

## **Les enfants avec des besoins spéciaux et le judo par Torrie Johal**

Torrie Johal possède une maîtrise en éducation, avec spécialisation auprès des enfants ayant des besoins spéciaux. Elle est ceinture noire et vit à Calgary.

### **Qu'est-ce qui compte vraiment?**

Il y a quelques années, à l'occasion des Jeux Olympiques spéciaux de Seattle, neuf participants, tous handicapés physiquement ou mentalement, étaient réunis à la ligne de départ du 100 mètres sprint. Au coup du pistolet, ils se sont tous élancés, pas exactement dans un sprint, mais avec le désir de faire la course jusqu'au bout et de gagner. Tous sauf un garçon, qui avait trébuché, fait quelques culbutes, et s'était mis à pleurer. Les huit autres participants, en entendant le garçon pleurer, ont ralenti leur course et se sont arrêtés. Puis ils ont tous fait demi-tour, chacun d'eux. Une fille, atteinte du syndrome de Down, s'est alors penchée sur le jeune garçon pour l'embrasser et lui dire « ça va aller mieux ». Puis les neuf se sont pris la main et ont marché ensemble jusqu'à la ligne d'arrivée. Tout le monde s'est levé dans le stade, et les applaudissements ont duré 10 minutes.

**- Auteur inconnu**

### **Les enfants ayant des besoins spéciaux**

Objectifs d'apprentissage :

- expliquer la complexité des enfants ayant des besoins spéciaux;
- donner un aperçu de certains comportements communs et de la façon d'y faire face;
- encourager les entraîneurs à mettre en œuvre des stratégies qui aideront toute la classe, pas seulement un seul enfant.

## **Établir les attentes**

Pour qu'un enfant puisse accomplir une tâche, de nombreux facteurs entrent en jeu. Par conséquent, les entraîneurs doivent tenir compte des points suivants avant de définir leurs attentes face aux élèves.

- **Âge** (âge chronologique et âge mental)
- **Expérience** (l'enfant a-t-il déjà tenté cette expérience avant?)
- **Intelligence** (l'enfant est-il capable de comprendre ce qu'on lui demande?)
- **Aptitude** (l'enfant a-t-il développé la capacité naturelle d'apprendre ou doit-on lui montrer? l'enfant est-il capable de généraliser les connaissances enseignées?)
- **Entraînement** (s'il n'en a pas la capacité naturelle, l'enfant a-t-il reçu l'enseignement nécessaire pour faire ce qu'on lui demande : planification motrice, découpage en étapes, etc.?)
- **Besoins** (est-ce que les besoins de l'enfant sont satisfaits de telle manière qu'il puisse répondre à ce qu'on lui demande? a-t-il suffisamment d'information?)
- **Désir** (l'enfant est-il suffisamment motivé pour exécuter la tâche demandée?)
- **Maturité** (est-ce qu'un enfant normal du même âge peut exécuter cette tâche?)

- **Éducation** (est-ce que l'enfant a les compétences nécessaires pour accomplir la tâche demandée : organisation, cause à effet?)
- **Valeurs** (est-ce important pour l'enfant?)
- **Émotions** (l'enfant est-il dans un état d'esprit suffisamment calme pour entendre ce qu'on lui demande et répondre aux attentes? des périodes de transition sont-elles nécessaires?)
- **Santé** (est-ce que les problèmes de santé de l'enfant nuisent à son traitement de l'information? est-il trop faible? a-t-il des problèmes sensoriels? est-il trop fatigué?)

Tiré de : Isaksen, Dr. Henry & The Parenting Resource Group. *How to Get Your Kids to Clean Their Rooms and Other Impossible Tasks*. (1985), Brite Music Enterprises, Inc.

## Donner des consignes

**Consigne :** Ce que vous demandez à l'enfant de faire.

### Les consignes doivent être :

#### Clares, simples et directes

Assurez-vous que vos objectifs sont clairs.

Est-ce que l'enfant sait ce que vous demandez?

Ayez un seul objectif en tête quand vous faites une demande.

« Place tes chaussures sur l'étagère. »

Cela signifie « place tes chaussures sur l'étagère »... et non côte à côte à la fin de la deuxième tablette.

Si vous voulez que l'enfant place ses chaussures côte à côte, à la fin de la deuxième tablette, il faut le demander clairement.

Si l'enfant est capable de comprendre plus d'un objectif, assurez-vous que chaque objectif est clair.

« Place tes chaussures côte à côte sur l'étagère ».

La consigne est claire et les deux objectifs ont été énoncés.

Exemples :

« Vous devez vous mettre en ligne et saluer. »

« Attachez votre ceinture. »

« Saluer d'abord votre partenaire, puis allez vous chercher à boire. »

#### Cohérentes

Adressez une demande à l'enfant : « Place tes chaussures sur l'étagère ».

Si l'enfant ne répond pas, répétez la même demande.

Assurez-vous d'utiliser les mêmes mots pour éviter de mêler l'enfant.

#### Respectées

Si l'enfant ne répond pas à la demande, aidez-le à le faire.

Cela enseignera à l'enfant que lorsqu'on lui donne une consigne, il doit la respecter la première fois.

Il doit respecter la consigne dès la première fois, autrement l'enfant apprendra qu'il n'est pas important d'écouter la première fois.

Si l'enfant ne réagit pas correctement à votre demande, répondez avec une voix neutre et aidez l'enfant à respecter la consigne, en utilisant le message le mieux approprié.

