

Entraîner les enfants autistes : l'expérience des entraîneurs australiens.

Janet A Young.

Université de Victoria, Melbourne, Australie.

RÉSUMÉ

Ce document passe en revue un programme d'entraînement australien destiné aux enfants autistes. Il se propose de débattre des expériences des entraîneurs ayant participé à ce programme et met en évidence un certain nombre de suggestions à destination de ceux qui envisagent de travailler avec des enfants autistes.

Mots clés: Enfants autistes, Entraînement.

Article reçu: 28 Avril 2012.

Article accepté: 20 Juin 2012.

Auteur correspondant: Janet A Young, Université de Victoria, Melbourne, Australie.

Email: janet.young@vu.edu.au

INTRODUCTION

Les entraîneurs étaient nerveux. Ils venaient juste de terminer une formation dans le cadre du programme Tennis Australia MLC Tennis Hot Shots et s'étaient vus offerts la possibilité d'entraîner un groupe d'enfants autistes. Étaient-ils suffisamment armés pour encadrer cette population particulière de joueurs ? Sur quoi avaient-ils intérêt à se concentrer afin de pouvoir répondre aux besoins de ces joueurs ? Voici quelques-unes des questions soulevées par les entraîneurs face à ce nouveau challenge. Dans cet article, les expériences de ces entraîneurs sont mises à contribution et servent de point de départ à l'élaboration de directives à destination d'autres entraîneurs, qui pourraient ainsi être encouragés à inclure les enfants autistes au sein de programmes nouveaux ou existants.

Autisme

L'autisme est un handicap de développement complexe et invasif qui apparaît généralement durant les trois premières années de la vie, comme résultat d'un trouble neurologique perturbant le fonctionnement normal du cerveau, affectant ainsi le développement dans les domaines de l'interaction sociale et des compétences de communication. On ne recense aucune cause connue de l'autisme, les statistiques indiquant le diagnostic de cette maladie chez 1 enfant sur 150 (Autism Society of America, 2012).

LE PROGRAMME DE TENNIS

Douze étudiants en troisième année d'éducation physique (7 femmes et 5 hommes) à l'Université de Victoria, à Melbourne,

en Australie, se sont inscrits à un module d'entraînement spécialisé. Au cours de la première semaine du module, Tennis Australia (l'organe directeur du tennis en Australie) a organisé une séance de formation de 3 heures conçue pour fournir aux participants les compétences et les connaissances requises afin d'animer son nouveau programme national intitulé MLC Tennis Hot Shots. Ce programme fait appel à des équipements modifiés (balles à faible pression, raquettes plus courtes et filets plus petits) et utilise un espace de jeu réduit. Tous les participants ont été jugés compétents à l'issue de la formation.



Un établissement du secondaire de la communauté locale spécialisé dans l'éducation des enfants autistes a fait l'objet d'une démarche proposant la mise en place d'un enseignement de tennis.

Il a été expliqué à l'établissement qu'un groupe d'étudiants en éducation physique ayant récemment effectué une formation

d'entraîneurs de tennis étaient à la recherche d'une expérience de travail nécessaire à la validation de leur cursus d'entraînement spécialisé à l'Université de Victoria.

L'offre a été acceptée par l'école de manière prompte et enthousiaste! A la suite d'arrangements, un programme a été mis en place pour une série de 10 leçons réparties sur 12 semaines (avec une pause de 2 semaines pendant les vacances scolaires). Les séances devaient se dérouler le mercredi de 14h 15 à 15h 15.

Le format des séances suivait une routine régulière débutant par quelques activités d'échauffement en groupe (par exemple, les jeux «La Pieuvre», «Suivez le Chef», ou des activités de relais) pour ceux désirant y prendre part. Les enfants n'avaient pas l'obligation de participer, mais ils ont tous été chaleureusement encouragés à le faire. Les activités d'échauffement étaient suivies d'une séance individuelle entraîneur-enfant. Des appariements ont été mis en place en consultation avec le directeur de l'école pour répondre à des demandes particulières (par exemple, une jeune fille préférant travailler avec un entraîneur féminin). Au total, 12 enfants autistes (6 garçons et 6 filles) ont été sélectionnés par leur école pour participer au programme. Leur âge variait entre 10 et 12 ans. Les enfants avaient tous des compétences de communication, des aptitudes sociales et des intérêts pour le sport différents.

