

10 outils visuels

pour accompagner un enfant TSA au quotidien

Guide pratique gratuit

MK EducLib

Monia KHELLACHE — Éducatrice spécialisée

Ce guide vous présente **10 outils visuels concrets** pour accompagner un enfant avec un Trouble du Spectre de l'Autisme (TSA) au quotidien. Pour chaque outil : ce que c'est, quand l'utiliser, et un conseil pratique pour bien démarrer.

01 ■ L'emploi du temps visuel

02 ➡■ Le board « D'abord / Ensuite »

03 ■■ Les pictogrammes

04 ■ La communication par l'image

05 ■■ Le minuteur visuel (Time Timer)

06 ■ La carte de choix

07 ■ Le scénario social illustré

08 ■ La check-list visuelle

09 ■■ Les zones d'activité structurées (TEACCH)

10 ■ Les cartes émotions



L'emploi du temps visuel

QU'EST-CE QUE C'EST ?

L'emploi du temps visuel est une représentation graphique de la journée ou de la demi-journée, structurée sous forme de séquence d'images ou de pictogrammes. Il rend le déroulement du temps concret et prévisible pour l'enfant.

QUAND L'UTILISER ?

Au réveil pour anticiper la journée, à l'école pour structurer les activités, lors de changements de routine ou avant une sortie inhabituelle.

CONSEIL PRATIQUE

■ Commencez par un emploi du temps simple avec 4 à 6 activités. Laissez l'enfant retourner ou décrocher lui-même chaque image une fois l'activité terminée : ce geste renforce le sentiment de contrôle et de réussite.

DESTINÉ À

Parents

Enseignants

Professionnels



Le board « D'abord / Ensuite »

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Support visuel minimaliste composé de deux cases : une activité non appréciée (D'abord) suivie d'une activité motivante (Ensuite). Il aide l'enfant à tolérer une tâche difficile en visualisant la récompense qui suit.

QUAND L'UTILISER ?

Pour les transitions difficiles, les activités obligatoires peu appréciées (habillage, repas, devoirs), ou pour introduire une nouvelle tâche.

CONSEIL PRATIQUE

■ Gardez la case « Ensuite » attractive et choisie avec l'enfant. Le rapport doit être équitable : 1 tâche courte = 1 activité motivante. Ce n'est pas une punition mais une aide à l'anticipation.

DESTINÉ À

Parents

Enseignants

Professionnels



Les pictogrammes

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Images standardisées représentant des actions, objets, émotions ou consignes. Ils constituent la base de la communication visuelle et peuvent être utilisés seuls ou intégrés à d'autres supports (emploi du temps, règles de classe, etc.).

QUAND L'UTILISER ?

En permanence, pour toute consigne ou communication. Particulièrement utile quand l'enfant est en situation de stress ou de surcharge sensorielle et que la communication verbale devient difficile.

CONSEIL PRATIQUE

■ *Utilisez des pictogrammes cohérents et identiques d'un support à l'autre (Arasaac, Widgit, Sclera sont des bases gratuites). Impliquez l'enfant dans le choix des images : cela renforce l'appropriation.*

DESTINÉ À

Parents

Enseignants

Professionnels



La communication par l'image

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Système d'échanges basé sur l'image : l'enfant utilise des cartes illustrées pour initier une demande, exprimer un besoin ou interagir avec son entourage. Il apprend à communiquer de façon fonctionnelle, même sans langage oral.

QUAND L'UTILISER ?

Dès que l'enfant présente des difficultés de communication verbale. À introduire le plus tôt possible — ce n'est pas un frein au langage oral, mais un tremplin vers celui-ci.

CONSEIL PRATIQUE

■ *Commencez par des objets très motivants pour l'enfant (aliment préféré, jouet). L'adulte doit accepter l'échange d'image comme une vraie communication et y répondre immédiatement. La spontanéité de l'enfant est l'objectif prioritaire.*

DESTINÉ À

Parents

Professionnels



Le minuteur visuel (Time Timer)

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Outil qui rend le temps visible : le disque rouge diminue au fil des minutes, permettant à l'enfant de percevoir concrètement l'écoulement du temps. Il existe en version physique et en application numérique.

QUAND L'UTILISER ?

Pour limiter une activité dans le temps, annoncer la fin d'un moment agréable sans conflit, aider à gérer l'attente ou structurer un temps de travail.

CONSEIL PRATIQUE

■ *Introduisez le minuteur dans des contextes positifs avant de l'utiliser pour annoncer une fin. L'enfant doit l'associer à la prévisibilité, pas à la contrainte. Commencez par de courtes durées (5 minutes).*

DESTINÉ À

Parents

Enseignants

Professionnels



La carte de choix

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Support présentant 2 à 4 options illustrées parmi lesquelles l'enfant choisit. Elle limite la surcharge cognitive liée aux choix ouverts tout en respectant l'autonomie et les préférences de l'enfant.