N'oubliez pas... les consignes **NE DOIVENT PAS** :

Être trop longues ou trop complexes... « Attachez votre ceinture, trouvez-vous un partenaire, faites 30 sauts à saute-mouton, 20 sauts avec écart simultané des bras et des jambes, puis allez vous chercher à boire... »

OU

Être répétitives... « Allons-y, allez, dépêchez-vous, prenez votre ceinture, mettez votre ceinture, dépêchez-vous, tout le monde attend après vous... »

OU

Être trop confuses... « Empoignez votre partenaire, lancer une attaque, attendez la contre-attaque, essayez deux contre-attaques différentes, et poursuivez avec un ne-waza. »

### **Temps de réaction**

Certains enfants ont besoin de plus de temps. Certains peuvent prendre jusqu'à 30 secondes avant de réagir.

Si l'enfant tente de répondre à la consigne, donnez-lui plus de temps (jusqu'à 30 secondes).

Si l'enfant ne tente pas de répondre à la consigne, aidez-le à prendre une décision en utilisant les messages donnés à la section **Messages**.

### **Choix et demande**

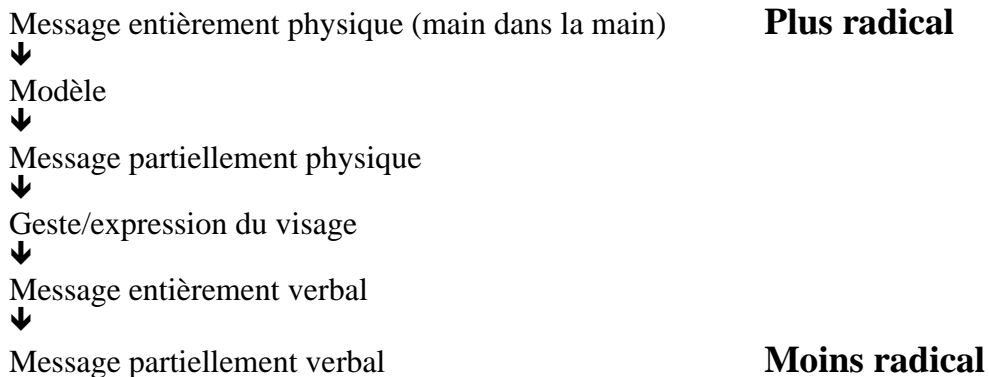
Si vous offrez à l'enfant un **choix**, posez-lui alors une question. « Veux-tu combattre le premier? »

Si vous offrez à l'enfant un choix (« Veux-tu combattre le premier? »), et que sa réponse est **NON**, vous devez respecter son choix. Il est absolument essentiel que vous respectiez la réponse de l'enfant. Si sa réponse n'est pas respectée, cela enseignera à l'enfant que son opinion ne compte pas. Vous pouvez revenir à la consigne un peu plus tard, mais rappelez-vous que vous devez formuler votre demande comme une **consigne** si vous voulez que l'enfant la respecte... « C'est ton tour de combattre maintenant. » ou « Tu dois combattre maintenant. »

### **Messages**

Les messages suivent une hiérarchie, du plus radical au moins radical. On peut y avoir recours plus souvent quand on enseigne une nouvelle technique ou que l'on travaille avec un nouvel enfant. Toutefois, on doit les délaisser tranquillement dès que l'enfant commence à apprendre la nouvelle technique ou compétence. L'objectif des messages est qu'en bout de ligne ils ne seront plus nécessaires. Cependant, pour certains enfants, ce ne sera pas le cas, et il faudra essayer de réduire l'utilisation de ces messages au lieu d'essayer de les éliminer complètement. Les messages doivent être abandonnés dès que possible, de manière à ne pas amener l'enfant à devenir dépendant de ces messages. Quand c'est possible, il faut utiliser le message le moins radical qui aide encore l'enfant.

### Hiérarchie des messages



**Tâche réceptive :** l'enfant répondra à une consigne en vous montrant quelque chose ou en faisant quelque chose.

**Tâche expressive :** l'enfant répondra à une consigne par des mots.

**1. TYPE :** Message entièrement physique (main dans la main)

#### **DESCRIPTION :**

Il s'agit de donner un message entièrement physique une fois votre consigne donnée.

#### **QUAND UTILISER CE TYPE DE MESSAGE :**

Pour une tâche réceptive.

Quand l'enfant n'est pas certain de la réponse.

Quand l'enfant est aux prises avec des problèmes de planification motrice.

#### **EXEMPLES :**

« Met ta ceinture. » .....Aidez l'enfant à attacher sa ceinture.

« Met ta main ici. » .....Prenez la main de l'enfant et déplacez-la.

**2. TYPE :** Modèle

#### **DESCRIPTION :**

Il s'agit de donner la réponse avant de poser une question ou de demander quelque chose à l'enfant.

#### **QUAND UTILISER CE TYPE DE MESSAGE :**

Pour des tâches réceptives.

La première fois que l'enfant effectue une activité.  
Quand l'attention de l'enfant est faible.

**EXEMPLES :**

- « Je saute. »
- « Essayons un nouvel exercice. »
- « Regarde ce que je fais. »

**3. TYPE :** Message partiellement physique

**DESCRIPTION :**

Il s'agit de déplacer son bras ou son pied une fois la consigne donnée.

**QUAND UTILISER CE TYPE DE MESSAGE :**

- Pour des tâches réceptives.
- Quand l'enfant n'est pas certain de la réponse.
- Quand l'enfant est aux prises avec des problèmes de planification motrice.

**EXEMPLES :**

- « Met ta ceinture. » ..... Tenez la ceinture de l'enfant.
- « Avec quelle main peux-tu amortir ta chute? » ..... Tapez doucement sur la main de l'enfant.

**4. TYPE :** Geste/expression du visage

**DESCRIPTION :**

Il s'agit d'aider l'enfant à répondre à ce qu'on lui demande par un geste ou une expression.

**QUAND UTILISER CE TYPE DE MESSAGE :**

- Pour des tâches réceptives et expressives.
- Quand l'enfant est déjà familier avec la demande.
- Quand l'attention de l'enfant diminue.
- Quand l'enfant commence à être fatigué.

