

## Introduction

Les supports visuels peuvent aider les enfants à acquérir de nouvelles compétences et à prévenir les comportements problématiques. Ils aident les jeunes enfants à apprendre et à suivre les routines en facilitant la compréhension de ce qui se passe *en premier* et de ce qui va se passer *ensuite*. Les visuels servent de rappels pour les instructions verbales et aident les enfants à savoir exactement ce que l'on attend d'eux.

*Utilisez les cartes et les modèles suivants pour élaborer des supports visuels qui fonctionnent pour votre enfant et votre famille!*



## Horaire visuel



## Horaires visuels

L'utilisation d'un horaire visuel à la maison offre aux jeunes enfants de la prévisibilité (c.-à-d. qu'ils savent quelle activité ou routine va avoir lieu et quand) et de la cohérence (c.-à-d. que l'horaire des activités ou des routines est le même). Les horaires visuels aident les enfants à savoir à quoi ressemblera leur journée en leur indiquant quand les activités ou les routines auront lieu. Ces cartes visuelles faciliteront les choses!

### Création d'un horaire visuel

1. **Déterminez quand vous avez besoin d'un horaire visuel.** Un horaire visuel peut décrire des parties d'une journée, une demi-journée ou une journée entière. Choisissez les moments de la journée où votre enfant pourrait avoir besoin d'un soutien supplémentaire pour participer à des activités ou faire face à des transitions.
2. **Énumérez les étapes** que vous voulez que votre enfant suive. Par exemple, pour une routine du dodo, vous pourriez énumérer :

- va à la toilette
- lave ton visage
- mets ton pyjama
- brosse tes dents
- lis un livre
- dodo

**ASTUCE!** Structurez la journée de manière à ce que les activités amusantes suivent les activités qui sont difficiles. Vous pouvez par exemple faire le ménage avant d'aller dehors ou se brosser les dents avant de lire des livres.

3. **Découpez les cartes.** Facultatif : Imprimez les cartes sur du papier cartonné, fixez-les sur du papier plus épais, plastifiez-les ou rendez-les plus solides en les recouvrant de ruban adhésif transparent ou de papier contact transparent.
4. **Sélectionnez les cartes visuelles** pour l'horaire que vous voulez créer. *Vous ne voyez pas le visuel dont vous avez besoin? C'est facile de le créer! Voir la page 4 pour les instructions.*
5. **Soyez créatif!** Utilisez du ruban adhésif, du velcro ou des aimants pour afficher les cartes visuelles dans l'ordre où votre enfant les fera. Les familles trouvent que les affiches, les classeurs ou les tableaux à pochettes suspendus sont très efficaces pour les horaires visuels.

**ASTUCE!** Les horaires fonctionnent mieux lorsque les enfants peuvent voir quand ils ont terminé une activité. Voici quelques idées :

- Créez une pochette au bas ou à la fin du présentoir qui représente *terminé* ou *tout est fait*. Placez les visuels dans l'enveloppe ou la pochette lorsque c'est terminé.
  - Faites un horaire avec des visuels qui peuvent être enlevés.
  - Si votre horaire est sous forme de livre, tournez la page.
  - Utilisez un marque-place (comme une épingle à linge ou un trombone) qui peut passer d'un visuel à l'autre.
6. **Affichez l'horaire.** Pour favoriser une utilisation constante, placez l'horaire à la hauteur des yeux de l'enfant dans un endroit où vous allez souvent (p. ex. la cuisine). Utilisez l'horaire dans le cadre de votre routine quotidienne!



## Mode d'emploi

- ▶ **Apprenez à votre enfant à utiliser l'horaire** en lui expliquant et en lui montrant comment utiliser les images.
- ▶ **Faites référence à l'horaire visuel** tout au long de la journée (par exemple : *Nous venons de rentrer à la maison, allons vérifier ton horaire pour voir ce qui va suivre*).
- ▶ **Parlez de l'horaire** (par exemple : *Bon, tu viens de t'habiller. Maintenant, c'est l'heure du petit déjeuner!*).
- ▶ **Rendez-le interactif!** Apprenez à l'enfant à indiquer ce qui est terminé. Vous pouvez demander à votre enfant de retourner la carte ou de la retirer de l'agenda et de la mettre dans la pochette *terminé*, selon la façon dont votre agenda est organisé.
- ▶ **Célébrez!** Assurez-vous de célébrer votre succès et celui de l'enfant. Offrez de la reconnaissance et faites-lui des commentaires positifs après les activités ou les routines, surtout celles qui ne sont pas aussi amusantes (p. ex. *Tu as nettoyé ! Tu dois être si fier ! ou Tes dents sont si propres maintenant. Tu es en si bonne santé!*).

