

### BUTS:

Sensibiliser les gens aux réalités vécues par les personnes autistes.

Informar les gens sur les comportements aidant à développer face à une personne autiste.

Trois témoignages vous sont proposés à l'annexe 12, soit le témoignage de Abdel, Julie et Steven..

Faire les photocopies nécessaires pour la réalisation de l'activité.

Mentionner aux participants que par le biais de témoignages et de partages, ils découvriront certaines réalités vécues par les personnes autistes.

Les témoignages se terminent tous par une section : « Ce que tu peux faire pour m'aider ».

Suite à la lecture des témoignages, il est possible d'animer une discussion en lien avec les comportements à avoir pour faciliter l'intégration d'une personne autiste dans un groupe.

Il est également possible de simplement faire des copies des témoignages et de les afficher dans la salle de pause ou de les laisser sur les tables pour que vos collègues puissent en prendre connaissance.



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## TÉMOIGNAGE D'ABDEL

Souvent, j'aime dire des mots ou des phrases que j'ai entendus. Je ne les comprends pas toujours et je ne m'adresse pas nécessairement à quelqu'un. Quand on me parle, je ne comprends que quelques mots qui me sont familiers et j'ai besoin d'un temps avant de répondre. Deux consignes à la fois peuvent perturber ma compréhension. Je ne prononce pas correctement les consonnes. Je communique avec quelques pictogrammes. Je ne comprends pas tous les pictogrammes mais je peux donner à un adulte l'image des toilettes quand je veux y aller, d'un verre lorsque j'ai soif, de mon jouet favori lorsque je veux jouer. Parfois je crie quand on ne comprend pas ce que je veux. Je n'aime pas quand il y a trop d'enfants autour de moi. Je n'aime pas être touché, parfois, c'est comme si je ressentais une douleur. De temps en temps, j'ai besoin de m'isoler, cela me repose. Les jeux des autres enfants ne m'intéressent pas. J'ai du mal à comprendre les règles et quand je les comprends, je n'y trouve pas forcément un grand intérêt. Mais j'aime beaucoup écouter de la musique ou des sons avec ma maîtresse et avec mon AVS. Comme j'aime beaucoup cela, je supporte bien mieux le grand groupe. J'aime aussi faire des parcours simples en « gymnastique » avec mes camarades. J'adore la piscine malgré le bruit et la présence de nombreux enfants. Mon jouet favori est une balle en mousse, je crie quand on me la prend. J'aime aussi suivre les angles des murs et les lignes. J'aime aligner des objets, je le fais très souvent. Les autres me trouvent bizarre. Les reflets des rayons de soleil sur la vitre m'empêchent de faire certaines activités. Je ne peux pas m'empêcher de regarder ces reflets et j'en perds mon attention. Les cris des enfants dans la cour me sont insupportables. Cela me fait mal aux oreilles et je les bouche dès que je vois un groupe d'enfants. Le bruit d'un crayon qui tombe m'est très désagréable.

## « Comment m'aider ? »

Tout d'abord, il y a des tas de choses que je sais faire et grâce à vous tous, je peux en apprendre beaucoup d'autres. Toutes les personnes qui m'accompagnent, à l'école et en dehors, m'apportent leur aide. Votre soutien va me permettre d'évoluer, de grandir parmi vous tous. C'est très encourageant pour moi et ma famille. Plus concrètement vous pouvez m'apprendre à reconnaître plus de pictogrammes pour que je puisse communiquer et peut-être qu'un jour, je les associerai à mes mots. En observant mes difficultés, vous pourrez les évaluer et m'offrir les meilleures conditions pour que je puisse apprendre. Protégez-moi autant que possible des bruits et de tout ce qui m'empêche de me concentrer, d'écouter, de réussir un exercice, une activité. Apprenez-moi à réaliser des tâches seul. Encouragez-moi, même si je ne montre pas mes émotions. Donnez-moi des exercices et des activités à la mesure de mes compétences, de mes capacités et de mon état d'anxiété ou de fatigue du moment. J'accepte plus facilement de déposer ma balle en mousse dans une boîte, surtout si je sais quand je pourrai la récupérer, comme cela, elle ne gênera pas mon attention ni celle des autres enfants.