**EXEMPLES :**

- Hochez la tête, soulevez les sourcils.
- Pointez du doigt dans une direction précise.

**5. TYPE :** Message entièrement verbal

**DESCRIPTION :**

Il s'agit de donner la réponse après avoir donné sa consigne ou poser une question.

**QUAND UTILISER CE TYPE DE MESSAGE :**

- Pour une tâche expressive.
- Quand l'enfant n'essaie pas de répondre après la consigne initiale.

**EXEMPLES :**

- « Comment appelle-t-on cette projection? » ..... « O-soto-gari »
- « Que doit-on faire avant de quitter le tapis? » ..... « Saluer »

**6. TYPE :** Message partiellement verbal

### **DESCRIPTION :**

Il s'agit de donner le début de la réponse après avoir donné sa consigne ou posé une question.

### **QUAND UTILISER CE TYPE DE MESSAGE :**

Pour une tâche expressive.

Quand l'enfant connaît la réponse.

Quand l'enfant connaît la réponse, mais n'arrive pas à l'exprimer (il l'a sur le bout de la langue).

### **EXEMPLES :**

« Comment appelle-t-on un brise-chute latéral » ..... « Yo... »

« Comptons jusqu'à dix. » ..... « Ichi, ni... »

## **Renforcement positif**

### **Types de renforcement positif**

**Continu :** L'enfant reçoit un renforcement chaque fois qu'il répond ou tente de répondre à une attente.

**Intermittent :** L'enfant reçoit un renforcement de temps en temps quand il répond ou tente de répondre à une attente. Par exemple, l'enfant peut recevoir un renforcement si c'est la troisième fois qu'il répond correctement à une question, ou s'il suit les consignes depuis 10 ou 15 minutes.

### **Lignes directrices**

Un **renforcement** peut être une chose aussi simple qu'un verre d'eau qu'on donne à l'enfant.

Le renforcement doit être **immédiat** et il doit être donné tout de suite après la réponse de l'enfant.

Le renforcement doit être **mérité** et il doit être donné seulement quand l'enfant a répondu ou a tenté de répondre aux attentes.

Le renforcement ne doit pas être donné si l'enfant ne l'a pas mérité, et il ne doit pas être utilisé pour acheter la paix avec l'enfant.

Il faut toujours accompagner le renforcement **de félicitations verbales**...L'intention, c'est qu'en bout de ligne les félicitations verbales suffisent à l'enfant de telle façon qu'il n'ait plus besoin de renforcement extérieur.

Quand on introduit de nouvelles attentes, il faut faire du renforcement plus souvent afin d'aider l'enfant à apprendre la nouvelle technique ou compétence, puis passer à un renforcement **intermittent**.

Il convient de demander aux **parents** de l'enfant ce qu'il aime et ce qui le motive.

Il faut **être précis** au sujet du comportement que l'on veut renforcer. Au lieu de dire « bon travail », il faut plutôt essayer de dire « j'ai aimé que tu attaches ta ceinture par toi-même ». Cela aidera l'enfant à comprendre ce qu'il fait de bien.

### **Énoncés du type « si, alors »**

Vous pouvez utiliser les énoncés du type « si, alors » avec un enfant de votre classe. Il ne s'agit pas d'une forme de marchandage, puisque cette façon de faire vous permet d'indiquer à l'enfant ce que sera le renforcement avant que celui-ci réponde à la consigne.

**Par exemple**, « si tu réussis à projeter 10 fois ton adversaire, tu pourras faire une pause ». Si l'enfant ne répond pas à cette attente, il n'aura pas droit au renforcement.

**Il faut se rappeler de « souligner le bon comportement de l'enfant » le plus souvent possible. Il faut renforcer les bons comportements et donner à l'enfant une grande attention positive.**

Tiré de : *Help us Learn: A Self-Paced Training Program for ABA*, par K. Lear, 2000, Toronto, Ontario.

## **Intégration sensorielle**

**« Il n'y a pas de mots pour décrire l'expérience que j'ai vécue. »**

Le toucher : « Quand j'étais enfant, je détestais que les gens me touchent, par crainte que cela me rende faible. Je croyais que je serais brisé. »

L'ouïe : « Tout était toujours trop fort et tout le monde parlait toujours en même temps. »

La vue : « Il fallait que je regarde mes pieds pour comprendre où j'étais, sinon je serais tombé. »

Tiré de : *You Don't Have Words to Describe What I Experience*, The Geneva Centre for Autism ([www.autism.net/cgi-bin/viewarticle.pl?ID=90234069](http://www.autism.net/cgi-bin/viewarticle.pl?ID=90234069))

Le dysfonctionnement du système d'intégration sensorielle est un problème commun, mais mal compris, qui influence les comportements de l'enfant et sa manière d'apprendre, de se déplacer, d'interagir avec les autres ou de ressentir les choses. Les enfants touchés par ce problème ont de la difficulté à tolérer des sensations ordinaires, à planifier et à organiser leurs actions, à réguler leur niveau d'attention et d'activité (Kranowitz, p.3).

Ce dysfonctionnement touche le système nerveux central, la partie du cerveau qui sert à analyser, à réguler ou à traiter l'information qui entre.

Le lien entre le cerveau et le comportement est très fort. Quand l'enfant est incapable d'organiser l'information qui entre par ses sens, l'apprentissage devient très difficile. Quand le cerveau est désorganisé, le comportement qui suit sera aussi désorganisé.

« Si l'enfant est incapable de bien fonctionner, ce n'est pas parce qu'il ne veut pas, mais parce qu'il ne peut pas. » (Kranowitz, p.10)

Par conséquent, les entraîneurs doivent connaître ce fait, et si nécessaire, adapter leurs attentes et leurs activités afin de tenir compte des besoins sensoriels de l'enfant. Le fait de communiquer avec les parents pourra vous aider à comprendre ses besoins.

