



Groupement National  
centres ressources autisme

# ELABORATION D'UN PLANNING POUR FACILITER LE CONFINEMENT

## LA STRUCTURATION TEMPORELLE POUR L'ENFANT AUTISTE : POURQUOI Y RECOURIR ?

- Gérer les difficultés à se repérer dans le temps
- Gérer les difficultés à estimer les durées
- Faire face à l'intolérance plus ou moins forte au changement
- Permet d'anticiper les changements dans les routines
- Aide à mieux comprendre les situations
- Diminue l'anxiété et donc les troubles du comportement

## L'UTILISATION D'UN EMPLOI DU TEMPS

### 1 Le principe :

Utiliser des signaux visuels concrets (supports écrits, pictogrammes ou objets) qui indiquent à la personne :

- Ce qu'elle va faire
- Où elle doit aller
- L'ordre des activités
- Ce qui se passe après

### 2 Cela permet de :

- Rassurer
- Rendre compréhensible **la séquence** et le **déroulement**
- Rendre plus **autonome**
- Rendre plus **flexible**

### 3 Individualiser l'emploi du temps :

- Quel type d'emploi du temps, quels supports visuels utiliser ?

#### EMPLOI DU TEMPS JOURNALIER

La veille au soir et le matin, l'enfant est invité à regarder ce programme, ainsi il sait comment sera organisée sa journée

#### EMPLOI DU TEMPS HEBDOMADAIRE

Lorsque l'enfant est **plus grand et mieux repéré dans la semaine**, il est intéressant d'utiliser un emploi du temps hebdomadaire pour lui permettre de visualiser quel jour aura lieu l'activité qu'il réclame

- Où sera-t-il localisé ? Il faut privilégier **un lieu fixe pour positionner l'emploi du temps** afin que l'enfant sache toujours où le trouver.
- Comment la personne sera-t-elle incitée à consulter son emploi du temps ? Ajout possible d'un  **curseur de temps ou d'une croix** dans l'emploi du temps journalier pour montrer que l'activité est finalisée.
- L'utilisation d'**un time-timer pour visualiser la durée d'une activité** peut être utile pour diminuer les troubles de l'attention et l'instabilité motrice. C'est bien évidemment l'adulte qui détermine la durée de l'activité. Le timer peut être utilisé autant pour une activité peu appréciée de l'enfant que pour une activité préférée qu'il pourrait avoir du mal à abandonner.

#### 4 Intégrer des intérêts :

- Récompenses
- Jeux
- Récréation / Temps de pause

#### 5 Travailler la flexibilité :

- Changer l'ordre des pictogrammes
- Barrer un pictogramme pour signifier le changement
- Carte « imprévu »
- Carte « attendre »

## MODÈLES DE PLANNINGS TYPES SUR LE SITE DU GNCRA



Vous pouvez télécharger les plannings types suivants :

Planning semaine

Planning routine du matin

Planning routine du soir

Planning activités maternelle

Planning activités libres

Planning vide à remplir



Ce sont des emplois du temps très détaillés mais vous pouvez bien sûr **les adapter à votre situation propre et à votre enfant**

## RESSOURCES DE PICTOGRAMMES

- Listing des sites de pictogrammes : [www.autisme-ressources-lr.fr/IMG/pdf/ressources-pictogrammes.pdf](http://www.autisme-ressources-lr.fr/IMG/pdf/ressources-pictogrammes.pdf)
- Planche de pictogrammes : [www.bloghoptoys.fr/wp-content/uploads/2016/01/pictosA4.pdf](http://www.bloghoptoys.fr/wp-content/uploads/2016/01/pictosA4.pdf)
- Séquence de pictogrammes vie quotidienne à télécharger : [www.bloghoptoys.fr/sequences-de-pictogrammes-faciliter-gestes-quotidiens](http://www.bloghoptoys.fr/sequences-de-pictogrammes-faciliter-gestes-quotidiens)
- Pictogrammes pour identifier toutes les salles de la maison : [www.bloghoptoys.fr/des-pictogrammes-pour-identifier-toutes-les-pieces-de-la-maison](http://www.bloghoptoys.fr/des-pictogrammes-pour-identifier-toutes-les-pieces-de-la-maison)

**Sources :** – Utilisation de supports visuels pour aider l'enfant autiste au domicile - CRA Languedoc Roussillon : [www.autisme-ressources-lr.fr](http://www.autisme-ressources-lr.fr)  
 – Mettre en place des outils pratiques pour le quotidien - CRAIF : [www.craif.org](http://www.craif.org)