



La ressource régionale
d'aide en autisme

SCÉNARIOS SOCIAUX : RECUEIL DE LA RÉGION 03-12

**Rédaction:
Ulla Hoff, psychologue,
Ressource régionale d'aide en autisme**

Septembre 2004

Conception:

Ulla Hoff, psychologue, Ressource régionale d'aide en autisme

Contribution des auteurs suivants:

Raymonde Auger
Huguette Bégin
Lucie Bilodeau
Odile Blais
Lucie Blanchet
Chantal Defoy
Marielle Dion
Nathalie Drolet
Marielle Dubé
Caroline Faucher
Pierrette Guay
Ginette Hébert
Marielle Higgins
Ulla Hoff
Annie Hudon
Anne Julien
Huguette Julien

Caroline Leblanc
Maryse Lemieux
Paul-André Marceau
Ghislain Massicotte
Paule Mercier,
Véronique Morin
Nicolas Pagé
Danielle Paradis
Nathalie Pelletier
Guy Poulin
Cécilia Roy
Liette St-Onge
Martine Thibault
Guylaine Thievierge
Andrée Tremblay
Roselyne Turcotte
André Veilleux

Correction et relecture:

- Paule Mercier, conseillère pédagogique, Commission scolaire des Découvreurs
- Léa Arcand, B. Sc.

Dactylographie, mise en page

- Sylvie Cadorette, secrétaire, école Saint-Michel, Commission scolaire des Découvreurs
- Vicky Garneau, secrétaire, Services Éducatifs, Commission scolaire des Découvreurs

Remerciements

Je tiens à remercier toutes les personnes mentionnées ci-dessus pour leur aide à la transformation d'un vague projet en réalité. Sans leur appui et collaboration, ce recueil n'aurait jamais vu le jour. Un remerciement spécial à mes collègues, Paule Mercier et Annie Hudon qui m'ont encouragé à poursuivre ce projet et qui ont grandement contribué de leurs précieux conseils et suggestions.



Scénarios Sociaux: Recueil de la région 03-12

MISE EN GARDE **en regard de la reproduction**

Ce recueil de scénarios sociaux a été préparé dans le but de faciliter l'accès à cet outil important pour les intervenants scolaires, qui pourront, nous l'espérons, se servir des scénarios présentés comme modèle et inspiration pour la rédaction de scénarios originaux selon les besoins de leurs élèves.

Le recueil peut donc être reproduit à l'intérieur des établissements scolaires; cependant, nous recommandons fortement que le personnel ait eu une formation préalable sur la nature, la rédaction et l'utilisation des scénarios sociaux avant sa reproduction et diffusion dans un milieu donné.

Nous soulignons également l'importance de respecter les droits d'auteur, i.e. conserver la source telle qu'indiquée au bas de page et toujours indiquer la source lors d'une citation.

En aucun cas le document ne peut être vendu, en tout ou en partie.

Ulla Hoff, psychologue
Personne-ressource,
Ressource régionale d'aide en autisme
Capitale nationale et Chaudière Appalaches

TABLE DES MATIERES

Première partie: Pourquoi, quoi, comment?

▣ Nature des scénarios sociaux	1
▣ Caractéristiques socio-cognitives de l'élève ted	1
▣ Objectifs des scénarios sociaux	2
▣ Travail préparatoire à la rédaction des scénarios sociaux	3
▣ Types de phrases utilisées	3
▣ Autres conseils pour la rédaction	4
▣ Forme de présentation	4
▣ Méthode de présentation à la personne autiste	5
▣ Évaluation	5

Deuxième partie: Recueil de Scénarios sociaux

1. Développement personnel.....	6
▣ Auto-contrôle.....	7
- L'auto-contrôle 1	
- L'autocontrôle 2	
- Les conflits en classe	
- Mes façons de rester calme	
- Je suis capable de me contrôler	
- Comment je peux réduire mon anxiété	
▣ Erreurs	13
- Les erreurs	
- Les gens intelligents font des erreurs	
- Il faut parfois essayer plus d'une fois pour réussir	
- Comment les gens apprennent en faisant des erreurs	
▣ Éducation sexuelle.....	17
- Je suis maintenant une adolescente	
- Les menstruations.	
- Se toucher	
- Être un garçon	
▣ Auto-gérance	21
- Je suis souvent capable tout seul	
- Comment je me débrouille	
▣ Choix	23
- Faire un choix qui est bon pour moi	
▣ Autonomie	24
- Le dîner	
- Le sommeil	
- La nuit	
2. Habiletés sociales	27
▣ Expression de politesse	28
- Le nom des amis et des professeurs	
- Saluer les gens	
- Pourquoi les gens essaient d'être polis les uns envers les autres	
▣ Faire des compliments	31
- Qu'est-ce qu'un compliment?	
▣ Respect des autres	32
- Comment je peux respecter mes amis	
- Savoir s'excuser	

