

Exemples d'outils faits à la main

Cette **séquence de retour au calme** peut être utilisée quand la personne autiste doit se retirer afin de se calmer. Cela illustre ce qui s'en vient et aide à s'apaiser. On peut y ajouter aussi les comportements attendus du retour à l'activité.

Séquence de retour au calme

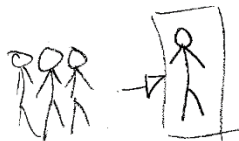
J'ai trop de
colère ou
d'inconfort



Je m'apaise



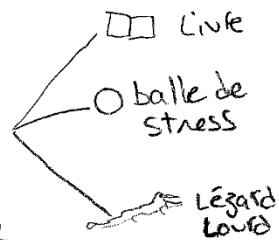
J'ai retrouvé
mon calme



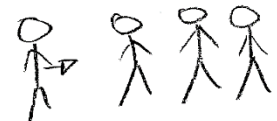
Je me retire
dans un
endroit
tranquille



Je respire



J'utilise
une
méthode
d'apaisement



Je retourne à
mon activité

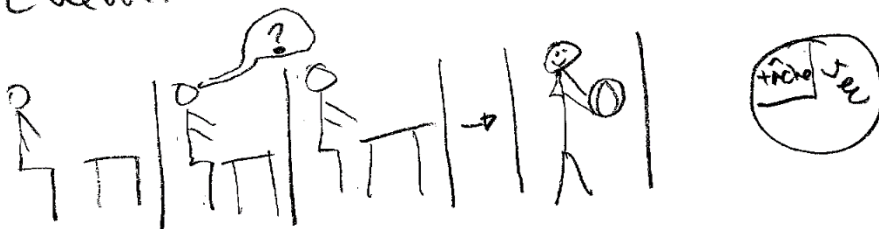
Chemin court/chemin long peut servir dans le cas de tâches où la personne autiste décroche souvent par difficulté ou frustration. Cela illustre le fait que demander de l'aide raccourcit la durée du travail et réduit la frustration. Elle arrive plus vite à faire ce dont elle a envie et elle a plus de temps libre. De même Lorsque la personne doit se retirer pour se calmer, le chemin sera moins long avant le retour si elle suit sa séquence de retour au calme

chemin long / chemin court

Chemin Long :

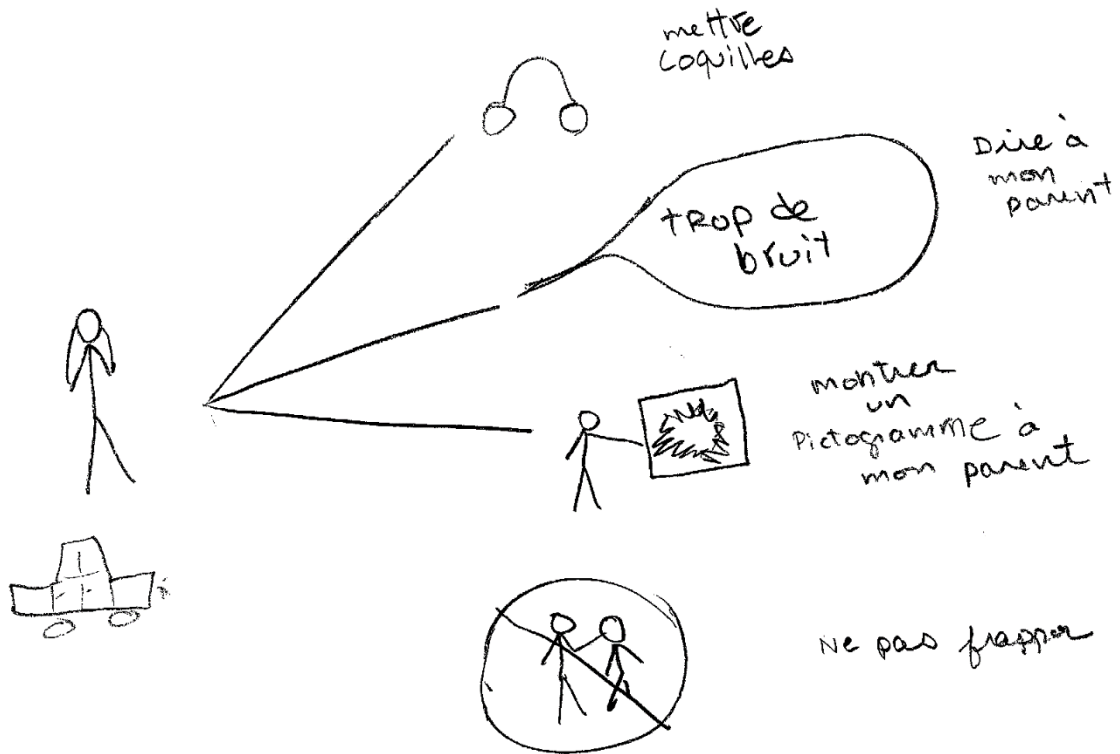


chemin court :