Tiré de : Kranowitz, C. (1998). *The Out-Of-Sync-Child*, New York, the Berkeley Publishing Group.

## Le comportement et son objectif

*Si le comportement d'un enfant...*

vous agace

vous met en colère

vous blesse

vous désespère

*l'objectif de l'enfant est...*

d'attirer l'attention

d'avoir le pouvoir sur vous

de se venger

d'afficher son incapacité

## Fonctions du comportement

### CHAQUE COMPORTEMENT A SA RAISON!

Il existe quatre raisons en général expliquant le comportement négatif d'un enfant. Il est important d'agir en détective pour déterminer quelle raison se cache derrière le comportement. Si l'on veut changer le comportement, il faut comprendre pourquoi l'enfant agit de cette manière. Une fois que l'on a déterminé la cause du comportement, il est possible d'amener les changements nécessaires pour encourager un comportement plus approprié et plus acceptable socialement. Les quatre raisons qui motivent les comportements négatifs sont les suivantes :

**Raisons tangibles...** Le comportement a une cause tangible ou réelle, comme une raison médicale ou environnementale. Par exemple, l'enfant tire sur son oreille parce qu'il a une infection à l'oreille, ou l'enfant enlève ses vêtements parce qu'ils sont trop chauds ou trempés. Il convient d'exclure les raisons tangibles avant de chercher d'autres raisons au comportement.

**Pour échapper à la demande...** Ce comportement survient quand l'enfant a l'intention d'éviter de répondre à la demande ou de faire la tâche qu'on lui demande, ou du moins d'en retarder l'exécution. Par exemple, on demande à l'enfant de répondre à une attente, mais il tombe en marchant sur une balle. L'instructeur lui dit alors d'aller s'asseoir dans le coin. L'enfant a réussi à éviter la tâche qu'on lui demandait. La prochaine fois qu'il



aura à participer à une activité qu'il aime moins, il est plus susceptible d'avoir envie de marcher sur une balle pour tomber sur le plancher.

**Toujours maintenir la demande originale :** L'instructeur doit maintenir la demande faite à l'enfant. Si l'enfant entre dans une grosse colère, vous pouvez réduire l'attente, et demander que l'enfant y réponde. Par exemple, si la demande originale est « projetez la rangée d'adversaires devant vous », vous pourriez limiter la demande en disant « choisissez un adversaire et projetez-le ». Cela enseignera à l'enfant qu'il ne s'agit pas d'un laissez-passer et qu'éviter de faire ce qu'on lui demande n'est pas une option. **Pour cette raison, il est impératif que CHAQUE FOIS vous pensiez à votre demande avant de la formuler devant l'enfant.**

**Autostimulation...** La plupart des gens ont des gestes d'autostimulation, comme balancer la jambe durant une réunion, se tourner une mèche de cheveu en écrivant, ou faire cliquer son stylo à répétition. La plupart du temps, ces comportements peuvent être apaisés et calmés, mais parfois ils peuvent devenir source de distraction. Ces gestes d'autostimulation peuvent devenir un problème quand ils empêchent l'enfant d'apprendre de nouvelles compétences ou de répondre à ce qu'on lui demande. L'enfant peut notamment battre des mains, marmonner, remuer, ou faire des bruits.

**Recherche de l'attention...** Ce comportement sert à obtenir l'attention des autres élèves, des instructeurs ou des spectateurs. Par exemple, chaque fois que l'instructeur rassemble les élèves en cercle pour enseigner une nouvelle technique, un enfant se met à courir à l'extérieur du cercle en riant. La règle avec ce type de comportement est de simplement l'**IGNORER**. Tout ce qui sera dit à l'enfant le renforcera dans son comportement. De plus, si vous demandez à cet enfant de vous aider avec la démonstration malgré son comportement inapproprié, cela lui enseignera que le comportement négatif sera récompensé par une attention accrue.

**Accorder le moins d'attention possible à l'enfant.** Dans certaines situations, il n'est pas possible d'ignorer le comportement, comme quand l'enfant se fait mal volontairement ou fait du mal aux autres. Dans ces cas, il suffit de connaître l'enfant suffisamment bien pour être proactif et anticiper les tentatives de l'enfant d'attirer l'attention, de manière à garder le contrôle de la situation.

Il faut récompenser souvent les comportements positifs. La meilleure façon de diminuer les comportements négatifs est de souligner les bons comportements de l'enfant et de lui donner une attention immédiatement et un renforcement. Cela peut signifier observer davantage et surveiller les occasions où l'enfant se comporte correctement.

Extinction de l'explosion : Soyez conscient que lorsque vous commencez à ignorer un comportement, il est possible que celui-ci aille en augmentant, jusqu'à l'explosion. Par exemple, l'enfant qui court à l'extérieur du cercle peut se mettre à pousser les autres enfants, à crier, à hurler, ou à dénigrer ses compagnons. Si vous réagissez à ce moment, tous les comportements antérieurs seront renforcés et l'enfant poursuivra dans la même veine.

Toutefois, si vous ignorez le comportement, l'enfant se fatiguera vite et abandonnera ce comportement puisqu'il n'est pas renforcé. C'est l'extinction. N'oubliez pas, il faut ignorer le comportement, mais pas l'enfant. Il faut savoir que certains comportements peuvent prendre des semaines avant d'être abandonnés et le plus important est de faire preuve de **COHÉRENCE EN IGNORANT LE COMPORTEMENT**.

Il existe toutefois des stratégies que vous pouvez utiliser pour empêcher des situations comme celles-ci de se produire.

