

Utiliser les techniques d'enseignement des réponses pivots à la maison

Article 5 : L'autogestion

No 80, Avril 2014

Par : Teal Shirk-Luckett, Consultant en TSA – Programme de soutien en milieu scolaire,
HandsTheFamilyHelpNetwork.ca

La technique de l'autogestion permet d'apprendre à évaluer et à modifier son propre comportement. L'autogestion est largement perçue comme un comportement pivot, car les personnes qui apprennent à gérer leur propre comportement continuent de le faire à l'issue de la situation d'enseignement (Koegel, R. L., Koegel, L.K., Harrower, J.K., et Carter, C.M., 1999, p. 180). L'application de stratégies de motivation à l'autogestion consiste notamment à faire participer l'enfant autiste au processus décisionnel autant que possible. L'enfant peut prendre part au choix du comportement cible, des renforçateurs et du système d'enregistrement qu'il apprendra à utiliser pour s'autosurveiller.

Les étapes de l'autogestion

- **Choisir le comportement cible et le décrire (définition opérationnelle)**

Décrivez le comportement cible en des termes précis, observables et mesurables. Veillez à ce que cette description soit claire pour toutes les personnes impliquées dans l'enseignement de ce comportement ou de cette habileté.

Si votre enfant a du mal à suivre la routine du matin, vous pouvez décider qu'il est capable d'apprendre à gérer de manière indépendante et efficace les habiletés liées à cette routine. En consultation avec les autres fournisseurs de soins concernés (et avec votre enfant, s'il y a lieu), précisez que la routine du matin (s'habiller, faire son lit, déjeuner et se brosser les dents et les cheveux) peut être expédiée en moins de 40 minutes.

- **Choisir les renforçateurs**

Un renforçateur est un élément (une activité, un jeu, un aliment) que l'enfant aime. L'octroi du renforçateur est rattaché à l'accroissement ou à la diminution du comportement cible. Lorsque cela est possible, l'enfant devrait apprendre à s'accorder lui-même un renforcement après avoir réussi à maîtriser le système d'autosurveillance (voir ci-dessous).

À titre d'exemple, l'enfant peut s'adonner à l'une de ses activités préférées (utiliser l'ordinateur, lire, regarder la télévision, etc.) après avoir complété la routine du matin dans les délais fixés. Naturellement, le temps alloué à l'activité est directement lié à la rapidité avec laquelle l'enfant a complété sa routine (si la routine a été expédiée en 25 minutes, il lui reste plus de temps pour profiter du renforçateur avant l'heure prévue du départ de la maison le matin).

- **Choisir le système et l'appareil d'enregistrement**

Trouvez une façon de consigner si l'enfant a affiché ou non le comportement cible. Le système retenu doit être suffisamment simple pour que l'enfant puisse facilement l'apprendre et l'utiliser. Parmi les nombreux outils possibles, mentionnons les suivants : un tableau, un graphique, une marque sur un calendrier ou dans l'agenda scolaire, un compteur manuel ou un appareil électronique (il existe des applications pour différents systèmes téléphoniques).

Pour consigner l'achèvement de la routine du matin, on peut utiliser un simple tableau

visuel ainsi que des tampons de bingo, des collants et des marqueurs de couleur. Le tableau peut comprendre un espace où indiquer que la routine a été complétée avant que le chronomètre sonne.

- **Enseigner à l'enfant des méthodes d'autosurveillance**

Il faut enseigner à l'enfant à réaliser qu'il a complété la routine (comportement cible). Pour ce faire, des méthodes d'incitation et de renforcement peuvent être utilisées. Il faut aussi enseigner à l'enfant à inscrire l'atteinte du comportement cible (ici, la routine du matin) sur son tableau. Lorsque l'enfant pense à utiliser son tableau, un renforcement, comme l'utilisation du type de marqueur qu'il préfère, l'application d'un collant parfumé ou une tape dans la main, peut lui être accordé.

Par exemple, pendant que votre enfant apprend à s'autosurveiller en ce qui concerne la routine du matin, vous pouvez lui enseigner à régler un chronomètre et lui permettre de choisir un marqueur spécial pour cocher chacune des tâches accomplies. Lorsque l'enfant s'est acquitté de toutes ses tâches, vous pouvez l'inciter à jeter un coup d'œil au chronomètre; s'il lui reste encore du temps, il peut cocher la dernière case du tableau et passer à l'activité de renforcement.

- **Estomper progressivement les incitations externes et le renforcement de l'autosurveillance**

Lorsque votre enfant commence à surveiller efficacement son propre comportement, les incitations devraient être réduites. Le degré de renforcement accordé pour les inscriptions au tableau doit aussi être abaissé. Ces processus d'estompage permettent à votre enfant de mettre cette habileté en pratique de manière autonome.

- **Estomper la présence des adultes tout en s'assurant que l'enfant continue d'autosurveiller le comportement cible**

Lorsque votre enfant fait preuve d'une plus grande autonomie dans l'autosurveillance du comportement cible, il est important d'évaluer s'il continue à

s'autosurveiller et s'il met cette habileté en pratique dans d'autres contextes.

Revoyez périodiquement le tableau de la routine du matin et vérifiez si le chronomètre a été utilisé de manière appropriée. Si votre enfant maîtrise rapidement cette routine, sans rappels de votre part, l'utilisation du système d'enregistrement peut être estompée. Lorsque votre enfant cesse d'utiliser le tableau et le chronomètre, assurez-vous qu'il continue de s'acquitter de chacune de ses tâches dans les mêmes délais. Vous pouvez aussi évaluer s'il complète d'autres routines semblables de manière plus efficace (p. ex., la routine du coucher).

En conclusion

Ces cinq articles aident à mieux comprendre les techniques d'enseignement des réponses pivots dans quatre domaines clés : la motivation, l'initiative personnelle, la réponse aux indices multiples et l'autogestion. Les exemples fournis dans chaque article illustrent différentes façons d'utiliser ces stratégies à la maison ou dans la collectivité. Avec un peu de pratique, des membres de la famille et d'autres fournisseurs de soins réussissent à employer cette méthode d'intervention, efficace et basée sur des preuves, avec leur enfant, à la maison, tout en s'astreignant aux routines habituelles de leur ménage.

AVERTISSEMENT : Ce document reflète les opinions de l'auteur. L'intention d'Autisme Ontario est d'informer et d'éduquer. Toute situation est unique et nous espérons que cette information sera utile; elle doit cependant être utilisée en tenant compte de considérations plus générales relatives à chaque personne. Pour obtenir l'autorisation d'utiliser les documents publiés sur le site Base de connaissances à d'autres fins que pour votre usage personnel, veuillez communiquer avec Autisme Ontario par courriel à l'adresse info@autismontario.com ou par téléphone au 416 246 9592. © 2013 Autism Ontario 416.246.9592 www.autismontario.com