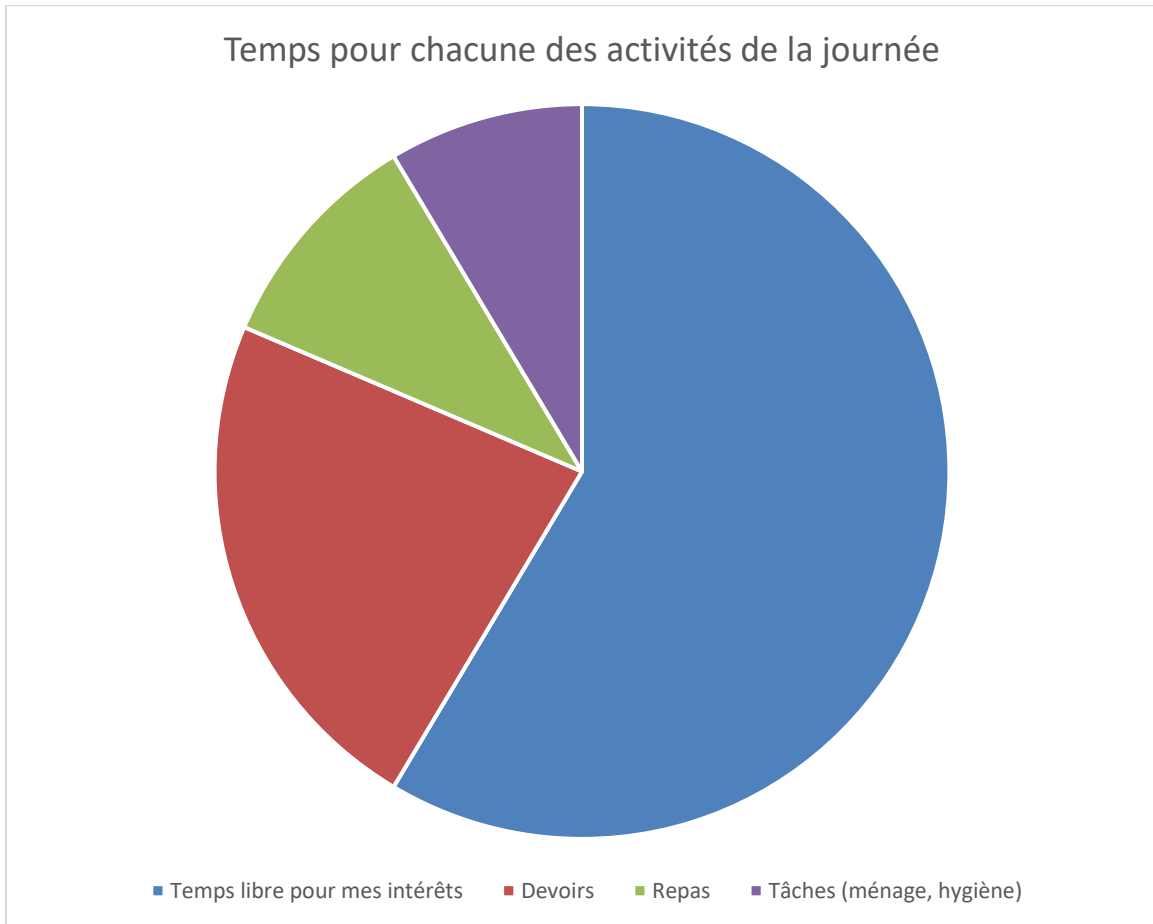


Cet outil illustre les **options possibles et adéquates** pour la personne autiste de gérer le bruit.

