il peut être utile de rencontrer les enseignants assez souvent. N'attendez pas les réunions parent/professeur organisées une fois par an. Au début de l'année demandez au professeur principal d'organiser une réunion chaque trimestre ou plus souvent si le besoin s'en fait sentir. Cela

peut être intéressant d'y inviter également d'autres personnes impliquées comme l'Auxiliaire de Vie Scolaire. Dans les réunions, abordez tous les problèmes qui sont arrivés et qui pourraient arriver. Discutez également des aides fournies à votre enfant. Sont-elles toujours adaptées ou doivent-elles être améliorées ?

Réutilisez les mêmes approches à l'école et à la maison

La communication est essentielle car il peut être utile de réutiliser à l'école des solutions trouvées à la maison. Par exemple, vous pouvez avoir trouvé à la maison une technique pour gérer le comportement de votre enfant lorsque celui-ci sent des odeurs fortes. Cette technique peut être réutilisée à la cantine par exemple. De même, si vous avez trouvé une technique pour améliorer la concentration à la maison, celle-ci peut être réutilisée à l'école. La communication mène à la coopération ce qui profitera à votre enfant.

7. L'importance de l'organisation

Rester organisé, préparer tout le matériel nécessaire, arriver à l'heure en classe, et respecter les dates limites pour rendre un travail sont des choses parfois difficiles pour les personnes autistes. Cela peut être encore plus difficile au collège lorsque le nombre de matières augmente.

Quand les personnes autistes ne sont pas organisées, cela génère souvent de l'anxiété.

« J'ai oublié mon livre, que vais-je faire ? »

« Vais-je être puni ? »

« Je suis perdu et je ne sais pas où aller »

Cela peut rendre la vie à l'école plus difficile. Voici quelques techniques pour prévenir la désorganisation.

Au début de l'année

Utilisez un code couleur

Coloriez les matières sur l'emploi du temps et les affaires se rapportant à la matière de la même couleur. Par exemple coloriez l'anglais en bleu et mettez une étiquette bleue sur le cahier, le livre. Votre enfant devant son casier pourra trouver plus facilement les affaires nécessaires pour le cours.

Achetez des affaires supplémentaires

Cela peut coûter cher mais cela fonctionne bien pour certains enfants. Achetez une trousse supplémentaire, des livres en plus. Vous pouvez laisser un exemplaire à l'école. Si votre enfant panique car il a perdu sa trousse, il saura où en trouver une de rechange.

Étiquetez tout

Sans utiliser le nom de votre enfant, vous pouvez indiquer un numéro de téléphone ou bien des initiales sur tous les équipements scolaires. Cela vous donnera plus de chance de les retrouver s'ils sont perdus.

Mettez les bons systèmes en place

Assurez-vous que les devoirs ne sont pas faits à la dernière minute. Regardez sur l'agenda les dates de rendu de chaque travail. Vous pouvez même demander en avance aux enseignants le travail à faire si votre enfant a besoin de plus de temps.

Parlez aux enseignants et prévoyez « Que faire si... »

Prenez le temps de mentionner les difficultés de votre enfant au début de l'année. Vérifiez que les enseignants comprennent. Ils ne doivent pas dire oui et oublier. Discutez de ce qu'il faut faire si par exemple votre enfant oublie / perd quelque

chose. Notez tous les renseignements afin que votre enfant puisse s'y référer. De cette façon, vous réduirez l'anxiété de votre enfant.

Tout au long de l'année

Gardez un œil sur le cartable / le casier de votre enfant

Soyez sûr que votre enfant apporte à l'école tout le nécessaire pour la journée mais aussi que les affaires reviennent à la maison. De cette façon, vous diminuez le risque de perdre des affaires.

De même, vérifiez tous les jours que les cours de la journée soient rangés dans les bons dossiers afin d'éviter les feuilles « volantes » qui ne sont pas classées et qui

finissent par être perdues. Chaque matin, vérifiez que le sac est complet. Cependant, essayez de rendre votre enfant aussi responsable que possible.

Vérifiez l'agenda

Vérifiez que tout le travail qui doit être fait est fait. Gardez aussi un emploi du temps de ce qui doit être rendu et quand.

Soyez flexibles

Quand l'année progresse, les choses qui semblaient bien fonctionner peuvent ne plus fonctionner aussi bien. Soyez prêt à revoir les méthodes d'organisation. Travaillez avec votre enfant et les enseignants pour améliorer les choses.

8. Projet Personnalisé de Scolarisation (PPS)

Le projet personnalisé de scolarisation (PPS) est un document écrit qui sert à définir les besoins particuliers d'un enfant en situation de handicap au cours de sa scolarité (accompagnement humain, attribution de matériel pédagogique adapté, dispense d'un ou plusieurs enseignements...). Le PPS est un document fondamental, car il suit l'élève durant sa scolarité. Il s'impose à tous les établissements scolaires.