QUAND L'UTILISER ?

À chaque situation de choix du quotidien : activité libre, collation, vêtements, ordre des tâches. Particulièrement utile pour réduire les crises liées à l'indécision ou à la frustration.

CONSEIL PRATIQUE

■ *Ne proposez jamais plus de 4 choix simultanément. Incluez toujours au moins une option que vous savez appréciée. Honorez systématiquement le choix de l'enfant pour que le support garde sa valeur.*

DESTINÉ À

Parents

Enseignants

Professionnels



Le scénario social illustré

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Petit livret ou séquence d'images qui décrit une situation sociale, ses règles implicites et les comportements attendus. Il prépare l'enfant aux situations nouvelles ou anxiogènes avant qu'elles ne surviennent.

QUAND L'UTILISER ?

Avant une sortie inhabituelle (médecin, anniversaire, sortie scolaire), pour travailler les règles de vie en groupe, ou après une situation difficile pour en comprendre le déroulement.

CONSEIL PRATIQUE

■ Rédigez le scénario à la 1ère personne (« Je vais chez le médecin... ») et illustrez chaque étape. Lisez-le avec l'enfant plusieurs jours avant l'événement. Il peut aussi le garder sur lui le jour J.

DESTINÉ À

Parents

Enseignants

Professionnels



La check-list visuelle

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Liste séquentielle illustrée des étapes d'une tâche complexe (se laver les mains, s'habiller, ranger son cartable). Elle permet à l'enfant d'exécuter une routine de façon autonome sans dépendre des rappels verbaux répétés de l'adulte.

QUAND L'UTILISER ?

Pour toutes les routines du quotidien : matin, soir, hygiène, repas, rangement. Également très utile pour les tâches scolaires séquentielles.

CONSEIL PRATIQUE

■ Affichez la check-list à hauteur de l'enfant, là où la tâche se déroule (salle de bain, entrée, bureau). Prévoyez un moyen de cocher chaque étape (velcro, aimant, stylo effaçable) : le geste physique renforce l'ancrage.

DESTINÉ À

Parents

Enseignants

Professionnels



Les zones d'activité structurées (TEACCH)

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Organisation physique de l'espace en zones distinctes et identifiées visuellement, chacune associée à un type d'activité (travail, jeu, repos, collation). Inspirée de l'approche TEACCH, elle réduit les stimulations parasites et clarifie les attentes comportementales.

QUAND L'UTILISER ?

En classe, à la maison ou en structure. Particulièrement bénéfique pour les enfants présentant une hypersensibilité sensorielle ou des difficultés de régulation attentionnelle.

CONSEIL PRATIQUE

■ *Délimitez les zones de façon visible (tapis, étiquettes, mobilier). Introduisez une zone à la fois et accompagnez l'enfant jusqu'à ce qu'il associe spontanément l'espace à l'activité. La cohérence entre les adultes est essentielle.*

DESTINÉ À

Enseignants

Professionnels



Les cartes émotions

QU'EST-CE QUE C'EST ?

Cartes illustrant différentes émotions (joie, colère, peur, tristesse, surprise) avec une expression faciale et un mot associé. Elles aident l'enfant à identifier, nommer et communiquer son état émotionnel interne.

QUAND L'UTILISER ?

Au quotidien pour mettre des mots sur les émotions, lors de situations de crise pour faciliter l'expression, ou en amont d'une activité pour recueillir l'état émotionnel de l'enfant.

CONSEIL PRATIQUE

■ *Commencez par 4 émotions de base avant d'élargir le répertoire. Modélisez vous-même l'utilisation des cartes (« Là je suis un peu fatiguée, je montre la carte «fatigue» »). L'adulte qui nomme ses émotions enseigne à l'enfant à en faire autant.*

DESTINÉ À

Parents

Enseignants

Professionnels

Vous souhaitez aller plus loin ?

Ces outils sont les fondations d'une pratique professionnelle solide.
MK EducLib propose des **formations spécialisées TSA** pour apprendre à les mettre en œuvre concrètement, adapter votre posture éducative et accompagner efficacement chaque enfant.

F01	Les fondamentaux du TSA	1 jour — 250 €
F06	Communication par l'image	2 jours — 450 €
F07	Communication multimodale	3 jours — 650 €
F03	Techniques éducatives adaptées	2 jours — 450 €

Découvrez toutes les formations sur **mk-educlib.fr**
→ formations inter-établissements, intra-entreprise et accompagnements individuels