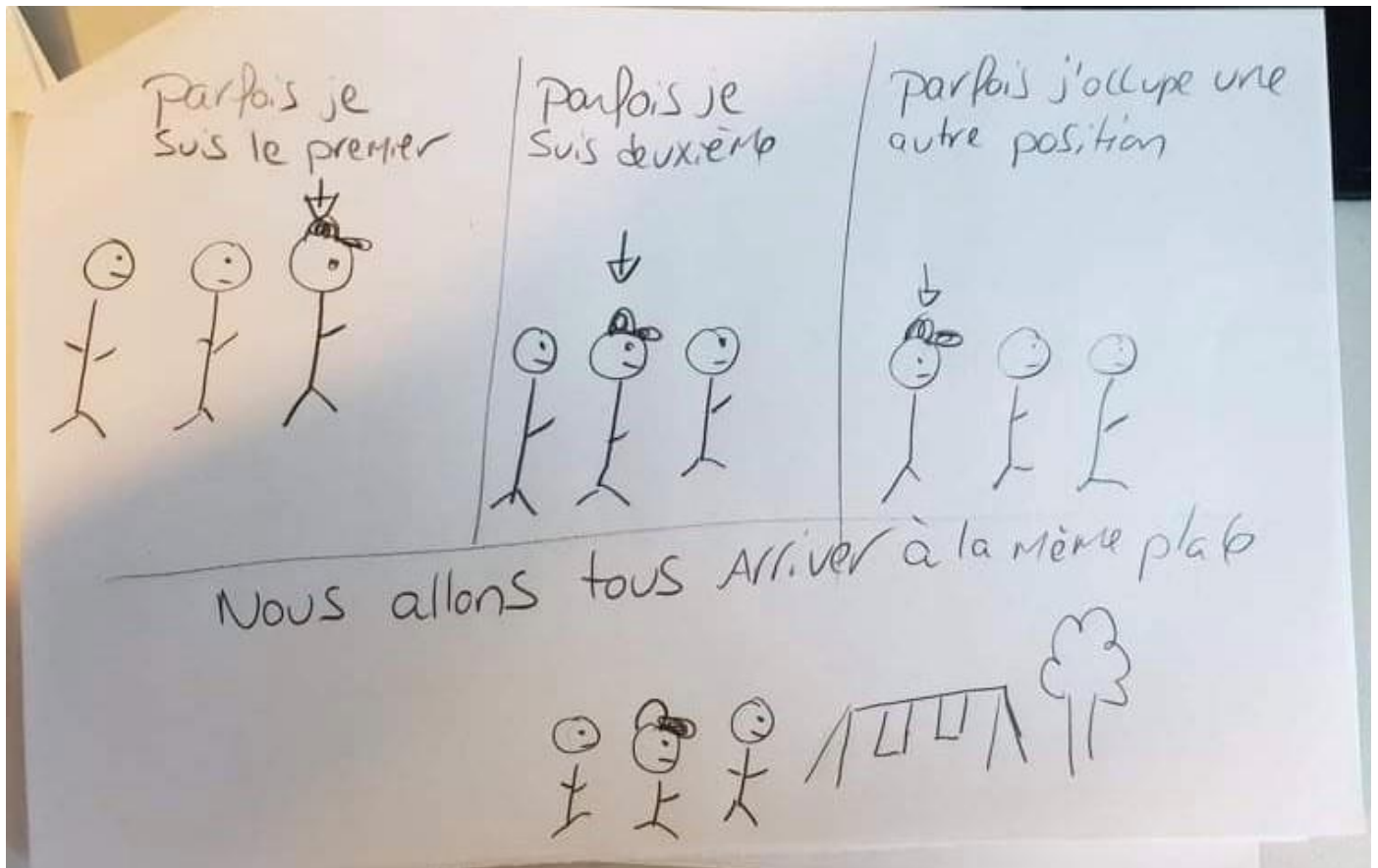
s'il y a trop de bruit dans
l'auto



Le concept de **tarte de temps** peut aider à illustrer à l'enfant la part de temps qui lui est accordé pour ses centres d'intérêt. En représentant part de temps de chacune des catégories d'occupation dans la journée (repas, tâches, école, devoirs, etc. et centres d'intérêt) cela permet à la personne autiste d'être rassurée. Ici, il s'agit d'un tableau Word, mais il peut être fait avec un crayon!



Cet outil permet d'illustrer le **concept de rang** pour les personnes autistes qui insistent pour être les premières.



Cet outil permet d'illustrer **ce qui s'en vient**, par exemple, « Tu peux jouer avec ta ficelle 15 minutes et après, nous irons promener le chien ».