Il est important que le PPS inclut non seulement les objectifs en matière de niveau scolaire mais aussi les besoins d'adaptation dans la classe. En d'autres mots, chaque enfant autistes a besoin d'un parcours scolaire adapté avec des aides. Le PPS doit aussi prendre en compte la capacité de l'enfant à apprendre et à atteindre les objectifs.

Le PPS doit

- a) Mettre l'accent sur les difficultés essentielles ;
- b) Être réaliste en terme d'adaptations à faire.

Pour plus d'informations : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/F33865>

9. Ressources, exemptions & aide par la technologie

Beaucoup d'élèves autistes ont besoin d'être aidés dans la vie à l'école. Connaître ce dont votre enfant pourrait bénéficier et comment y accéder peut être assez compliqué étant donné tout ce qu'il est possible de faire. Nous essayons ici de dresser une liste des aides disponibles pour les personnes autistes.

Accompagnants des élèves en situation de Handicap (AESH) / Assistants de vie scolaire (AVS)

Si votre enfant trouve une partie de la journée particulièrement difficile ou qu'il a besoin d'une personne qui l'aide, qui le rassure et qui le guide il peut bénéficier d'un Accompagnant d'élèves en Situation de Handicap ou un assistant de vie scolaire. De moins en moins de personnes peuvent bénéficier d'un AESH/AVS à temps plein. Vous pouvez l'obtenir seulement à temps partiel ou ne pas en avoir du tout.

Prise de note sur ordinateur

Votre enfant trouve-t-il l'écriture manuelle difficile ou trouve-t-il qu'utiliser un ordinateur portable ou une tablette l'aide à s'organiser et à rester concentré ? Il peut bénéficier d'un ordinateur à l'école pour noter les cours et faire ses devoirs.

Adaptations pendant les examens/contrôles

Pour donner une chance équitable à tous les élèves avec handicap, les académies permettent certains changements dans la façon dont les examens et les contrôles se déroulent. Votre enfant peut avoir la permission d'écrire ses réponses à l'ordinateur ou d'enregistrer ses réponses à haute voix. Il peut avoir quelqu'un qui lui lit

les consignes ou les lui réexplique. Il peut également bénéficier d'une salle pour lui tout seul afin d'éviter le stress d'être avec les autres élèves et de supporter le bruit qu'ils font (il y a toujours dans les salles d'examens, un bruit de crayons, de chaises, de pages qui se tournent, ...). Enfin il peut bénéficier de temps supplémentaire pour terminer l'examen s'il est stressé.

En dehors de l'école

Il peut bénéficier d'aides en dehors de l'école qui peuvent rendre celle-ci plus facilement gérable. L'aide fournie est différente pour tout le monde. Cela peut être des cours de sociabilisation, des groupes d'entraide, des cours de relaxation, ... Il peut également en avoir marre d'y aller à certains moments, ou bien y aller le fait sentir différent, mais si ces aides sont utiles, essayez de faire en sorte qu'il n'abandonne pas.

Dispenses

Votre enfant peut également être dispensé de notes dans certaines matières ou être dispensé d'y assister. Ayez recours à cette possibilité si vous ne pouvez pas faire autrement (par exemple en sport, si votre enfant se fait harceler pendant que le professeur est occupé avec les autres élèves) !

10. Mettre l'accent sur les forces

L'autisme et les difficultés associées ne sont qu'un aspect de votre enfant. Chaque enfant a ses talents, ses capacités et votre enfant n'est pas différent sur ce point-là. Une bonne façon de rendre l'école plus agréable est d'utiliser ses intérêts et ses forces pour résoudre les difficultés dans les domaines qu'il trouve plus difficiles.

Académique

Une bonne façon d'impliquer votre enfant dans les sujets qu'il n'aime pas ou qu'il trouve difficiles est de les rendre plus intéressants. Si votre enfant aime les soldats par exemple, discutez de la possibilité de lui faire faire des mathématiques en additionnant ou en soustrayant des troupes par exemple.

Si l'écriture manuelle est difficile et que votre enfant aime un sujet comme la lune ou la Rome antique, pourquoi ne pas lui donner un travail à rendre sur ce sujet. De cette façon il améliorera son écriture et ses capacités de présentation. Si la motricité fine est difficile, essayez d'incorporer de l'écriture dans des jeux ou des choses intéressantes.

Nous n'avons donné que des exemples, les possibilités sont infinies. Discutez-en avec les enseignants au début de l'année. Cela peut faire que votre enfant se sente bien car il travaille sur des sujets qui l'intéresse. En même temps cela permet les apprentissages scolaires mais également de résoudre quelques difficultés. Tout le monde est gagnant !

