

Guide pratique pour les écoles

Accueillir un élève autiste en classe

L'autisme à l'école, en quelques mots

- L'autisme est un fonctionnement particulier du cerveau, qui influence la communication, les compétences sociales et la gestion des informations sensorielles.
- L'autisme est un spectre très large : chaque élève est unique avec ses forces, ses fragilités, ses façons d'apprendre et son besoin d'accompagnement.
- Les comportements difficiles sont la conséquence d'incompréhension, de stress ou de surcharge sensorielle, pas de mauvaise volonté.
- Les intérêts et les forces de l'enfant sont des leviers puissants de motivation et d'apprentissage.
- De petits aménagements peuvent suffire à réduire de nombreuses difficultés et ils profitent souvent à tous les élèves.

Petites clés pour aider au quotidien

Un élève autiste n'est pas un problème à gérer, mais un enfant avec un fonctionnement particulier. Le comprendre, c'est déjà l'aider.

Ce que je vis : « Je panique quand il y a un imprévu »

Pourquoi : Pour se sentir en sécurité, les personnes autistes s'appuient sur l'anticipation et les routines. Ceci est la conséquence d'un déficit dans leurs fonctions exécutives, des fonctions cognitives qui permettent, entre autres, de planifier et résoudre une situation lorsqu'un changement survient.

☀ Comment m'aider :

- M'expliquer ce qu'est un imprévu. Utiliser un symbole visuel associé à cette notion quand un imprévu arrive.
- Valoriser l'imprévu avec des surprises positives.
- Consulter le planning permet de prévenir visuellement les changements (avec le symbole associé).
- Expliquer ce que l'imprévu implique : ce qui sera différent et ce qui ne le sera pas.
- Exemple : « il y aura un autre enseignant mais tu seras dans ta classe habituelle avec les copains ».

Ce que je vis : « La récréation est un cauchemar »

Pourquoi : La récréation peut être un moment d'angoisse plutôt que de détente : surcharge sensorielle (bruit, agitation...), peu de structure et de prévisibilité, nombreuses règles sociales implicites.

☀ Comment m'aider :

- Me proposer un choix d'activités (lire, courir, jouer au ballon, faire tel jeu...).
- Prévoir une zone refuge calme si j'en ai besoin.
- Former des élèves qui peuvent m'épauler dans les activités sociales.
- M'expliquer certaines règles sociales implicites.

Ce que je vis : « C'est difficile pour moi de changer d'activités »

Pourquoi : Les personnes autistes ont une faiblesse de la cohérence centrale : elles ont du mal à regrouper des informations pour comprendre la situation globale, ce qui rend les transitions imprévisibles et anxiogènes. De plus, les changements sont souvent annoncés oralement, ce qui ne facilite pas la compréhension pour les « penseurs visuels ».

☀ Comment m'aider :

- Afficher un planning visuel pour anticiper les transitions.
- Utiliser des routines quotidiennes.
- Indiquer le temps restant avant la fin d'une activité (time-timer, sablier...).

Ce que je vis : « Je ne comprends pas bien les consignes »

Pourquoi : Les consignes implicites ou trop générales sont difficiles à comprendre pour les personnes autistes, dont le traitement de l'information est souvent plus littéral.

☀ Comment m'aider :

- Rendre les consignes claires et explicites.
- Énoncer les comportements attendus plutôt que les interdits (« marche dans les couloirs » plutôt que « ne cours pas »).
- M'aider à généraliser (« cette règle s'applique partout dans l'école »).
- Appuyer l'oral avec des supports visuels.
- Afficher visuellement les règles de vie.

Ce que je vis : « C'est très difficile de rester concentré »

Pourquoi : L'attention peut être perturbée par des distractions sensorielles. Les ressources attentionnelles sont limitées et peuvent vite être saturées.

☀ Comment m'aider :

- Choisir ma place en fonction de mes sensibilités sensorielles.
- Limiter les distracteurs visuels (fiches sobres, séquencer les consignes, paravent si besoin).
- Prévoir des pauses après des exercices de concentration intense.

Ce que je vis : « Ce qui m'intéresse c'est les chevaux... mais on n'en parle jamais à l'école »

Pourquoi : Les intérêts spécifiques sont très intenses et omniprésents. Ils représentent un levier formidable de motivation et de valorisation.

☀ Comment m'aider :

- Relier certains apprentissages à mes centres d'intérêt.
- Utiliser mon intérêt comme renforcement positif.
- Valoriser mes connaissances.
- M'expliquer que tout le monde n'a pas le même intérêt et que je ne peux pas en parler tout le temps.

Ce que je vis : « C'est difficile d'exprimer ce que j'ai envie de dire »

Pourquoi : Le traitement de l'information et l'expression verbale sont souvent atypiques et peuvent nécessiter du temps.