■	La proximité	34
	- Comment être bien avec mes amis de la classe	
■	Le jeu et les loisirs	35
	- Jouer à des jeux différents	
	- Assister à un concert de musique	
	- Aller au cinéma	
■	Les amis	38
	- Bien s'entendre avec un ami	
	- Comment demander à quelqu'un pour jouer ?	
	- Comment jouer à des jeux (1)	
	- Comment jouer à des jeux de compétition (2)	
	- Je me vante (Comment jouer à des jeux de compétition (3))	
	- Comment montrer aux autres qu'on les aime	
	- Aller vers les autres	
3.	Communication	46
■	Écouter et parler avec mes amis	47
	- Bien comprendre les paroles de mes amis.	
	- Parler à des personnes	
	- Écouter et parler	
	- Conversations à l'école	
	- Parler avec mes amis	
■	Écouter et parler en classe	52
	- Comment écouter en classe	
	- Comment écouter les histoires en classe	
	- Comment écouter l'enseignante	
	- Écouter et parler en classe	
	- Parler en classe	
	- Poser des questions en classe	
	- Comment je peux demander des explications	
4.	L'école	59
■	Le travail d'équipe	60
	- Le travail d'équipe	
■	Aide: demander, recevoir	61
	- Comment attendre quand j'ai besoin d'aide ?	
	- Comment demander de l'aide?	
	- Demander de l'aide avec des mots	
	- Parfois des enfants m'aident	
	- Comment je peux aider les enfants de ma classe	
■	Règlements de la classe	66
	- Les règlements de ma classe	
■	Exercices, examens, devoirs	67
	- Les devoirs et les exercices	
	- Les exercices et les examens à l'école	
■	Comportement en classe	69
	- Comment demander une permission à l'école	
	- Être assis de façon sécuritaire	
	- Assis sur ma chaise	
■	Qui décide quoi?	72
	- Le choix de m ^{me} Fortier et le choix d'Isabelle	
	- Le travail à l'école	

<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Les adultes de ma classe - Qu'est-ce qu'un remplaçant? 	74
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - L'horaire de ma classe (1) (Scénario social en palier) - L'horaire de ma classe (2) (Scénario social en palier) - Faire mon travail à l'intérieur du temps alloué 	76
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Être à l'heure - Je suis fin prêt! 	79
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Attendre dans une file - Comment faire la file - Faire la file à la récréation - Les rangs - Quand j'arrive à l'école 	81
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - La récréation 	86
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Le taxi - Prendre l'autobus scolaire - Prendre l'autobus de la ville 	87
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Mes nouveaux cours 	90
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Aller en sortie avec ma classe 	91
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Comment utiliser mes outils de travail - Faire de l'étiquetage 	92
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Que faire si j'ai peur de perdre mon idée - Comment se comporter lorsqu'on oublie - Être musicien lors d'un spectacle 	94
5. Intérêts particuliers ou restreints, peurs	97
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Le travail de maman 	98
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Le four micro-ondes 	99
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - La corde - Toucher aux objets 	100
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Les bruits en classe - Les bruits dans ma tête. - Qu'est-ce que le tonnerre? - D'où viennent les bruits imprévus ? 	102
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> - Les lumières 	106

■ La télévision	107
- La télévision	
■ Les effets personnels	108
- Pourquoi les gens portent des chapeaux.	
- Pourquoi les gens portent des lunettes	
■ Les jouets	110
- Mon toutou	
- Les marionnettes	
■ Les crayons	112
- Les crayons de plomb	
■ L'ami spécial	113
- Mon amie spéciale	
- Comment respecter mon amie.	
- C'est correct de regarder des filles	
■ Autres	116
- Les interruptions	
- Que signifie être droitier	
■ Peurs	118
- Les chiens	
■ Annexe	119

Préface

Le but du recueil

L'idée d'un recueil de scénarios sociaux rédigés dans le cadre de notre travail à la *Ressource régionale d'aide en autisme* a mijoté depuis les premiers indices de l'efficacité de cette méthode auprès de jeunes élèves autistes (ou atteints d'un autre TED¹) en contexte scolaire.