Avant de demander à la classe de se mettre en cercle pour une démonstration, vous pouvez indiquer aux enfants qu'il reste « 5 minutes avant le moment d'attention... 4 minutes avant le moment d'attention, etc. ». Répétez l'avertissement chaque minute jusqu'au moment de commencer la démonstration. Cela préparera l'enfant et il comprendra qu'on attend de lui qu'il écoute et qu'il demeure concentré. Demandez à l'enfant de faire une activité physique juste avant la démonstration. Placez un instructeur à côté de l'enfant durant la démonstration pour lui montrer que vous surveillez la situation. Si l'enfant est capable d'écouter et de se concentrer, récompensez-le immédiatement après la démonstration.

### **En cas de comportements négatifs...**

1. Déterminer la fonction du comportement (raisons tangibles, veut échapper à la demande, autostimulation, recherche d'attention).
2. Déterminer la solution ou la combinaison d'approches la mieux appropriée pour répondre à la fonction du comportement.
3. Prendre garde de ne pas renforcer le comportement négatif.

Tiré de : *Help Us Learn: A Self-Paced Training Program for ABA*. Lear, K. 2000, Lear Consulting Inc, Toronto, Ontario.

## **Indices de comportement**

La plupart des comportements que choisit un enfant s'accompagnent d'un **indice**. Cet indice peut être vu comme un avertissement que l'enfant s'apprête à réagir. Les indices de comportement nous laissent entendre que l'enfant a de la difficulté et a besoin d'une aide immédiate.

Les indices de comportement peuvent prendre une variété de formes :

- l'enfant se ronge les ongles;
- l'enfant se mâchouille les lèvres;
- l'enfant fait une drôle d'expression;
- l'enfant se tord les mains.

Lorsque vous remarquez l'un ou l'autre de ces indices de comportement chez un enfant, apportez-lui un soutien immédiat en lui offrant de prendre une pause, en lui parlant seul à

seul, ou en utilisant un tableau visuel pour lui montrer ce qui est en train de se passer. Consultez la section sur la « Maîtrise de soi » pour obtenir de plus amples renseignements.

## **L'épisode explosif**

Parfois, un enfant peut connaître un épisode d'effondrement, ou un épisode explosif. Un épisode d'effondrement peut se traduire par des hurlements, des pleurs ou des cris, ou encore l'enfant donne des coups, mord, se fait du mal, ou fait du mal aux autres. Pour mieux comprendre l'épisode explosif, il faut savoir que l'enfant ne choisit pas d'être inflexible et explosif. Ce n'est pas parce qu'il n'a pas les compétences requises pour traiter la situation de manière adéquate. L'enfant ne choisit pas de se conduire mal ou d'exprimer son mécontentement (Greene, 2001).

L'épisode explosif se déroule habituellement en trois phases : la vapeur monte et n'est plus évacuée, l'enfant en arrive à un carrefour où il doit faire un choix, l'enfant s'effondre (Greene, 2001).

**La vapeur monte...** Cet état est généralement causé par la frustration et une incapacité à faire face à la situation de manière adéquate. On pourrait aussi l'expliquer par l'incapacité pour l'enfant d'oublier une idée pour passer à une autre. À ce point, l'enfant est capable de penser rationnellement si on lui laisse le temps de se calmer; cependant, l'enfant ne pourra changer son idée s'il n'a pas la chance de se calmer. Si on encourage l'enfant à se calmer, la situation pourrait se résoudre d'elle-même. Toutefois, si on ne lui offre pas le temps de se calmer, et un endroit pour le faire, il passera à la phase 2, et en arrivera à un **carrefour** où il devra faire un choix.

**L'enfant arrive à un carrefour...** À ce point, l'adulte a encore la chance de répondre à l'enfant. Il a le choix entre a) faciliter la communication et tenter de trouver une solution au problème, ou b) encourager l'enfant à s'effondrer davantage, ou à connaître un épisode explosif. Si l'enfant maintient son attitude au-delà du point de retour, la frustration gagnera sur lui, les émotions prendront le dessus et il perdra sa capacité à penser rationnellement. À ce point, l'enfant passe à la phase 3, l'**effondrement**.

**L'effondrement...** À ce point, l'enfant est susceptible de sombrer dans une attitude destructrice ou abusive. Il n'est pas capable d'apprendre ou de retenir quoi que ce soit durant cette phase. Si on lui pose la question plus tard, l'enfant pourrait être incapable de se rappeler ce qui a été dit ou fait durant cette phase. De plus, tout ce qu'on pourrait dire à l'enfant durant cette phase pourrait contribuer à hausser encore davantage son degré de frustration.

**Il est important d'examiner la situation de manière proactive, plutôt que de manière réactive. Avec l'aide des stratégies suggérées dans le présent document, vous pourriez aider l'enfant à éviter ce genre de situation.**

## **Maîtrise de soi**

Il existe une variété de stratégies pour aider un enfant :

avant la classe;  
durant la classe;  
avant un épisode explosif;  
durant un épisode explosif.

### **Avant la classe...**

créez un milieu où tous les enfants pourront se sentir en sécurité;  
apprenez à connaître vos élèves, de manière à pouvoir prédire certains comportements avant qu'ils ne surviennent;  
mettez en place un système de renforcement qui pourra servir à récompenser l'enfant pour ses bons comportements durant la classe;  
parlez de vos attentes avec l'enfant et les parents;  
procédez étape par étape en vous aidant d'un tableau visuel;  
lisez des contes sociaux (voir ci-dessous);  
décidez d'un plan d'action au cas où l'enfant aurait besoin d'une pause immédiate durant une classe (laisser l'enfant aller boire, faire une pause, aller aux toilettes pour se calmer, etc.).

### **Durant la classe...**

rappelez à l'enfant quelles sont les attentes;  
modifier ces attentes si l'enfant éprouve des difficultés (p. ex., réduisez le nombre de combats qu'il doit faire, augmentez le nombre de pauses, etc.).

