

TSA et interactions sociales: Améliorer le quotidien grâce à de meilleures habiletés

Sommaire

L'être humain est, par nature, un être social. Chaque jour, de nombreuses occasions de socialisation se présentent et nous permettent de pratiquer et de mettre en œuvre nos habiletés sociales afin de développer des relations saines et significatives avec les autres. Les individus ayant un trouble du spectre de l'autisme (TSA) vivent souvent des défis en lien avec les habiletés sociales, en raison des caractéristiques propres au trouble. Leaf (2017) définit une habileté sociale comme la capacité d'interagir avec autrui de façon appropriée et efficace. La simplicité de cette définition ne représente toutefois pas la complexité de ces compétences. Lorsque l'on souhaite favoriser le développement des habiletés sociales chez les individus ayant un TSA, il est important non seulement de comprendre comment les caractéristiques du trouble touchent ces habiletés, mais également de bien planifier l'enseignement, en ciblant une priorité et en choisissant une approche d'enseignement efficace permettant l'atteinte de l'objectif fixé.

Le TSA et les habiletés sociales

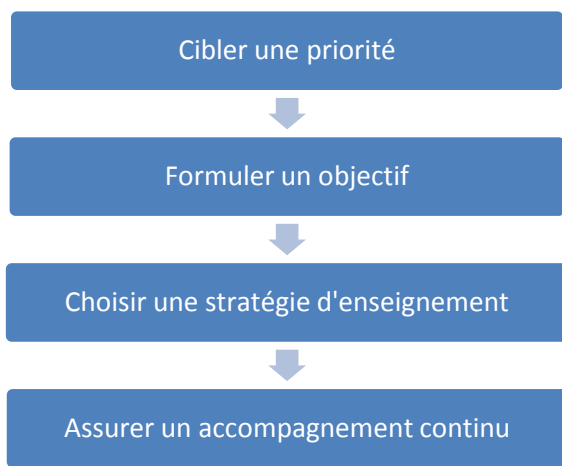
Le trouble du spectre de l'autisme se caractérise par des défis persistants sur le plan de la communication et des interactions sociales. Ces défis se manifestent souvent par l'absence de réciprocité sociale et émotionnelle (c.-à-d. le fait qu'une communication implique un échange bidirectionnel entre au moins deux individus) et des lacunes sur le plan de la communication non verbale et des relations sociales. Il est donc commun d'observer un individu ayant un TSA manifester des comportements qui peuvent être jugés inappropriés ou désagréables lorsqu'il tente d'interagir avec les autres. On pourrait même penser que les individus ayant un TSA ne veulent pas interagir avec les autres ou préfèrent être seuls. Il est tout à fait acceptable de vouloir passer du temps seul, cependant il ne faut pas minimiser l'importance d'enseigner des habiletés sociales appropriées aux individus ayant un TSA afin d'encourager le développement naturel du langage, de permettre l'échange avec les autres, de favoriser le développement d'amitiés, de rendre les situations sociales plus agréables et d'améliorer leur qualité de vie de façon générale.

Planifier l'enseignement des habiletés sociales

L'enseignement des habiletés sociales est un processus complexe et continu. Premièrement, la liste d'habiletés à enseigner peut s'avérer très longue et, deuxièmement, chaque situation sociale est unique et requiert un ajustement constant de la part des personnes impliquées. Nous continuons de développer et de perfectionner nos compétences sociales tout au long de nos vies, et il en va de même pour les individus ayant un TSA. Puisqu'il est impossible d'enseigner chaque compétence dans



chaque situation, il est important de planifier stratégiquement l'enseignement des habiletés sociales afin d'offrir à l'individu les outils et les pistes qui lui permettront de continuer son apprentissage.



Cibler la priorité

L'enseignement des habiletés sociales débute par le choix de l'habileté à prioriser. Pour ce faire, il est important de bien connaître les forces et les défis de l'apprenant au niveau des habiletés sociales. Il est possible d'obtenir ces informations grâce à l'observation directe ou grâce à des entrevues ou des discussions avec des personnes qui côtoient l'individu. L'observation directe est toujours recommandée car elle permet de voir et de confirmer les forces et les défis. Les discussions ou les entretiens avec les proches de l'individu permettent d'obtenir des renseignements supplémentaires qui peuvent compléter l'observation directe.

Après avoir identifié les forces et les défis de l'apprenant, il faut choisir le point de départ. Autrement dit, quelle compétence essentielle faut-il travailler? Les pistes de réflexion suivantes pourraient guider votre choix :

- Quelle habileté permettrait à l'apprenant de participer davantage aux activités familiales et sociales?
- Quelle habileté permettrait à l'apprenant de participer plus activement avec ses pairs?
- Quelles habiletés pourraient faciliter l'apprentissage d'autres habiletés si elles étaient maîtrisées?
- Quelle habileté donnerait à l'apprenant accès à de nouveaux environnements ou à de nouvelles activités ou expériences sociales?
- Quelle habileté pourrait faciliter les interactions sociales de l'apprenant?

Il est important d'inclure l'individu dans les discussions, si possible, lorsque vient le temps de déterminer la priorité d'enseignement. Ce dernier pourrait avoir des buts ou des aspirations personnels qui serviraient d'élément motivateur pour l'enseignement de certaines habiletés sociales.