Au fil des derniers 7 ou 8 ans, nous² avons été appelées à élaborer ou à accompagner des intervenants dans l'élaboration de scénarios sociaux pour des élèves de toute la région Québec – Chaudière-Appalaches, tant au niveau préscolaire et primaire, qu'au niveau secondaire. Dans le contexte scolaire, diverses situations s'avèrent souvent problématiques pour plusieurs de nos élèves, notamment celles qui sollicitent des compétences transversales, telles que la communication, les interactions sociales et l'organisation du travail. Donc, nous nous sommes régulièrement servis de scénarios déjà existants comme modèle et inspiration pour faciliter notre travail, en y apportant toutefois, dans chacun des cas, des adaptations nécessaires pour tenir compte des particularités individuelles présentées. Sur la base, bien sûr, des travaux de Carol Gray (2004, 2003, 1999, 1994, 1993), tout en puisant aussi à d'autres sources (Faherty, 2002, Attwood, 1998, Scattoni et al. 2002), nous avons également construit des scénarios originaux pour répondre, chaque fois, à un besoin individuel, mais ces mêmes scénarios ont pu par la suite être modifiés et adaptés aux cas particuliers de nouveaux élèves.

Ainsi, le présent recueil a été préparé dans le but de faciliter l'accès à cet outil important pour les intervenants scolaires. Ils pourront, nous l'espérons, à leur tour se servir des scénarios présentés comme modèle et inspiration. Bien sûr, certaines situations nécessiteront la rédaction de scénarios différents et originaux. Dans tous les cas, il sera essentiel lors de la rédaction de prendre en compte les directives fournies par Carol Gray (2004, 1994).

Le contenu du recueil

Dans la première partie de ce document, nous présentons un bref résumé de la nature et des objectifs des scénarios sociaux, ainsi que des directives principales pour leur rédaction et présentation. La deuxième partie contient l'ensemble des scénarios recueillis, regroupés par thèmes³. La production de cette partie a été rendue possible grâce à la générosité et l'accord de tous les auteurs (voir l'annexe I). Nous avons inclus quelques scénarios provenant de la littérature (notamment de Carol Gray, C. Faherty et D. Scattoni), jugés pertinents dans le contexte de certains thèmes abordés; ces auteurs ont généreusement donné leur accord et autorisation également. Merci à tous !

¹ Trouble envahissant de développement (voir définition dans DSM IV)

² Consultantes à la Ressource régionale d'aide en autisme: Ulla Hoff, Annie Hudon et Paule Mercier

³ Il est à noter que nous avons malheureusement dû omettre la plupart des illustrations faisant parties des scénarios, d'une part pour des raisons pratiques, et d'autre part afin de respecter la confidentialité des personnes impliquées.

Première partie⁴

NATURE DES SCÉNARIOS SOCIAUX

Les scénarios sociaux sont des outils individualisés qui se rédigent dans le cadre d'une démarche d'écriture.

Ils décrivent des situations sociales qui représentent des difficultés pour les autistes en faisant ressortir les indices pertinents et en leur proposant des réponses plus appropriées.

Ils s'adressent aux personnes qui fonctionnent à un niveau égal ou supérieur à la déficience intellectuelle moyenne. Ils peuvent compléter un programme d'habiletés sociales.

Ils peuvent aborder des situations qui présentent des défis dans des domaines divers:

- › interactions sociales; amitié
- › autonomie personnelle et sociale ;
- › routines scolaires et stratégies pédagogiques ;
- › intérêts, activités restrictives
- › difficultés d'adaptation.