## Tableau En premier/Ensuite

Les tableaux En premier/Ensuite peuvent être utilisés pour diverses raisons, notamment :

- ▶ Aider à la transition d'une activité à une autre. Par exemple, *En premier ranger, ensuite jouer dehors*.
- ▶ Diviser les routines en petites étapes. Par exemple : *Va à la salle de bains et lave-toi les mains, ensuite brosse-toi les dents*.
- ▶ Encourager les enfants à accomplir des tâches qu'ils n'aiment peut-être pas afin de poursuivre avec une tâche plus agréable. Par exemple : *Brosse tes dents en premier, puis ensuite tu pourras avoir ta tablette*.

## Création d'un tableau En premier/Ensuite

1. **Découpez les cartes.** Facultatif : Imprimez les cartes sur du papier cartonné, fixez-les sur du papier plus épais, plastifiez-les ou rendez-les plus solides en les recouvrant de ruban adhésif transparent ou de papier contact transparent.
2. **Sélectionnez les cartes visuelles** pour l'horaire que vous voulez créer. *Vous ne voyez pas le visuel dont vous avez besoin ? C'est facile de le créer ! Voir la page 4 pour les instructions.*
3. **Fabriquez les tableaux.** Imprimez les modèles de tableaux fournis aux pages 5 et 6, ou soyez créatifs et créez les vôtres !
  - Utilisez une chemise à dossier, une grande carte d'index (4x6), ou un morceau de carton. Il doit être suffisamment grand pour contenir plusieurs des visuels.
  - Divisez le tableau en deux sections en traçant une ligne verticale pour obtenir une section EN PREMIER et une section ENSUITE. Intitulez une section *En premier* et l'autre section *Ensuite*.
4. **Fixez les cartes.** Si vous le pouvez, utilisez de petits morceaux de velcro au dos des images.
 

**ASTUCE!** Le velcro a une bande rugueuse et une bande souple. Veillez à utiliser le même fini sur toutes les images. Ensuite, placez une bande de velcro du fini opposé sur les deux sections du tableau *En premier/Ensuite*.



## Mode d'emploi

- ▶ **Essayez-le!** Lorsque vous utilisez le tableau *En premier/Ensuite* avec votre enfant, placez une activité ou un objet préféré du côté *Ensuite* du tableau. Cela augmentera la probabilité que l'enfant réalise les activités du côté *En premier* du tableau. Voir les exemples ci-dessous :



- ▶ **Retournez l'image**, lorsque chaque activité a été faite, pour indiquer que l'activité est terminée. Si vous placez une bande de velcro sur le devant de la carte illustrée, vous pouvez la retourner et la coller au tableau.
- ▶ **Célébrez!** Offrez de la reconnaissance et de la rétroaction à votre enfant après qu'il ait terminé la « première » activité et qu'il soit passé à la suivante (par exemple: *Tu t'es lavé les mains et maintenant nous pouvons manger notre délicieuse collation!* Ou *Tu as mis ton pyjama et maintenant nous allons lire un livre ensemble. Merci d'avoir aidé beaucoup au coucher!*).

## Création de vos propres cartes visuelles

*Vous ne voyez pas le visuel que vous voulez ou un visuel qui correspond à votre activité ?  
C'est facile de créer le vôtre !*

1. **Déterminez les étapes** de votre routine pour lesquelles il manque des cartes visuelles
2. **En utilisant les cartes vierges** fournies à la page 9, vous pouvez :
  - dessiner une image
  - fixer une photo
  - découper et mettre une image d'un magazine



- ASTUCE!** En plus des éléments visuels que nous avons fournis, vous pourriez ajouter des éléments visuels plus spécifiques qui peuvent aider votre enfant. Par exemple, si votre enfant bénéficie de séances d'orthophonie, prenez une photo de l'orthophoniste de votre enfant et utilisez-la à la place du visuel que nous vous avons fourni. Si votre enfant prend un autobus scolaire, prenez une photo d'un autobus que vous pourrez utiliser avec le visuel pour illustrer *aller à l'école*.
3. **Étiquetez le visuel.** Écrivez le nom de la routine sur le modèle ou, si vous utilisez le modèle électronique, tapez-le en titre. Par exemple, si vous avez fait un dessin représentant une promenade, indiquez sur le dessin *promenade*.
  4. **Découpez** le nouveau visuel et ajoutez-le à votre horaire visuel ou à votre tableau *En premier/Ensuite*.
- ASTUCE!** N'oubliez pas que plus le visuel s'applique particulièrement à votre enfant et à vos routines quotidiennes, plus il y a de chances que vous serez en mesure d'enseigner les étapes de la routine et que votre enfant les suivra.

**En premier**

**Ensuite**

**En premier**

**Ensuite**

**Ensuite**

**En premier**

**Se laver**



**Aller à la toilette**



**Se brosser les dents**



**Se laver les mains**



**S'habiller**



**Mettre le pyjama**



**Jeux extérieurs**



**Jeux intérieurs**



**Activité d'apprentissage**



**Lire un livre**



**Tablette/Télé**



**École/Garderie**



**Arrêter**



**Terminé**



**Encore 5 minutes**



**Attendre**



**Médicaments**



**Thérapie**



**Repas**



**Collation**



**S'asseoir à la table**



**Se coucher**



**Repos**



**L'heure du dodo**





# Ranger

