



FEUILLE DE CONSEILS

Le recours à des séquences visuelles pour l'apprentissage des aptitudes d'autogestion

L'apprentissage de nouvelles aptitudes d'autogestion, comme apprendre à s'habiller, prend du temps et de la pratique. Une séquence visuelle consiste en une série d'illustrations montrant les étapes nécessaires à l'accomplissement de l'activité.

La décomposition d'une activité en plusieurs étapes (procédé également appelé analyse des tâches) aidera votre enfant à suivre lorsque vous commencerez à lui apprendre comment faire. En tant qu'adulte, nous exécutons certaines activités depuis tellement longtemps que nous oublions parfois combien d'étapes sont nécessaires. Le fait de se brosser les dents par exemple. Voici quelques-unes des étapes impliquées : trouver sa brosse à dents, trouver du dentifrice, ouvrir le tube de dentifrice, appuyer sur le tube pour appliquer le dentifrice sur la brosse à dents, ouvrir la bouche, brosser doucement les dents et se rincer la bouche avec de l'eau. Une simple activité comme le brossage des dents peut être très complexe.

Maintenant, faites la liste des étapes d'une activité d'autogestion que vous souhaitez enseigner à votre enfant. Une fois que vous avez dressé la liste des étapes, prenez note des étapes qu'il est capable d'accomplir et celles qui seront peut-être plus difficiles. Ceci vous aidera à prévoir sur quelles étapes il faudra passer plus de temps lorsque vous commencerez l'apprentissage.

Lorsque vous créez une séquence visuelle, n'oubliez pas qu'il est difficile pour les enfants (et les adultes) d'assimiler plus de six ou sept étapes à la fois. Une fois

que la liste des étapes est prête, vous pouvez commencer à créer une séquence visuelle. Ceci aidera votre enfant :

1. Déterminez de quels objets il a besoin pour effectuer cette tâche.
2. Apprenez comment il peut utiliser ces objets.
3. Comprenez la séquence d'actions qu'il doit suivre pour effectuer cette tâche.

Types d'illustrations à utiliser

Vous pouvez utiliser des photographies d'un frère ou d'une sœur en train d'effectuer l'activité d'autogestion, découper des photos dans un magazine ou

Prendre sa brosse à dents



les dessiner vous-même. Vous pouvez également consulter la Machine à fabriquer des images pour pouvoir utiliser les symboles illustrés. Assurez-vous que les illustrations sont claires et que votre enfant sera capable d'identifier les objets sur les photos ou les dessins. Il peut être bon d'étiqueter chaque étape de la séquence avec des mots à titre d'aide-mémoire pour toutes les personnes participant aux activités d'autogestion de votre enfant. Par exemple, les mots « Prendre sa brosse à dents » peuvent figurer au-dessus de l'image d'une brosse à dents. Votre enfant retiendra plus facilement les étapes de la séquence si les mêmes mots sont utilisés pour décrire les actions.

Apprentissage de la nouvelle activité

Lorsque vous enseignez une nouvelle activité à votre enfant, il est préférable de se trouver dans un endroit organisé et sans distractions. Par exemple, dans la salle de bains, vous pouvez réserver un petite place dans un placard ou sur un plan de travail pour y placer les objets dont votre enfant a besoin pour se brosser les dents. Si vous lui donnez une brosse à dents colorée et un dentifrice spécial pour les enfants, votre enfant aura davantage envie de se brosser les dents.

Introduisez la séquence visuelle en l'affichant au niveau des yeux de votre enfant, en pointant du doigt l'illustration correspondant à chaque étape avant d'effectuer l'action. Il comprendra ainsi le lien entre une image spécifique et l'action. Une fois que votre enfant s'est familiarisé avec la séquence visuelle, vous

pouvez lui demander de dire ou de montrer l'étape suivante.

Certaines étapes de l'activité pourront s'avérer difficiles physiquement pour votre enfant même s'il sait quoi faire. Si l'enfant est contrarié, demandez-lui s'il a besoin d'aide et guidez-le pas à pas dans la réalisation de l'étape. Peu importe si vous devez aider votre enfant pour l'exécution d'une grande partie des activités. L'important est de l'encourager dans ses efforts.

À certains moments, vous vous apercevrez peut-être que votre enfant est capable d'effectuer certaines étapes par lui-même, en étant peu encadré. Vous pourrez alors réduire le nombre d'illustrations de la séquence visuelle. Par exemple, « Prendre la brosse à dents et le dentifrice », « se brosser les dents », « se rincer la bouche ». Une fois que vous êtes sûr que votre enfant se brosse les dents correctement, vous pouvez l'autoriser à le faire tout seul une fois par jour. N'oubliez pas de laisser la séquence bien en vue à titre d'aide-mémoire!

Souvenez-vous que les aides visuelles permettent à votre enfant de comprendre et de communiquer plus facilement. Le recours aux aides visuelles pour l'apprentissage des aptitudes d'autogestion par votre enfant constitue la première étape vers l'indépendance.