En vue des séances, les entraîneurs devaient préparer un plan de leçon hebdomadaire faisant ensuite l'objet d'une discussion auprès du coordinateur de l'unité d'entraînement spécialisé (ancienne joueuse de tennis professionnelle et entraîneur diplômée de la formation « Club Professionnal » de Tennis Australia). A la fin de chaque séance, tous les entraîneurs participaient à une séance de mise en commun des informations au cours de laquelle ils partageaient leurs expériences de « ce qui fonctionnait », des difficultés auxquelles ils étaient confrontés, des solutions mises en place, et (le cas échéant) des adaptations ou modifications apportées au programme en cours de séance. A l'issue des 10 séances tous les entraîneurs devaient remplir un questionnaire leur demandant de proposer une réflexion sur leurs expériences.

L'EXPÉRIENCE DES ENTRAÎNEURS

Sans exception, tous les entraîneurs signalaient que l'opportunité d'encadrer les enfants atteints d'autisme avait été enrichissante, instructive et / ou positive. Cela ne signifie pas que l'expérience se soit déroulée sans incidents, sans difficultés ou qu'elle n'ait pas été exigeante. Cela a été le cas pour la plupart des entraîneurs, mais dans l'ensemble ces derniers étaient très reconnaissants vis-à-vis de l'expérience et ont estimé qu'elle leur serait très utile pour leurs rôles d'entraînement à venir. A la suite du programme, les entraîneurs ont déclaré se sentir plus confiant, et avoir une plus grande estime personnelle.



Directives pour l'entraînement des enfants atteints d'autisme

A partir de leurs expériences, les entraîneurs du programme ont pu proposer un éventail de suggestions destinées aux personnes intéressées par l'encadrement des enfants atteints d'autisme. Ces suggestions sont les suivantes :

Apprendre à connaître les joueurs

- Les enfants autistes sont tous différents. Chaque enfant a des intérêts, des aptitudes, une personnalité et un potentiel uniques. Les entraîneurs doivent prendre la décision consciente de faire connaissance avec l'enfant, et plus précisément, de se familiariser avec ce qu'il aime faire, ce qui l'intéresse et ce qu'il veut apprendre. C'est à partir de là que les entraîneurs peuvent développer des activités utiles, pertinentes et agréables que les enfants pourront pratiquer de manière régulière.

- Le point de départ pour évaluer les intérêts, les objectifs et les capacités d'un joueur est de communiquer directement avec lui. Demandez-lui de dire, de dessiner ou de vous montrer ce qu'il aime faire. Si des renseignements supplémentaires ou des précisions sont nécessaires, alors les entraîneurs peuvent demander aux parents et aux soignants, et/ou observer le comportement de l'enfant.

Etre attentif au comportement

- Les entraîneurs ne doivent pas s'attendre à ce qu'un enfant autiste parvienne à facilement mettre des mots sur ses sentiments, ses pensées et ses émotions. La communication passe alors par le biais du comportement de l'enfant. Par exemple, le fait pour l'enfant de s'écarter d'une activité indique

souvent de la frustration ou de l'ennui vis-à-vis de celle-ci. Les entraîneurs doivent chercher des indices dans le comportement de l'enfant afin d'acquiescer une meilleure compréhension de ses réactions par vis-à-vis d'activités diverses. Le comportement de l'enfant est souvent un moyen plus fiable pour savoir ce qu'il pense que les mots qu'il utilise.

- Les expressions du visage, le langage corporel et/ou les gestes peuvent également être un moyen efficace pour communiquer avec un enfant autiste. Ainsi, les entraîneurs doivent penser à adopter ces moyens de communication plutôt que de simplement s'appuyer sur la communication verbale.