Ces témoignages sont fictifs, très peu de personnes ayant des troubles du spectre de l'autisme nous font part de leurs difficultés ou de leurs souhaits. Pourtant, nous pourrions rencontrer des enfants ressemblant à Julie, Abdel ou Steven avec leur manière peu ordinaire de percevoir et de comprendre le « monde » autour d'eux.



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## TÉMOIGNAGE DE JULIE

Je m'exprime avec un très bon vocabulaire, parfois j'invente des mots. J'ai une excellente mémoire et en mathématique, physique, informatique, je suis l'une des meilleurs de ma classe. Je chante très bien et j'apprends le piano. J'ai deux passions : les animaux et le dessin. Je parle beaucoup de chevaux, de chiens, de chats. Mes camarades me disent qu'ils en ont assez de m'entendre et me laissent souvent seule. Leurs jeux ne m'intéressent pas et je leur dis. Je dis aussi quand un élève dessine mal ou quand il est nul en mathématiques. Je ne demande pas d'aide même si j'en ai besoin, même si je ne comprends pas une consigne. Je comprends les mots au sens littéral. J'ai du mal avec le second degré. En classe, il m'arrive de couper la parole à mes camarades pour dire une bonne réponse. Dans un jeu, je préfère diriger. Je m'adresse aux autres avec autorité et sans détour, ce qui blesse parfois mes camarades. Je ne mens jamais et si je dénonce l'un d'eux, c'est qu'il a fait une chose interdite. On me dit souvent que je manque de tact. Moi, je suis les règles à la lettre. Avec mes mains, je fais des gestes bizarres, on appelle cela des stéréotypies. C'est plus fort que moi. Les autres se moquent de moi et je suis souvent seule. J'aimerais avoir des amis mais je ne sais pas comment m'y prendre et ils ne me comprennent pas. Rien ne se voit sur mon visage mais je suis triste. J'aime skier avec mes frères et soeurs. J'aime dessiner des animaux. Je fais des exposés très précis sur la vie des chevaux sauvages. Ils me passionnent. A la maison, j'ai une collection de chiens et chats en peluches. J'aime les ranger en les alignant tout autour de mon lit avant de me coucher. Je lis beaucoup de livres animaliers et depuis peu des ouvrages sur l'histoire et la géographie. J'ai une bonne mémoire.

## « Comment m'aider ? »

Acceptez-moi avec mes atouts mais aussi avec mes difficultés. Même si je montre des compétences où je fais preuve d'intelligence dans de nombreux domaines, il m'est très difficile de comprendre certaines situations. Notamment lors de discussions avec mes camarades ou avec des adultes. Je ne comprends pas toujours la signification de certains sourires, de certaines expressions des visages. Je ne sais pas toujours ce que l'on attend de moi. Je pense parfois que l'on se moque de moi. Pour les mêmes raisons, je n'ai pas toujours conscience des conséquences de mes paroles. Je peux dire à un camarade qu'il est nul. Pourtant, il n'y a pas forcément de volonté de ma part d'être désobligeante. C'est difficile à comprendre pour les professeurs et pour mes camarades qui ne voient dans mon intention d'être objective qu'indiscipline et arrogance. C'est difficile à admettre mais mon intelligence ne me permet pas toujours de comprendre tous les codes sociaux appris intuitivement par les enfants « ordinaires ». Mes maladroites me causent beaucoup de désagrément. Je ne le montre peut-être pas mais c'est décourageant. Cela m'attriste. Des consignes claires. J'ai besoin d'être guidée. J'ai besoin que l'on m'indique comment me comporter avec les autres, comment demander à un camarade pour qu'elle accepte de jouer avec moi, comment m'organiser. Acceptez-moi comme je suis et encouragez-moi, j'en ai besoin.

