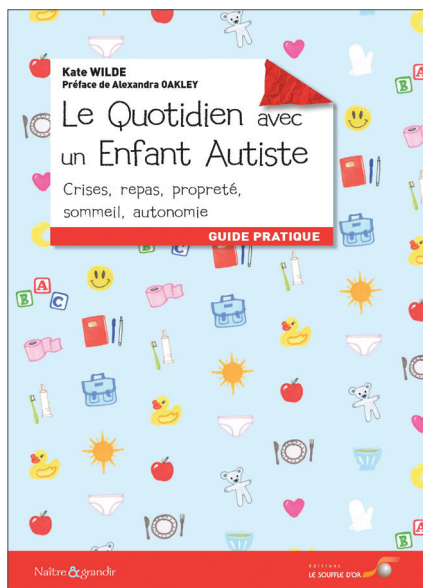




Collection Naître & Grandir



Le quotidien avec un enfant autiste

Crises, repas, propreté, sommeil, autonomie

Kate C. WILDE

Préface d'Alexandra Oakley, présidente d'Optim'Autisme

Traduit de l'anglais par Frédérique Corre Montagu
En librairie le **9 mai 2018** - 15 x 21 cm - 280 pages - 19,90 €

Un guide pratique indispensable qui regorge de conseils clairs et précis pour aider les parents à améliorer le quotidien de leurs enfants autistes.

Comment enseigner la propreté à votre enfant sans forcer ou mettre de pression? Comment aider votre enfant à dormir dans son propre lit durant toute la nuit? Que faire quand votre enfant fait une crise, frappe ou mord? Comment introduire de nouveaux aliments sans se battre?

La plupart de ces difficultés surviennent en dehors du cadre thérapeutique, tous les jours, toutes les semaines, tous les mois. Ce guide pratique, riche d'exemples et d'exercices, est conçu pour vous aider à gérer ces défis quotidiens: le brossage de dents, la coupe de cheveux, l'habillage, le sommeil, les coups, les colères, la propreté, l'introduction de nouveaux aliments.

Basé sur le Son-rise program® et des décennies d'expérience, Kate Wilde propose une approche unique et des techniques éprouvées pour vous encourager à soutenir le besoin de contrôle de votre enfant plutôt qu'à le combattre. Non seulement vous apprendrez à voir à travers les yeux de votre enfant et à l'aider d'une manière qui honore sa particularité, mais vous commencerez aussi à vous libérer de la pression et de l'inconfort qui peuvent si souvent accompagner les défis quotidiens.

Une lecture incontournable, adaptée à toutes les tranches d'âge et les troubles du spectre de l'autisme, favorisant l'autonomisation des enfants autistes en leur donnant des connaissances, du contrôle et du choix.



KATE WILDE est directrice du Son-Rise Program à l'Autism Treatment Center of America et a travaillé plus de 25 ans avec des milliers de familles partout dans le monde. Elle a dédié sa vie au travail avec des enfants aux troubles du spectre de l'autisme et leurs familles.

« Non »... c'est « non »

Pour donner le contrôle à un enfant, il faut aussi respecter ses « non ». Pas seulement cinquante pour cent du temps, mais cent pour cent. Je parie que vous non plus, vous n'aimez pas quand on ne respecte pas votre opinion et que, par conséquent, vous vous êtes entourés de gens et d'amis qui tiennent compte de vos refus et vous tenez les autres à distance. C'est aussi simple que ça. Plus on respecte les « non » de nos enfants, plus on a de chance qu'ils aient envie de passer du temps avec nous et de faire ce qu'on leur demande. La confiance est la clé de tout. Si je suis convaincue que, quand je dis « non » à quelqu'un, il va s'arrêter, je vais m'autoriser à relever un défi que je trouve difficile parce que je sais que je pourrai m'arrêter à tout moment. Si je ne fais pas confiance à la personne en face de moi, je ne me surpasserai jamais pour elle.