### **Avant un épisode explosif...**

encourager l'enfant à aller dans un endroit tranquille (la salle de bains, le vestiaire, etc.) pour se calmer;  
permettez à l'enfant de faire une pause pour aller boire.

### **Durant un épisode explosif...**

limitez les interventions verbales avec l'enfant;  
dirigez l'enfant vers un endroit calme;  
assoyez-vous avec l'enfant jusqu'à ce qu'il se calme;  
attendez que l'enfant vous dise qu'il est calme avant de retourner dans la classe;  
réduisez les attentes et demandez à l'enfant de terminer l'exercice précédent avant de passer à un autre.

# **CHOSSES À FAIRE QUAND JE SUIS EN COLÈRE**

Quand je suis en colère...

J'ai besoin de m'arrêter et de réfléchir...

Je relaxe et prends une bonne respiration...

Et je compte jusqu'à dix...

Je m'exprime d'une voix calme...

Puis je vais boire un peu d'eau...

Je serai ensuite plus calme et plus heureux...

J'ai réussi...

## Stratégies visuelles

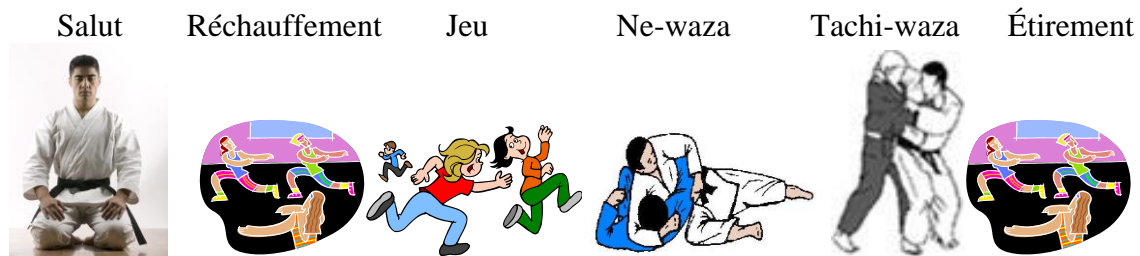
Le tableau visuel permet de représenter le concept abstrait du temps d'une façon concrète.

Les tableaux visuels permettent à l'enfant de comprendre ce qui se déroulera durant l'entraînement, et ce qu'on attend de lui. Le fait d'utiliser cette stratégie aidera l'enfant à mieux prévoir les compétences qui seront nécessaires et à planifier.

Pourquoi utiliser les stratégies visuelles :

- pour réduire les problèmes de comportement liés aux périodes de transition;
- pour aider les élèves à s'organiser;
- pour donner aux élèves l'information nécessaire sur l'horaire à suivre;
- pour faciliter l'indépendance des élèves et leur participation.

Utilisez les stratégies visuelles au début d'un entraînement pour expliquer l'horaire de la journée.



Comment fabriquer un horaire :

- choisissez des images, ou des dessins, représentant des athlètes participant à chacune des activités;
- découpez les images en carrés de 5 cm x 5 cm et plastifiez-les.
- découpez un morceau de carton (environ 10 cm x 45 cm);
- dessinez des carrés de 6 cm x 6 cm sur le carton, avec un espace de 1,5 cm entre chacun;
- fixez un morceau de ruban gommé ou de Velcro à l'arrière de chaque image;
- collez chaque image dans chacun des carrés du carton.

Comment utiliser l'horaire :

- avant le début de l'entraînement, choisissez les activités auxquelles la classe participera;
- collez les images sur le carton dans l'ordre prévu;
- avant chaque activité, encouragez les enfants à consulter l'horaire;
- une fois l'activité terminée, demandez à un enfant d'aller enlever l'image lui correspondant sur le tableau et passez à l'activité suivante;
- il est préférable de limiter le nombre de messages verbaux utilisés quand l'enfant se réfère au tableau;

- prévoyez une enveloppe ou un panier pour recevoir les images que les enfants enlèveront une fois les activités terminées.

Images tirées de : <http://www.judoinfo.com/techjudo.htm>  
<http://office.microsoft.com/clipart/default.aspx?lc=en-us>

### **Stratégies pour aider les enfants ayant des besoins spéciaux**

1. Rappelez-vous que chaque comportement est motivé par quelque chose. Essayez d'en trouver l'origine et d'y trouver une solution. N'oubliez pas que le comportement est motivé par l'une des quatre raisons mentionnées plus tôt (raisons tangibles, recherche de l'attention, évitement, ou autostimulation).
2. Offrez aux enfants une structure, une routine, une cohérence. Cela aidera à réduire les situations qui sont source de stress dans votre classe.
3. Encouragez les aspects positifs liés aux propres efforts des élèves. Encouragez-les à utiliser des phrases positives comme « J'ai essayé fort d'apprendre \_\_\_\_\_ . » Vous pourriez aider les élèves à préparer ces phrases.
4. Encouragez les réflexes d'autopersuasion. Aidez les élèves à remplacer les pensées négatives par des pensées positives (« je ne suis pas capable... » devrait être remplacé par « j'essaie... »).
5. Établissez des objectifs à court terme réalistes avec les élèves, de manière qu'ils soient en mesure de les atteindre rapidement, soit pas plus de quelques semaines. Aidez-les à atteindre leurs objectifs et lorsqu'ils y arrivent, fournissez-leur un renforcement positif.
6. Partagez avec les élèves des histoires de réussite dans le sport et expliquez quelles ont été les stratégies employées.
7. Choisissez vos batailles – Vous n'arriverez pas à régler tous les problèmes de comportement de tous les enfants en quelques heures par semaine.
8. Soyez proactif. Quand vous planifiez votre entraînement, pensez aux comportements qui pourraient apparaître et adaptez votre entraînement en conséquence. Vous ne serez pas toujours en mesure de prévenir tous les problèmes de comportement, mais le fait d'en éviter ne serait-ce que quelques-uns rendra votre classe plus agréable. Cela vous aidera aussi à vous préparer à faire face aux problèmes de comportement qui pourraient survenir.
9. Utilisez les indices de comportement avant que vos élèves se conduisent mal. Soyez observateur et recherchez les indices de comportement de manière à pouvoir intervenir avant qu'il ne soit trop tard.
10. Créez un « espace de pause » ou un « espace calme » que vous utiliserez quand un élève est sur le point de perdre le contrôle ou se comporte de manière inappropriée. Assurez-vous de parler de cet espace à l'élève avant, de même qu'à ses parents.
11. Donnez des indices supplémentaires avant une période de transition de manière que l'enfant puisse passer d'une activité à une autre en douceur.
12. Utilisez ces stratégies avec tous les élèves. De cette façon, il y aura moins d'élèves qui se sentiront exclus.
13. Donnez le bon exemple. Les enfants apprennent de votre comportement. Restez conscient qu'ils vous observent constamment.

