

LA PLANIFICATION CHEZ L'ENFANT AUTISTE



**UN GUIDE PSYCHO
ÉDUCATIF À
DESTINATION :**

- DES PARENTS**
- DES ENSEIGNANTS**
- DES PROFESSIONNELS**



LA PLANIFICATION :

DÉFINITION

La planification est la capacité d'organiser une activité pour atteindre un but, en tenant compte de chaque étape nécessaire.

AU QUOTIDIEN

Cette capacité aide à établir des priorités et à prévoir les étapes d'une tâche, prévoir un plan. Elle permet ainsi de focaliser son attention sur l'activité.



CHEZ L'ENFANT AUTISTE

Les enfants autistes dont les fonctions exécutives sont atteintes au niveau de la planification peuvent éprouver des difficultés à réaliser certaines tâches du quotidien (faire ses devoirs, ranger sa chambre, s'habiller...). Léa, 8 ans, ayant un trouble du spectre autistique vous explique son quotidien et ses difficultés chez elle, à l'école et les accompagnements dont elle bénéficie.





Moi, c'est Léa ! Je vis à fond l'instant présent ! Mais quand il s'agit de s'organiser et de planifier, c'est un peu compliqué .

EFFECTUER UNE TÂCHE QUI DEMANDE DE L'ORGANISATION

Parfois Maman me demande de ranger ma chambre et je ne le fais pas. Ce n'est pas que je n'ai pas envie mais il y a trop de jouets, je ne sais pas par où commencer.

SE PREPARER

Le matin je prends beaucoup de temps pour me préparer, parfois je passe 1h à prendre mon petit déjeuner et je me rends compte qu'il ne me reste plus que 10 minutes avant de partir pour prendre ma douche et m'habiller.



A LA MAISON



CONSEILS POUR LES PARENTS :

- Proposer à l'enfant un timer lui permettant de mieux gérer son temps.
- Proposer un planning permettant à l'enfant de se repérer dans la temporalité de la journée.
- Proposer un séquentiel (outil permettant d'explicitier chaque étape pour aboutir à une tâche, exemple : pour se laver les mains, il faut d'abord ouvrir le robinet, passer ses mains sous l'eau, mettre le savon, etc).

LE RESPECT DES CONSIGNES

C'est difficile pour moi quand la maitresse donne plusieurs consignes en même temps. Je n'arrive pas à organiser mon travail, il y a trop d'informations.



A L'ÉCOLE

LA GESTION DU TEMPS

J'ai des difficultés à gérer mon temps. Quand la maîtresse donne un travail, parfois, les autres élèves ont fini avant que je n'ai eu le temps de commencer.



CONSEILS POUR LES ENSEIGNANTS :

- Ecrire ou dessiner les tâches à accomplir pour permettre à l'enfant de les visualiser.
- Proposer à l'enfant des outils de gestion du temps (timer, agenda, planning, montre).
- Planifier les temps de travail, les temps de pause et la liste de tâches.
- Donner une seule consigne à la fois.



Je suis suivie par différents professionnels qui m'aident à améliorer mes capacités de planification

L'ÉDUCATEUR

Je rencontre des difficultés à décomposer une tâche complexe en différentes étapes.

- **L'éducateur peut m'aider à repérer les étapes d'une action afin que je puisse la finaliser.**
- **L'éducateur va m'aider à établir des priorités et à structurer ma journée.**

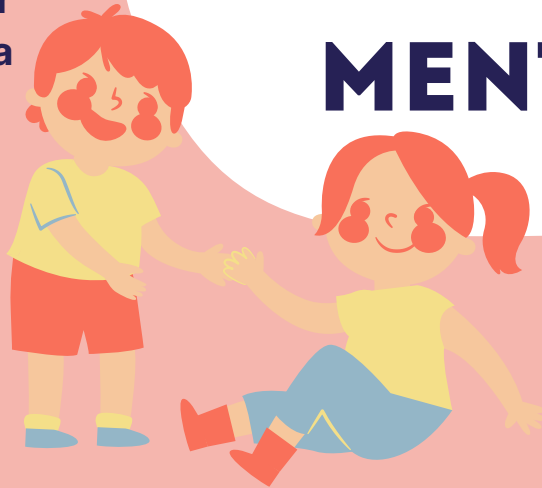
L'ERGOTHÉRAPEUTE

Je rencontre des difficultés à structurer mon espace pour m'engager dans une activité.

- **L'ergothérapeute peut me proposer de réorganiser mon espace et mon matériel.**



LES ACCOMPAGNEMENTS



LE PSYCHOLOGUE

J'ai des difficultés à m'organiser dans mon travail car je me sens dépassée par le nombre d'informations.

- **Le psychologue peut m'aider à séquencer et prioriser les différentes informations.**

POUR ALLER PLUS LOIN



Dans les troubles du spectre autistique (TSA) les troubles des fonctions exécutives concernent principalement la planification et la flexibilité mentale (capacité d'adapter son comportement aux différentes situations).

La planification dépend du lobe préfrontal et de l'amygdale du cerveau.



Le déficit en planification peut entraîner une difficulté à initier une activité, même plaisante.

Le déficit en planification ne peut pas expliquer à lui seul les particularités de fonctionnement et les difficultés d'une personne ayant des troubles du spectre autistique. On peut aussi constater des difficultés en planification dans la dyslexie, le TDAH et le syndrome de Gilles de la Tourette.

Des tests peuvent être réalisés par des professionnels de santé pour évaluer la planification. (WCST, test de la tour de Londres, BRIEF, NEPSY-II).



Flyer réalisé par Lisa
BRIOT, stagiaire
psychologue au
SESSAD de LUNEVILLE,
Mars 2022