CARACTÉRISTIQUES SOCIO-COGNITIVES DE L'ÉLÈVE TED

Les objectifs poursuivis dans l'élaboration et la mise en application d'un scénario social est en lien direct avec les difficultés et forces principales rencontrées chez l'élève autiste/TED:

- 1- La cécité sociale, se manifestant souvent dans les difficultés à:
 - › comprendre du lien qui existe entre l'état mental et le comportement d'un individu, c'est à dire que son comportement puisse être influencé par ses intentions , ses émotions , ses désirs , ses pensées et ses connaissances
 - › comprendre et prendre en compte la perspective d'autrui aux plans perceptif, affectif et cognitif
- 2- Développement de la 'cohérence centrale' déficitaire, se manifestant souvent dans des difficultés à:
 - › attribuer une signification aux perceptions et à synthétiser des informations
 - › dégager le sens derrière la perception ;
 - › identifier les éléments pertinents dans les stimuli ;
 - › la tendance à porter attention aux détails plutôt qu'à l'ensemble .
- 3- Déficit dans les « fonctions exécutives » se manifestant souvent dans les difficultés à:

⁴ Tiré des documents de formation conçus et élaborés par Paule Mercier et Ulla Hoff

- planifier et à organiser ses activités
 - initier, poursuivre et terminer une séquence d'actions ;
 - faire de la persévération
- 4- Forces particulières
- excellente mémoire des routines
 - attention aux détails
 - perception visuelle
 - facilité pour la lecture

OBJECTIFS DES SCÉNARIOS SOCIAUX

Développer des compétences dans les domaines déficitaires en misant sur les forces

- 1 - Offrir un soutien à la compréhension, l'interprétation et à la préparation à diverses situations;
 - aider le jeune autiste à identifier les indices pertinents dans une situation sociale
 - offrir des informations claires et exactes, adaptées à la perspective du jeune autiste au sujet de la situation
 - préparer le jeune autiste à mieux vivre de nouvelles situations.

- 2 - Offrir un soutien dans la réponse attendue :
 - aider le jeune à prendre conscience de ses propres réactions émotives à la situation
 - dédramatiser la situation
 - l'aider à découvrir de nouvelles réponses plus efficaces
 - l'aider à mémoriser des séquences d'action
 - augmenter la participation sociale du jeune
 - diminuer le stress vécu dans des situations sociales

- 3 - Offrir un soutien à une meilleure compréhension par l'entourage :
 - améliorer la compréhension et la considération d'autrui pour la perspective unique de la personne autiste

TRAVAIL PRÉPARATOIRE À LA RÉDACTION DES SCÉNARIOS SOCIAUX

- 1 - Cibler une situation difficile
 - description de la situation :
moment, lieu, avec qui, activité
 - prévision des variantes de cette situation
- 2 - Dresser un profil du jeune
 - fonctionnement
 - identification de sa perspective de cette situation
- 3 - Cerner la problématique
 - émettre une hypothèse
 - identifier les habiletés à développer
- 4 - Cibler l'objectif du scénario

TYPES DE PHRASES UTILISÉES

- 1 - *Descriptives* :

Présentent la situation de façon objective (lieux, personnes, action, le pourquoi des actions)

- 2 - *Perspectives* :

Décrivent les réactions, les sentiments et pensées des autres personnes dans une situation donnée, et à l'occasion ceux de l'élève autiste

- 3 - *Directives* :

Indiquent par une formulation positive le type de réponses souhaitées dans une situation donnée ou à la suite d'un indice particulier

- 4 - *Affirmatives* :

Souligne la signification et l'importance de certains éléments pertinents du scénario

Réfèrent aux règles établies et aux valeurs communes

CONSEILS POUR LA RÉDACTION

- 1- Composition du scénario
 - › respecter la proportion des types de phrases: utiliser principalement des phrases descriptives et perspectives⁵
 - › formuler positivement les phrases directives
 - › éviter les longueurs, les informations non essentielles à l'atteinte de l'objectif
 - › éviter de vouloir régler toutes les problématiques dans un même scénario
 - › rechercher la clarté du message plutôt que le style littéraire
 - › utiliser des répétitions si nécessaires à la compréhension et la précision du message
 - › toujours tenir compte de la perspective du jeune

- 2- Langage
 - › utiliser un langage adapté au niveau de compréhension
 - › utiliser un vocabulaire significatif pour l'élève
 - › favoriser un vocabulaire souple, précis et concret (par exemple habituellement, parfois)
 - › éviter un vocabulaire limitatif (par exemple toujours)

FORME DE PRÉSENTATION

La forme de présentation est variable et adaptée à chaque élève.