Compétences sociales

La socialisation dans sa forme la plus simple peut être difficile pour les personnes autistes. Jouer dans la cour de récréation peut être impossible, trouver un sujet qui intéresse les autres enfants peut être difficile. Pourquoi ne pas voir si l'école ne permet pas à votre enfant de socialiser dans un environnement plus simple. Il peut y avoir plusieurs activités organisées sur la pause du midi comme par exemple un club d'échec ou d'informatique qui peuvent permettre à votre enfant de socialiser. Peut-être que votre enfant peut montrer ses compétences aux autres enfants. Connaissent-ils tous les films ? Ont-ils une grande mémoire ? Peut-être que les certains sujets abordés en classe peuvent être l'opportunité pour votre enfant de montrer ses compétences.

11. Étudier et faire les devoirs

Pour une personne autiste, se concentrer toute la journée peut être difficile et s'y remettre après l'école peut vraiment être compliqué. De plus l'environnement de la maison est souvent moins structuré que celui de l'école.

Voici quelques astuces pour essayer de rendre les devoirs plus faciles.

Parlez aux enseignants

C'est une première étape importante. Beaucoup d'élèves autistes à l'école primaire ou au collège ont vraiment du mal à faire leurs devoirs, ou sont perfectionnistes et passent beaucoup de temps sur un travail. Il n'y a pas d'équilibre entre le travail après l'école et le repos. Discutez avec les enseignants de la possibilité d'introduire une limite de temps dans les devoirs que vous gérerez vous-même. Cela est particulièrement important à l'école primaire. Au collège comme les devoirs ont une date de rendu plus éloignée dans le temps, il est possible que l'enseignant donne les devoirs à faire en avance. Il est également important que les consignes soient très claires et que votre enfant sache ce qui est attendu de lui.

Essayez, Essayez, Essayez

L'éducation et l'apprentissage se font par essais et erreurs. Demandez à l'enseignant de féliciter votre enfant lorsque celui-ci ne réussit pas le travail mais a essayé (cela est encore mieux si le professeur fait cela spontanément !).

Structure et routine

Il est très important que votre enfant prenne les bonnes habitudes dès le début de l'année. Trouvez un moment après l'école, pour faire les devoirs. Prenez l'habitude de toujours faire les devoirs au même moment. Si la concentration est un problème, autorisez lui des pauses régulières. Aller marcher peut également être positif. Assurez-vous que votre enfant ait un espace assez grand pour faire ses devoirs et qu'il ne soit pas entouré de distractions qui peuvent facilement le déconcentrer.

Envisagez toutes les possibilités

La meilleure option pour votre fils ou votre fille est peut-être de rentrer de l'école et de ne travailler qu'après s'être reposé, particulièrement si la journée était longue. Également, l'environnement de la maison n'est pas aussi bien que celui de l'école pour travailler. Réfléchissez si votre enfant ne pourrait pas faire ses devoirs à l'école.

Planifiez

Prévoyez avec votre fils ou votre fille le travail à faire en fonction des échéances et si vous pensez que certaines échéances posent problèmes, parlez-en à l'enseignant

le plus tôt possible de façon à ne pas générer d'anxiété. Beaucoup d'enseignants sont très compréhensifs et peuvent donner un délai supplémentaire s'ils sont informés du problème.

Présentation du travail

Juste une petite astuce. Un travail bien présenté est mieux apprécié. Assurez-vous que les devoirs sont propres et biens présentés selon les capacités de VOTRE enfant et que son environnement de travail est correctement rangé.

Que faire si...

Que faire si la journée tourne mal, que les choses deviennent confuses ?

Que dois-je faire ? À qui dois-je en parler ? Il est important d'avoir prévu tout cela en avance. Afin que votre enfant ne panique pas, il est important qu'il ait une liste d'étapes à suivre qui auront été définies par vous et les enseignants.

Que peut-il arriver ?	Que dois-je faire.	Que mes enseignants doivent-ils faire ?

Mon enfant

Bien que nos guides pour les élèves, les parents et les enseignants donnent un aperçu global des difficultés que les personnes autistes peuvent rencontrer, il est également important de garder à l'esprit qu'une étiquette ne définit personne et que tout le monde sur le spectre de l'autisme est affecté différemment, à un degré divers. La page ci-dessous peut vous aider à noter les informations principales à partager avec les enseignants.

Traitement sensoriel

Faire face à certains environnements (odeurs, bruits, textures) peut être une source d'inconfort, d'anxiété et de détresse pour beaucoup d'enfants autistes. Différents environnements affectent différemment les personnes autistes et il est important de comprendre les spécificités de chaque personne..