- Les entraîneurs doivent éviter certains «déclencheurs» (par exemple, la proximité des ballons ou des bruits forts) qui peuvent provoquer de l'anxiété ou du stress chez les enfants autistes. Les entraîneurs peuvent prendre connaissance de ces déclencheurs au cours des séances, ou, de manière alternative, consulter la famille de l'enfant, les soignants ou le personnel de l'école. Éviter ou réduire les «déclencheurs» gênants peut contribuer à rendre les séances plus productives pour les enfants autistes.

S'appuyer sur des routines et des éléments familiers

- Des routines, des activités et un environnement structurés et planifiés sont à privilégier avec les enfants autistes. Les entraîneurs doivent donc être conscients de la nécessité des critères d'homogénéité et de structure lors de la planification et de l'animation des séances. Par exemple, le fait de débiter une séance avec un échauffement habituel suivi de l'activité de jeu favorite est généralement propice à une participation positive. Si une pause (boisson, snack, ou autre) fonctionne bien avec un enfant, cela peut rentrer dans le cadre d'une routine régulière permettant d'intégrer un « temps mort » durant la séance. Ponctuer les séances à l'aide d'une routine familière (jeu ou activité) peut aider à signaler la fin du programme tennistique du jour.

- Si des modifications sont prévues (par exemple, durant les vacances scolaires) alors il est préférable de préparer l'enfant durant les semaines précédant le changement de routine. Cela peut être réalisé de manière efficace grâce à l'utilisation de certains matériaux visuels, cartes ou scripts, décrivant le «changement» et permettant de présenter un agenda visuel des activités à venir. Les entraîneurs peuvent faire référence à ces éléments visuels à plusieurs reprises au cours des semaines menant à un changement de routine, permettant de s'assurer de la compréhension de l'enfant et contribuant à réduire l'anxiété et le stress chez ce dernier.

Trouver son espace et sa zone propres

- Minimiser ou réduire les stimuli externes ainsi que les distractions (par exemple, le bruit, les autres joueurs et la lumière directe du soleil) peut être un moyen efficace pour

gagner l'attention et maintenir l'intérêt de l'enfant. Trouver un endroit calme et tranquille peut s'avérer davantage propice à l'implication de l'enfant. Par exemple, l'entraîneur peut s'occuper de l'enfant en l'emmenant à l'écart du groupe ou «délimiter une zone spéciale» à l'usage exclusif de cet enfant. Compte tenu du fait que de nombreux enfants autistes préfèrent souvent être seuls et éviter les groupes trop nombreux (The National Center on Physical Education and Disability, 2012), des séances individuelles avec un entraîneur au sein d'une zone délimitée, loin des distractions, peuvent s'avérer efficaces.

Parler peu, montrer beaucoup

- L'utilisation de démonstrations et d'éléments visuels est généralement beaucoup plus efficace que les instructions verbales. Les instructions verbales devraient être minimisées ou évitées car les enfants autistes sont souvent des apprenants de type visuel et bénéficient grandement du fait d'imiter et de suivre des indices visuels, sous la forme, par exemple, de démonstrations et de cartes aide-mémoire. Dans ce cas, les entraîneurs doivent faire attention à bien réaliser leurs démonstrations et à consacrer du temps à la préparation de fiches aide-mémoire, de photos et d'images, exprimant de manière efficace les consignes orales qu'ils auraient pu prononcer.

- La communication verbale doit toujours être claire, concise et cohérente. À cette fin, il est utile de fournir des consignes explicites et positives (par exemple, "vous devez marcher" plutôt que "ne courez pas") avec une voix calme et un ton affirmatif. Comme indiqué plus haut, des gestes, des expressions faciales, et un langage du corps appropriés peuvent grandement faciliter la communication et contribuer à renforcer le message.

Intégrer des modèles de comportement restreints et répétitifs

- Généralement les niños autistas tienen patrones de conducta. En général, les enfants atteints d'autisme ont des schémas physiques de comportements restreints et répétitifs tels que le fait de tourner sur soi-même, de se balancer et de battre des mains (The National Center on Physical Education and Disability, 2012). Les entraîneurs peuvent s'efforcer de travailler en utilisant certains de ces comportements. Par exemple, si un enfant lance à plusieurs reprises des objets, alors il peut-être utile de le faire participer à un jeu de lancer avec une cible pour lui apprendre à effectuer une action de service et à contrôler la direction de la balle.