Ces témoignages sont fictifs, très peu de personnes ayant des troubles du spectre de l'autisme nous font part de leurs difficultés ou de leurs souhaits. Pourtant, nous pourrions rencontrer des enfants ressemblant à Julie, Abdel ou Steven avec leur manière peu ordinaire de percevoir et de comprendre le « monde » autour d'eux.



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881

## TÉMOIGNAGE DE STEVEN

Je ne parle pas. Mais parfois, je répète des mots que je viens d'entendre, sans en comprendre le sens. Lorsque je veux quelque chose, je prends la main de n'importe quel adulte et l'entraîne vers l'objet désiré. Puis j'attends sans montrer précisément ce que je veux. Sans réponse je peux entrer dans une grande colère. J'ai alors besoin de beaucoup de temps pour me calmer. Pour un mal de dent, je peux pleurer en touchant mon ventre. Il m'arrive alors de me mordre le bras.

Je souris souvent et parfois, je ris sans raison apparente. Le mouvement des groupes d'enfants à la récréation, à la piscine ou à la cantine provoque en moi une excitation qui peut me submerger. J'ai là encore beaucoup de mal à retrouver mon calme. Je peux me mettre à pleurer et même mordre un de mes camarades. Je n'aime pas être trop près des autres, je n'aime pas quand quelqu'un me touche. Mais si un élève a un objet qui m'attire, je lui prends des mains. En général, je ne supporte pas d'attendre. J'aime faire de la peinture avec ma maîtresse, mon AVS et un petit groupe d'enfants. J'aime beaucoup les promenades en compagnie de mes camarades. J'aime faire du sport en suivant le parcours de santé. Si un bâton est de l'autre côté de la route, je peux traverser sans avoir conscience du danger. Ce que je préfère, c'est taper un bâton sur le sol ou regarder les plaques d'égout. Quand on me touche, j'éprouve une sensation de douleur. En mangeant certains aliments, j'ai l'impression d'avaler du papier de verre ou des orties.

## « Comment m'aider ? »

Acceptez-moi comme je suis. Ne vous découragez pas si je me mets en colère, si je crie, si je suis parfois agressif avec les autres enfants. Ce n'est pas votre faute. Vous pouvez m'aider en me proposant des activités à ma portée tout en me protégeant des gênes qui peuvent me submerger comme des bruits trop longtemps supportés ou une trop grande proximité avec mes camarades. Proposez-moi et multipliez des situations où je suis en réussite, avec des exercices que je maîtrise, très progressivement complexifiés. Apprenez-moi à mieux communiquer. Accordez-moi des temps de répit, des temps où j'écoute tranquillement une musique douce, j'en ai besoin. J'ai à faire plus d'efforts que mes camarades pour m'adapter aux exigences de la classe. Les rituels m'aident à comprendre le déroulement du temps. Vous pouvez m'aider à comprendre ce que je dois faire, m'aider à prévoir ce qui va se passer par des informations à ma portée. Grâce à toutes vos aides, vos encouragements, votre imagination pour me motiver, je pourrai mieux comprendre, mieux apprendre. Une fois apaisé, réconforté, rassuré, comprenant mieux mon environnement, ayant des outils de communication, je pourrai alors évoluer favorablement.

Ces témoignages sont fictifs, très peu de personnes ayant des troubles du spectre de l'autisme nous font part de leurs difficultés ou de leurs souhaits. Pourtant, nous pourrions rencontrer des enfants ressemblant à Julie, Abdel ou Steven avec leur manière peu ordinaire de percevoir et de comprendre le « monde » autour d'eux.



[www.autisme-cq.com](http://www.autisme-cq.com)

1-888-477-0881