☀ Comment m'aider :

- Me poser des questions claires et courtes, avec supports visuels si besoin.
- Privilégier les questions fermées et proposer des choix.
- Me laisser du temps avant de relancer.

Ce que je vis : « Les émotions, c'est quoi ?!! »

Pourquoi : Identifier, réguler et exprimer les émotions est un défi majeur. L'absence de manifestations physiques peut compliquer la compréhension.

☀ Comment m'aider :

- Nommer et expliciter les émotions.
- Anticiper les situations émotionnellement fortes.
- Me proposer des solutions de régulation (pause, objets sensoriels...).

Ce que je vis : « On me dit que je me perds dans les détails »

Pourquoi : La pensée autistique est souvent centrée sur les détails, avec une difficulté à voir la globalité. C'est une force dans certains domaines, mais un défi pour l'intégration des informations.

☀ Comment m'aider :

- Fournir d'abord la vue d'ensemble ou l'objectif final.
- Structurer le travail étape par étape.
- Valoriser mes compétences d'analyse.
- Éviter les distracteurs visuels et garder une présentation constante.

Ce que je vis : « Certains bruits, textures, odeurs ou lumières me dérangent »

Pourquoi : Les particularités sensorielles peuvent provoquer hypersensibilités ou hyposensibilités, touchant tous les sens et entraînant un réel mal-être.

☀ Comment m'aider :

- Réduire le bruit (balle de tennis sous les chaises...).

- Me proposer des aides sensorielles (casque anti-bruit, lunettes de soleil...).
- M'installer à une place adaptée, changeable si besoin.
- Ne pas nier ma gêne même si elle n'est perceptible que par moi.

Ce que je vis : « Je ne me déplace pas dans la classe car je ne comprends pas les différents lieux »

Pourquoi : Les espaces doivent être visuellement structurés pour être compris. Sinon, ils paraissent confus et imprévisibles.

☀ Comment m'aider :

- Définir visuellement les espaces (affiches, marquage au sol, pictogrammes).
- Afficher les activités et règles de chaque zone (ex. coin lecture = silence).
- Organiser visuellement le pupitre.

Ce que je vis : « J'ai besoin de répéter certains gestes ou sons »

Pourquoi : Les stéréotypies servent à se réguler émotionnellement. Elles ne doivent pas être empêchées.

☀ Comment m'aider :

- Accepter ces comportements ou proposer des alternatives s'ils sont gênants, ou les limiter à certains moments avec règle visuelle.
- Expliquer ces comportements à la classe pour favoriser l'acceptation.

Ressources utiles :

Deux minutes pour mieux vivre l'autisme – Mieux comprendre les stéréotypies (2 min)

<https://deux-minutes-pour.org/video/mieux-comprendre-les-stereotypies/>

Ce que je vis : « Parfois je n'arrive pas à rester calme, j'ai besoin de m'agiter »

Pourquoi : Certains enfants autistes ont des difficultés à réguler leur énergie, surtout après des moments stimulants comme la récréation.

☀ Comment m'aider :

- Prévoir quelques minutes de respiration ou d'étirements après les activités excitantes.
- Répondre aux besoins sensoriels (élastiques aux chaises, balles anti-stress, fidgets...).

Ce que je vis : « Je n'arrive pas à me faire des amis »

Pourquoi : Les codes sociaux implicites sont difficiles à comprendre, et certains comportements atypiques peuvent être mal interprétés.

☀ Comment m'aider :

- M'expliquer les codes sociaux et rendre explicite les états mentaux d'autrui.
- Mettre en place des pairs-aidants.
- Sensibiliser la classe à la différence.

Ressources utiles :

Un monde inclusif (My Brain Robbie, 8 min) : <https://youtu.be/sfQ7IhoVLPw>

Créer des choses merveilleuses (Amazing Things Project, 5 min) : <https://youtu.be/HyPVHdBunlw>

En résumé, 5 points à retenir

Communication

Défis avec le langage oral et les implicites.

Astuce : utiliser un langage clair, explicite et appuyé de supports visuels.

Structuration spatio-temporelle

Besoin de routines et de repères.

Astuce : structurer visuellement le temps et l'espace.

Gestion sensorielle

Particularités sensorielles fréquentes.

Astuce : trouver une place adaptée, prévoir une zone refuge et des pauses sensorielles.

Apprentissages

Pensées centrées sur les détails et intérêts spécifiques.

Astuce : intégrer les intérêts dans les exercices et expliquer la globalité.

Interactions sociales

Compréhension difficile des règles sociales.

Astuce : expliciter, coacher par d'autres élèves, proposer des jeux sociaux structurés.

info@autisme-ge.ch

www.autisme-ge.ch

Rue de Villereuse 7

1207 Genève

022 840 00 30