Mon enfant a des difficultés dans les environnements comme :

Mon enfant est distrait ou énervé avec les odeurs, bruits ou textures suivantes :

Communication

La communication est un problème clé pour les personnes autistes. Certaines personnes sont verbales tandis que d'autres ne le sont pas. Beaucoup trouvent difficiles d'exprimer leurs pensées et leurs sentiments, d'initier une conversation ou encore de poser des questions. Comprendre le langage est aussi difficile certaines fois et cela peut être une source de détresse. De même les personnes autistes peuvent avoir une compréhension littérale du langage et avoir des difficultés à comprendre certaines expressions, l'humour ou certaines consignes.

Mon enfant trouve difficile de comprendre...

Mon enfant a du mal à communiquer quand...

Mon enfant comprend mieux les consignes quand...

Concentration

Se concentrer ou rester assis longtemps sont des choses particulièrement difficiles pour beaucoup de personnes autistes. Un environnement distrayant ou l'anxiété peuvent également réduire le niveau de concentration.

Mon enfant trouve difficile de se concentrer à l'école quand...

Il/Elle trouve plus facile de se concentrer quand...

Comment aider mon enfant à se concentrer...

Imagination

Il peut être difficile pour mon enfant d'imaginer ou de comprendre les choses qu'il ne peut pas visualiser. Cela rend les apprentissages difficiles.

Mon enfant trouve difficile d'imaginer ou de comprendre...

Structure/Routine

La routine est importante pour la plupart des personnes autistes. Cela réduit l'anxiété en limitant la part d'inconnu dans la journée.

La routine de mon enfant pour aller à l'école est...

Changer le déroulement de la journée ou les choses comme le placement des élèves dans la classe peut être vraiment stressant. **Cela peut être réduit en...**

Organisation

Certaines personnes autistes trouvent difficile de respecter les dates limites pour rendre un travail ou trouvent difficile de garder un cartable / casier bien rangé ou encore d'apporter toutes les affaires nécessaires en cours.

Mon enfant a des problèmes d'organisation dans les domaines suivants :

Nous essayons de faire en sorte que notre enfant soit organisé avec :

Comportement

Certaines fois, les personnes autistes peuvent avoir un comportement difficile. Cela arrive quand elles se font du souci pour quelque chose ou qu'elles n'arrivent pas à communiquer. Il est important de comprendre la différence entre une frustration et un comportement délibérément méchant.

Mon enfant montre des comportements difficiles quand...

Mon enfant se comporte de la façon suivante quand il est énervé ou frustré à propos de quelque chose en rapport avec son handicap :

Vous pouvez dire si une personne autiste a eu une mauvaise journée en regardant son humeur ou son comportement.

Vous pouvez voir cela dans mon enfant parce que...

Quand nous faisons face à un comportement difficile à la maison nous faisons :

Nous évitons de réagir de la façon suivante pour éviter que la situation s'aggrave :

Anxiété

L'anxiété est une difficulté majeure pour beaucoup de personnes autistes. Quand une personne autistes est anxieuse, les autres difficultés peuvent être plus prononcées.

Mon enfant a tendance à devenir anxieux quand...

Quand mon enfant est anxieux je le vois à...

Les moyens que nous utilisons pour prévenir l'apparition de l'anxiété...

Les moyens que nous utilisons pour réduire l'anxiété une fois qu'elle est là...

Socialisation

Beaucoup de personnes autistes trouvent la socialisation difficile.

Les aspects de la socialisation qui sont difficiles pour mon enfant :

Mon enfant trouve plus facile d'interagir avec les autres quand...

Les moyens que l'école peut utiliser pour favoriser la socialisation de mon enfant sont :

Handicaps supplémentaires

Beaucoup de personnes autistes ont d'autres handicaps associés comme des difficultés d'apprentissage.

Les autres difficultés d'apprentissages de mon enfant sont :

En plus de l'autisme, mon enfant a aussi un diagnostic de :

Les aides supplémentaires dont mon enfant a besoin :

Forces / Intérêts

Les difficultés de l'autisme sont juste un élément de mon enfant. Mon enfant a aussi des intérêts et des compétences. Il peut être vraiment bon parfois de restreindre les discussions sur ce sujet et élargir ses intérêts. Comme tous les enfants, il est plein de talents

Les intérêts spécifiques de mon enfant sont...

Mon enfant est aussi intéressé par...

Matières scolaires

Votre enfant peut avoir des difficultés dans certaines matières à cause de son/ses handicaps. Il peut également exceller dans d'autres matières.

Les expériences passées de mon enfant pour l'étude de votre matière :

Mon enfant trouve les éléments suivants plus difficiles :

Ce que mon enfant préfère dans votre matière :

Nous essayons de nous concentrer sur les forces des enfants pour rendre les parties difficiles plus faciles et intéressantes.

Les choses que nous pouvons essayer pour lier les intérêts de mon enfant à votre matière sont :

Autre

Autres informations utiles à propos de mon enfant...