



Groupement National  
centres ressources autisme

# ANTICIPER ET GÉRER LES COMPORTEMENTS PROBLÈMES PENDANT LE CONFINEMENT

## 1. ANTICIPATION DES COMPORTEMENTS PROBLÈMES

Le plus important est *l'anticipation* des comportements problèmes et de pouvoir prévenir leur apparition. Pour cela, et pendant les prochains jours de confinement, il faut :

- **Occuper votre enfant** : MISE EN PLACE D'UN PLANNING D'ACTIVITÉ

Des exemples de planning occupationnel vous sont proposés sur le site du GN CRA :

[www.gncra.fr/covid-19-ressources-familles](http://www.gncra.fr/covid-19-ressources-familles)



**Astuce** : privilégier les activités manuelles concrètes et utilisez les centres d'intérêts spécifiques

- **Travailler les émotions** : si possible, laisser votre enfant vous dire son ressenti « JE suis : fatigué, énervé, content, inquiet »



**Astuce** : utiliser un thermomètre émotionnel, des balles émotions, des smileys, etc.

- **Permettre les activités sensorielles** : identifier et alterner les activités d'autostimulation (stimulante/excitante) et celles de détente (apaisantes) pour votre enfant
- **Permettre la dépense physique** : trampoline d'intérieur, yoga, sport d'intérieur...
- **Sortir en respectant les règles du décret du 16 mars 2020** portant réglementation des déplacements dans le cadre de la lutte contre la propagation du virus Covid-19 **et se munir soit de votre attestation de déplacement dérogatoire dûment remplie soit d'une attestation de votre établissement de prise en charge** : gérer le bien-être de votre enfant en sortant si possible pour une courte balade en respectant les gestes barrières.

### POUR LES ENFANTS HABITUELLEMENT PRIS EN CHARGE PAR UN ESMS :

Ces établissements ne sont pas fermés !  
Ils doivent assurer la continuité des accompagnements.

Pour cela, ils ont un numéro d'astreinte accessible tous les jours de la semaine.



N'hésitez pas à les appeler.

## 2. GESTION DES COMPORTEMENTS PROBLÈMES

Le plus important est *l'anticipation* des comportements problèmes et de pouvoir prévenir leur apparition. Si malgré tout cela, des problèmes devaient apparaître vous trouverez ci-dessous quelques génériques pour vous aider dans votre quotidien, en sachant que la recette miracle n'existe pas.

→ **Si un programme de gestion des comportements défis a été mis en place par un professionnel :** appliquez le

→ **Si rien n'est établi,** voici quelques conseils :

- Si votre enfant risque de s'engager dans des comportements défis, que vous sentez la crise arriver et que vous savez que les comportements vont atteindre un niveau tel que vous serez obligés d'abandonner, ne prenez pas le risque de voir le comportement monter en intensité. Adoptez dès le début l'attitude de capitulation stratégique : « Il vaut mieux perdre une bataille que la guerre »
- Protéger votre enfant et vous / vos proches en premier lieu
- Avoir une situation de repli (pièce au calme) ou de défouloir (punchingball, coussin,...) : il faut dévier tant que faire se peut vers autre chose le temps que la crise se passe



**Astuce :** apaiser, calmer et dévier l'attention vers autre chose

- Une fois la crise passée, posez-vous la question du déclencheur afin que cette situation ne se reproduise pas

Quelles étaient les circonstances de la crise ? Quels en ont été les éléments déclencheurs : ennui, surcharge émotionnelle, changement dans les routines, surstimulation ou à l'inverse sous stimulation, douleur physique, etc. ?



**Astuce :** un changement brutal de comportement peut être le signe d'une douleur physique (consulter l'échelle de la douleur de l'EPS Étampes) :

[www.eps-etampes.fr/fileadmin/user\\_upload/fichiers/ESDDA.pdf](http://www.eps-etampes.fr/fileadmin/user_upload/fichiers/ESDDA.pdf)

### VOUS AVEZ DES QUESTIONS ?

### VOUS AVEZ BESOIN D'UN CONSEIL PENDANT CETTE PÉRIODE DE CONFINEMENT ?



Appelez AUTISME INFO SERVICE au **0 800 71 40 40**

La DIA, en collaboration avec le GNCRA et les CRA, organise le renforcement de la plateforme d'information nationale « Autisme Info Service » pour soutenir les familles et les personnes adultes autistes pendant le confinement.

Quelques ressources disponibles en ligne pour aller plus loin sur les comportements défis :

- **GNCRA :** [www.gncra.fr/covid-19-ressources-familles](http://www.gncra.fr/covid-19-ressources-familles)
- **Canal autisme :** [www.canalautisme.com](http://www.canalautisme.com)
- **Site d'Olivier Bourgueil (BCBA psy ABA) :** [www.aba-sd.info](http://www.aba-sd.info)
- **Site participate (partie comportements difficiles) :** <https://www.participate-autisme.be>