14. Offrez à vos élèves un renforcement positif supplémentaire. Soulignez leurs bons coups. Laissez-leur savoir que vous avez remarqué leurs efforts.
15. Soyez précis quand vous félicitez les élèves. Au lieu de dire « bon travail », essayez de dire « tu as tourné dans la bonne direction ». Les phrases trop générales comme « bon travail » sèment la confusion parce qu'elles n'indiquent pas à l'élève ce qu'il a fait de bien exactement.
16. Utilisez les répétitions pour enseigner des techniques. Assurez-vous que chaque enfant a assez d'occasions d'apprendre une nouvelle technique et assez de temps pour s'exercer. Rappelez aux enfants quelles sont les attentes.
17. FAITES PREUVE DE PATIENCE et AYEZ DU PLAISIR.

### **Autres lectures et ressources**

#### **Livres**

Baker, B.L. et Brightman, A.J. (2004). ISBN-13: 978-1-55766-697-X, ISBN-10: 1-55766-697-0.

Dreikurs, R. (1990). Children: the challenge. ISBN 0-452-26655-6.

Greene, R.W. (2001). The explosive child. ISBN 0-06093102-7.

Hodgdon, L.A. (2000). Visual strategies for improving communication. ISBN 0-9616786-1-5.

Kranowitz, C.S. (1998). The out-of-sync child. ISBN 0-399-52386-3.

Lear, K. (2000). Help us learn: a self-paced training program for ABA. Toronto, Ontario.

**Tableaux visuels :** <http://usd.edu/cd/autism/topicpages/printer/Visual%20Schedules.pdf>

#### **Troubles du spectre autistique**

[www.autism.net](http://www.autism.net)

[www.autismcalgary.com](http://www.autismcalgary.com)

[www.autismsocietycanada.ca](http://www.autismsocietycanada.ca)

#### **Hyperactivité avec déficit de l'attention**

[www.adhdcanada.com](http://www.adhdcanada.com)

[www.adhdfoundation.ca](http://www.adhdfoundation.ca)



## **Intégrer un élève ayant une déficience visuelle** **Par Tom Thomson**

Tom Thomson est entraîneur de judo et se spécialise dans l'enseignement du judo aux judokas ayant une déficience visuelle. Il a reçu le prix d'excellence Petro Canada des entraîneurs en 2006.

L'arrivée d'un élève souffrant d'une déficience visuelle peut sembler une aventure intimidante et périlleuse pour l'instructeur de dojo, les instructeurs adjoints et le groupe d'élèves, sans parler des parents de certains élèves. C'est peut-être pour certains la première fois qu'ils ont l'occasion d'interagir avec une personne souffrant d'une déficience visuelle, avec tous les défis, réels ou imaginés, que cela comporte. Cependant, si vous abordez cette tâche de manière logique et ordonnée, la plupart de vos inquiétudes s'atténueront.

Les élèves qui souffrent d'une déficience visuelle sont aussi différents les uns des autres, que le sont les élèves normaux. Mais ils sont étiquetés comme étant « handicapés ». Si vous examinez soigneusement chacun de vos élèves, vous découvrirez peut-être chez certains, de petits « handicaps ». Dans votre dojo, dans une classe de vingt élèves, il n'y aura sans doute pas deux élèves présentant les mêmes capacités, et à long terme, les habiletés de ces vingt élèves pourront varier beaucoup. Cela pourrait vous amener à croire que certains élèves sont en fait « handicapés », même s'ils ne montrent aucune différence ou incapacité extérieure. En bout de ligne, vous découvrirez que chacun a ses capacités et ses incapacités.

L'enseignement du judo à des élèves souffrant d'une déficience visuelle peut être une expérience gratifiante et satisfaisante, tout comme l'est l'enseignement à des élèves normaux. Gardez en tête que chaque élève est une personne et que chaque élève aura besoin d'une approche personnalisée dans son apprentissage.

### **Évaluation**

Il est très important d'évaluer les nouveaux élèves. Tous les instructeurs de dojo le font, consciemment ou inconsciemment, quand un nouvel élève se présente au dojo. Dans le cas d'un élève ayant une déficience visuelle, il faudra procéder à un examen soigné de ses capacités et incapacités.

D'abord, vous devez déterminer l'importance de la déficience visuelle. L'acuité visuelle peut varier beaucoup : la personne peut être complètement aveugle (elle ne voit rien du tout) ou posséder une vision suffisante pour se déplacer avec peu d'assistance. Déterminer cette acuité visuelle constituera le point de départ de l'évaluation. Cette information vous permettra de déterminer quelles seront les ressources requises pour répondre aux besoins du nouvel élève. Cet élève peut-il fonctionner sans aide personnelle, ou aura-t-il besoin d'un guide ou d'un assistant durant toute la période d'entraînement?