Surveiller constamment les joueurs

- Les entraîneurs doivent en permanence être vigilants quant aux risques potentiels de sécurité. Créer un environnement sûr doit être la priorité numéro un de tous les entraîneurs. Non seulement cela relève-t-il du devoir de vigilance inhérent à

l'activité d'entraîneur, mais les enfants autistes peuvent ne pas être conscients des dangers potentiels et des risques encourus pour eux-mêmes et ceux qui les entourent. Dans ces conditions, les entraîneurs doivent être constamment en alerte afin d'assurer un environnement d'apprentissage sûr et ludique.

Etre attentif aux 2Ps – Préparation et planification

- Les leçons ont tendance à se dérouler de manière beaucoup plus fluide lorsqu'une planification et une préparation préalables approfondies sont effectuées. Cela implique de réfléchir au matériel nécessaire pour l'ensemble des activités prévues, à la période de temps qui devrait être allouée aux différentes activités, et aux plans d'urgence en cas d'imprévu (par exemple, un manque d'implication de la part du joueur, des activités prévues effectuées trop rapidement, la pluie). Il est préférable de « prévoir l'imprévu », car il arrive très souvent que des choses auxquelles on ne s'attend pas se produisent ! Les entraîneurs peuvent y parvenir avec efficacité en réfléchissant et en discutant avec d'autres personnes du type de scénario qui pourrait éventuellement survenir au cours des leçons et en mettant au point un plan d'urgence.

- Il ne fait aucun doute que le fait d'avoir son équipement à disposition et de prévoir à l'avance les supports visuels et les activités diminue non seulement le temps d'attente, mais permet également de réduire l'incertitude et l'anxiété de l'enfant. La transition entre les activités (par exemple, passer des jeux d'échauffement à la pratique des coups) tend à être plus fluide lorsque le changement a été planifié et est effectué au moment opportun.

CONCLUSION

Les expériences des entraîneurs décrites dans le présent document mettent en évidence un certain nombre de principes clés pour un entraînement efficace, qu'il s'agisse de leçons individuelles ou collectives (Martens, 2004; Young, 2010). L'entraînement des enfants autistes est moins construit autour

de l'enseignement technique et des instructions et repose davantage sur l'état d'esprit et l'approche de l'entraîneur. Il est tout à fait possible pour un entraîneur d'amener un changement positif dans la vie d'un élève s'il prend à cœur l'opportunité d'offrir un enseignement démocratisé incluant les enfants autistes. Il suffit de demander aux entraîneurs du programme de l'Université de Victoria. L'expérience fut très positive pour tout le monde!

RÉFÉRENCES

- Autism Society (2012). Retrieved 5 April 2012 from <http://www.autism-society.org/>
- Martens, R. (2004). *Successful coaching* (3rd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- The National Center on Physical Activity and Disability. (2012). *Autism and Considerations in Recreation and Physical Activity Settings*. Retrieved from http://www.ncpad.org/disability/fact_sheet.php?sheet=366§ion=1651.
- Young, J.A. (2010). The state of play: Coaching Persons with Disabilities. *ITF Coaching and Sport Science Review*, 50(18), 9-10

SÉLECTION DE CONTENU DU SITE ITF TENNIS ICOACH (CLIQUEZ)



Droits d'auteur (c) 2013 Janet A Young.



Ce texte est protégé par une licence [Creative Commons 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Vous êtes autorisé à Partager – copier, distribuer et communiquer le matériel par tous moyens et sous tous formats – et Adapter le document – remixer, transformer et créer à partir du matériel pour toute utilisation, y compris commerciale, tant qu'il remplit la condition de:

Attribution: Vous devez créditer l'Œuvre, intégrer un lien vers la licence et indiquer si des modifications ont été effectuées à l'Œuvre. Vous devez indiquer ces informations par tous les moyens raisonnables, sans toutefois suggérer que l'Offrant vous soutient ou soutient la façon dont vous avez utilisé son Œuvre.

[Résumé de la licence](#) - [Texte intégral de la licence](#)