Formuler un objectif

Une fois la priorité ciblée, il est important de formuler un objectif d'apprentissage qui permettra d'évaluer la progression de l'apprenant. Cet objectif devrait être écrit de manière :

- Spécifique : l'objectif est directement lié à l'habileté ciblée et il est personnalisé aux besoins de l'apprenant
- Observable : l'objectif devrait inclure un comportement ou une action que l'on peut observer
- Mesurable : l'objectif devrait être quantifié et inclure un critère de maîtrise
- Atteignable : l'objectif doit être réaliste et favoriser la réussite de l'apprenant

Choisir une stratégie d'enseignement et assurer un accompagnement continu

Les interventions basées sur l'analyse appliquée du comportement (AAC) sont efficaces pour enseigner des habiletés sociales chez les apprenants ayant un TSA. Plusieurs approches peuvent être ciblées, dont le modelage, le modelage par vidéos, l'enseignement des compétences comportementales (ECC), l'incitation, le renforcement, l'enseignement par essais distincts (EED) et l'intervention par l'entremise des pairs. Peu importe l'approche choisie, il est important de planifier la généralisation et le maintien des apprentissages. Une même compétence sociale devra être utilisée dans de multiples contextes, avec différentes personnes et devra évoluer au fil du temps. Il est donc primordial d'assurer un accompagnement continu auprès de l'apprenant, même lorsqu'on détermine qu'il a atteint l'objectif fixé. Le développement des compétences sociales est un processus continu qu'il faut sans cesse intégrer à la vie quotidienne afin de favoriser la réussite.

L'enseignement des compétences comportementales

L'enseignement des compétences comportementales (ECC) est une approche fondée sur les données probantes qui est efficace pour enseigner une nouvelle compétence tant aux enfants qu'aux adultes. C'est une approche qui est facile à adapter aux besoins de chacun et qui est constituée de quatre grandes étapes :

1. Directives

L'adulte (ou la personne qui mène l'enseignement) offre des directives orales ou écrites à l'apprenant. Il présente la compétence qui sera enseignée et en explique l'importance ou la raison d'être. Les directives doivent être ajustées au niveau de langage de l'apprenant et peuvent être accompagnées de supports visuels (p.ex. une image ou un dessin).

2. Modelage

L'adulte procède ensuite à un modelage de la compétence ciblée ou il utilise le modelage par vidéos afin de faire une démonstration à l'apprenant. Peu importe la méthode choisie, le modelage doit présenter un exemple clair à l'apprenant pour que ce dernier comprenne bien les attentes. L'adulte devrait offrir plusieurs différents exemples et même offrir des contre-exemples, lorsque cela est approprié. Le modelage permet à l'apprenant de faire le lien entre les informations qu'il a reçues à l'oral ou à l'écrit et ce à quoi la compétence peut ressembler en réalité.

3. Pratique

À la suite du modelage, l'apprenant aura l'occasion de s'exercer à mettre en œuvre la compétence. L'adulte peut donc créer des situations où l'apprenant peut s'entraîner à adopter le comportement ciblé. Durant les exercices, l'adulte peut aider l'apprenant en lui offrant une incitation physique, gestuelle, verbale, visuelle ou textuelle. Il est important que l'apprenant ait de multiples occasions de pratiquer la compétence, et qu'il réussisse. L'adulte doit ainsi ajuster les attentes et le niveau de difficulté selon le besoin. À cette étape, l'adulte peut s'assurer que l'apprenant a bien compris les directives et a porté attention au modelage car il peut observer l'apprenant en action.

4. Rétroaction

Les exercices pratiques doivent toujours être accompagnés d'une rétroaction. Cette étape permet d'informer l'apprenant sur ce qu'il a bien réussi et ce qu'il pourrait faire afin de s'améliorer. Il est préférable de commencer par souligner des forces pour ensuite partager une suggestion d'amélioration et enfin terminer par un point positif et des encouragements. L'adulte doit également ajuster ses explications et commentaires au niveau de langage de l'apprenant. Selon la performance de l'apprenant, l'adulte pourra déterminer s'il est nécessaire de lui offrir un autre modelage ou d'autres occasions de s'entraîner.

Facteurs contribuant au succès de l'intervention

Durant l'enseignement des habiletés sociales, certains facteurs pourraient contribuer à la réussite de l'apprenant. Il est important de considérer les variables de l'environnement qui précèdent et suivent le comportement ou la compétence ciblée. En effet, l'adulte peut ensuite créer des conditions favorables à l'apprentissage en manipulant les antécédents, ou les variables qui précèdent le comportement. Par exemple, il est possible de modifier l'environnement d'apprentissage, d'ajouter des éléments de soutien ou encore de considérer les éléments qui motivent l'apprenant. Ensuite,



l'adulte peut favoriser le développement et le maintien d'une compétence grâce au renforcement. Lorsque l'on offre des conséquences renforçantes à l'apprenant immédiatement après que celui-ci a manifesté la compétence souhaitée, la probabilité que cette compétence continue de se manifester augmente.

Les individus ayant un TSA rencontrent souvent des obstacles durant les interactions sociales en raison des caractéristiques de leur trouble. Il est important de planifier stratégiquement l'enseignement des habiletés sociales afin de choisir l'habileté et l'approche d'enseignement qui favoriseront la réussite de l'individu. L'enseignement des compétences comportementales (ECC) est une approche fondée sur les données probantes qui peut être très efficace pour enseigner les habiletés sociales. Les principes clés de l'analyse appliquée du comportement (AAC), c'est-à-dire les antécédents et les conséquences, devraient également être pris en considération afin de maximiser les chances de réussite et de promouvoir des interactions sociales positives et authentiques.