Il est utile de savoir à quel âge la déficience visuelle s'est installée, surtout si la personne est totalement ou presque totalement aveugle. Si l'élève a pu voir pendant une certaine période de temps avant que la cécité s'installe, il a alors eu le temps de développer certaines habiletés physiques et certains concepts, de même qu'une capacité d'orientation spatiale. Au contraire, s'il est totalement aveugle depuis la naissance, le développement de ces compétences aura probablement été retardé. Une fois encore, comme pour n'importe quel autre élève, vous devez adapter votre enseignement pour tenir compte des habiletés intrinsèques de l'élève. Si celui-ci est plus âgé, vous tiendrez compte des habiletés qu'il a pu développer, et adapterez votre programme en conséquence.

De plus, il faut aussi essayer de voir si l'élève présente d'autres incapacités additionnelles (physiques ou intellectuelles). Sa déficience visuelle peut avoir causé des problèmes additionnels de développement. À l'occasion, la cécité peut aussi s'accompagner de problèmes mentaux. Par exemple, l'incapacité d'apprendre et de retenir la terminologie japonaise pourrait être problématique, sans toutefois représenter un obstacle insurmontable aux succès de l'élève.

Il est aussi important de tenir compte des parents dans son évaluation. Très souvent, les parents sont exagérément enthousiastes et surprotecteurs. Leurs attentes par rapport à leur progéniture sont parfois irréalistes, même quand la performance de l'élève est à un niveau acceptable. Vos interventions avec les parents doivent être fermes, et vous devez user de tact et de diplomatie pour ne pas altérer votre relation avec eux.

L'âge de l'enfant qui débute (âge chronologique, physique et intellectuel) est aussi un facteur important. Dans le cas des élèves plus jeunes, ces trois attributs peuvent varier beaucoup. Il est plus important de se concentrer sur l'âge physique, et sur l'âge intellectuel (psychologique, cognitif) de l'élève que sur son âge chronologique. Cette règle vaut pour tous les élèves, peu importe leur capacité.

Il est important de revoir régulièrement cette évaluation, et ce pour tous les élèves (qu'ils soient normaux ou atteints d'une déficience visuelle). À mesure que l'élève progressera, ses besoins (et ses désirs) changeront. L'instructeur doit être sensible à ces changements s'il veut réussir.

### **Interaction avec le nouvel élève**

À l'instar des autres élèves, l'élève atteint d'une déficience visuelle sera nerveux et tendu à l'idée de faire son entrée dans un groupe de personnes qu'il ne connaît pas, surtout dans « l'atmosphère angoissante » d'un dojo où se pratiquent les arts martiaux. Prenez le temps de présenter le nouvel élève aux autres. Rendez les lieux conviviaux et invitants. Assurez-le que l'expérience sera sécuritaire pour lui et qu'il ne sera pas blessé.

Si l'élève a besoin d'un guide pour se déplacer d'un endroit à un autre, offrez-lui votre bras, de manière qu'il puisse s'y accrocher par derrière, puis guidez-le vers l'endroit où il veut aller. N'essayez jamais d'empoigner la main, le poignet ou les vêtements d'une

personne atteinte d'une déficience visuelle. Personne n'aime cette façon de faire. Expliquez à l'élève quels sont les obstacles dans son environnement (sur les tapis comme à l'extérieur des tapis). Demandez-lui s'il a des questions, des commentaires ou des préoccupations. Répondez à ses questions le plus rapidement possible, en tenant compte de son âge. Soyez attentif à l'élève.

### **Amusons-nous**

Une fois les préliminaires réglés, il est maintenant temps de transmettre une partie de vos connaissances au nouvel élève. Les élèves souffrant d'une déficience visuelle, quel qu'en soit le degré, ont tendance à être plus kinesthésiques que les élèves visuels. Avec eux, il sera probablement nécessaire (après la leçon générale donnée à toute la classe) de répéter la leçon en les prenant comme partenaires de démonstration de la technique à l'étude. Les différentes parties de la technique devront peut-être être divisées en sous-sections (les pieds, les hanches, les mains, etc.), de façon que la quantité de renseignements donnés ne surcharge pas les élèves. Une fois l'information transmise, l'élève sera en mesure de pratiquer la technique avec un partenaire qui lui convient (aptitude, taille). Il est toujours avantageux de faire travailler un nouvel élève avec un judoka plus expérimenté. Le débutant pourra ainsi connaître davantage de « succès » dans ses tentatives d'assimiler la nouvelle technique. Le partenaire plus expérimenté doit prendre soin de ne pas blesser ou effrayer le débutant. Il est important de surveiller étroitement l'élève atteint d'une déficience visuelle jusqu'à ce que vous soyez convaincu qu'il travaille de façon sécuritaire et profitable pour son apprentissage. Cette surveillance peut être confiée à n'importe quel instructeur accrédité de votre club.

Si le nombre d'instructeurs de votre club n'est pas suffisant, et que l'élève nécessite une attention maximale, vous pouvez demander l'aide de l'un ou l'autre de ses parents, ou les deux, pour vous assister. Cela doit se faire de la bonne façon et dans les bonnes circonstances. Il est fortement conseillé aux parents de devenir eux-mêmes élèves du club, et de consacrer un certain nombre d'heures à leur entraînement personnel. Il est important que le parent porte le judogi. L'instructeur de dojo doit s'assurer de maintenir le contrôle sur le déroulement du programme.

À la lecture du présent article, vous pourriez éliminer toutes les références à la déficience visuelle et appliquer ce qui y est dit pour entraîner n'importe quel nouvel élève. Les différences, les problèmes, les besoins et les désirs des élèves sont universels. Abordez cette tâche avec toute la confiance que vous affichez normalement.