Dan, un charmant petit autiste de cinq ans est venu à un des cours intensifs du Son-Rise Program®. Ses parents étaient très inquiets de la façon dont il se comporterait pendant sa semaine chez nous car il détestait passer du temps avec d'autres gens que sa mère, son père et sa grand-mère. Ils étaient persuadés qu'ils ne pouvaient pas le confier à d'autres et encore moins le mettre à l'école. J'ai été la première facilitatrice à travailler avec lui dans notre salle de jeux spécialement conçue pour nos enfants, avec des toilettes attenantes. Quand il a réalisé qu'il était seul dans la salle de jeux avec moi, il s'est aussitôt mis à pleurer, m'a poussée dans les toilettes et a fermé la porte en criant « non ». Derrière la porte, j'ai commencé à lui parler. Je lui ai dit comment je m'appelais, qui j'étais, pourquoi j'étais là, où étaient ses parents et quand ils reviendraient. Puis j'ai ajouté que j'adorerais revenir jouer avec lui s'il l'acceptait, que j'étais aussi très bien dans les toilettes et que je pouvais y rester le temps qu'il voulait. Je l'ai alors entendu dire d'une voix forte et claire « bien ». J'ai attendu environ cinq minutes avant de lui dire que j'allais ouvrir la porte et j'ai obtenu un nouveau « non ». Je l'ai félicité de me l'avoir dit et je n'ai pas ouvert la porte. J'ai retenté plusieurs fois ma chance en respectant toujours ses refus. Je suis restée une heure quarante-cinq dans les toilettes avant qu'il m'autorise enfin à ouvrir la porte. Quand j'ai ouvert la porte, je n'ai pas bougé d'un pouce pour lui montrer qu'il pouvait me faire confiance, que je n'allais pas agir contre sa volonté. Au bout d'un quart d'heure, la porte des toilettes toujours ouverte, je lui ai dit que j'allais m'avancer près de la porte. Silence radio. J'ai donc pris ça pour un « oui » et je me suis placée dans l'encadrement. Cinq minutes plus tard, j'ai fait un premier pas dans la pièce avec succès. Une fois dans la salle de jeux, je suis restée à une certaine distance de lui et l'ai « rejoint » dans ses activités. Ce jour-là, il m'a fallu deux heures pour entrer dans la même pièce que lui. Plus tard, dans l'après-midi, cela ne m'a pris que trois quarts d'heures. Et le jour d'après, j'ai pu y aller directement et me mettre aussitôt à jouer avec lui. Il ne m'a plus jamais ordonné de partir. Je sais que si je n'avais pas pris le temps nécessaire la première fois et si je ne lui avais pas donné le contrôle, il ne m'aurait jamais acceptée après.

« Non » ne veut pas dire « Jamais » mais seulement « Non, pas maintenant ». Quand l'enfant dit « non », il faut s'arrêter. A chaque fois. Avec chaque enfant. En revanche, il faut toujours reposer la question et, en cas de refus, attendre quelques minutes (au moins deux à cinq) avant de recommencer. S'il dit encore « non », retentez votre chance. Si au bout de la quatrième ou de la cinquième tentative, il persiste, attendez au moins un quart d'heure avant de lui reposer la question. Pour obtenir ce que vous voulez, donnez-lui le contrôle et persistez. C'est le secret ! Un judicieux mélange de contrôle et de persévérance.

Prenez le temps au début, vous en serez récompensé au centuple.

« Non » veut dire « non »

Exercice 1.1

Restez immobile pendant deux minutes pour voir ce que ça fait. C'est très long. Si vous n'attendez que vingt secondes pour ressolliciter votre enfant (ce qui peut déjà vous sembler une éternité), celui-ci vous trouvera insistant et aura l'impression que vous ne tenez pas compte de ses refus. Par contre, deux minutes c'est suffisamment long pour qu'il comprenne que vous l'avez entendu et que vous respectez ses « non ».