- 1- Texte
 - › tout scénario nécessite d'un texte écrit
 - › longueur du texte varie selon la compréhension de l'élève
 - › regrouper les idées

- 2- Illustration
 - › évaluer la pertinence d'utiliser des illustrations
 - › choisir des illustrations qui clarifient le message et sont signifiantes pour l'élève

- 3- Expression graphique
 - › mettre le texte en évidence
 - › adapter la présentation graphique à la situation et aux besoins de l'élève

- 4- Variabilité du médium
 - › papier: livret, duo-tang etc.
 - › informatique: traitement de texte
 - › vidéo

⁵ À noter que les phrases directives doivent représenter au plus un tiers du nombre total des phrases

MÉTHODE DE PRÉSENTATION À LA PERSONNE AUTISTE

- 1- Planification
 - › le moment, l'accompagnateur, le lieu et la fréquence.
- 2- Présentation :
 - › position de l'intervenant: s'asseoir à coté et légèrement en retrait
 - › choisir un endroit tranquille
 - › prévoir une rencontre individuelle
- 3- Lecture du scénario
 - › privilégier la lecture par la personne elle-même
 - › s'assurer de l'attention de la personne
 - › adapter la fréquence des lectures aux besoins de la personne
- 4- Suivi
 - › s'assurer de l'accessibilité du scénario
 - › réviser au besoin
 - › réinvestir au besoin

ÉVALUATION

- 1- Avant la présentation à la personne autiste :
 - › consulter l'équipe
 - › offrir des informations sur la problématique, le but et les moyens
 - › compiler les suggestions recueillies
 - › réécrire si nécessaire
- 2- Après la présentation :
 - › cueillir les informations sur l'efficacité du scénario
 - › cueillir les suggestions
 - › apporter les correctifs

Deuxième partie

1. Développement Personnel

Auto-contrôle

L'AUTO-CONTRÔLE (1)

Ulla Hoff

Dans la classe, je me sens parfois très stressé ou tendu.

Durant ces moments, j'ai parfois de la difficulté à contrôler mes émotions; je perds le contrôle et je peux dire ou faire des choses que je regrette après.

Cependant, quand je commence à sentir les premiers signes d'un tel malaise, je peux utiliser différentes stratégies pour me calmer:

- a) Je peux me concentrer sur ma respiration et faire un effort pour respirer lentement et profondément.
- b) Je peux compter dans ma tête jusqu'à 20 ou jusqu'à ce que je me sente plus détendu.
- c) Je peux faire un effort pour penser à quelque chose d'agréable ou de drôle.
- d) Si ces méthodes ne m'aident pas, je peux m'excuser et sortir de la classe, soit pour me promener quelques minutes dans le corridor, soit pour aller dans une autre classe avec Carole.
- e) Dans cette classe, je peux écrire sur le tableau pour exprimer comment je me sens et ce que je vis.

Parfois je vais avoir besoin de Carole pour m'aider à décider le bon moment pour sortir de la classe; je vais lui faire confiance et je vais accepter de la suivre lorsqu'elle me fera signe.

Quand j'aurai réussi à retrouver le calme et que je me sentirai mieux, je vais me féliciter d'avoir fait des efforts et d'avoir réussi à me contrôler.

Ensuite je vais retourner à mon travail en classe.

L'AUTOCONTRÔLE (2)

Maryse Lemieux avec élève en 5ième secondaire

Il y a des moments où je me sens très stressé et tendu.

Durant ces moments, j'ai parfois de la difficulté à contrôler mes émotions; je perds le contrôle et je peux dire ou faire des choses que je regrette après.

Cependant, lorsque je commence à sentir les premiers signes d'un tel malaise (par exemple, quand mes pensées se bousculent et que mes poings sont tendus), je peux utiliser différentes méthodes pour me calmer.

Général	a)	Je peux me concentrer sur ma respiration et faire un effort pour respirer lentement et profondément.
	b)	Je peux compter dans ma tête jusqu'à 20 ou jusqu'à ce que je me sente plus détendu.
	c)	Je peux faire un effort pour penser à quelque chose d'agréable ou de drôle et me le dire dans ma tête
	d)	Je peux manipuler ma balle 'anti-stress'
École	a)	Si les méthodes ci-dessus ne m'aident pas, je peux m'excuser et sortir de la classe, en ne claquant PAS la porte, pour me promener quelques minutes dans le corridor ou aller au local 135 ou au secrétariat central
	b)	Une fois rendu, je peux écrire sur une feuille ce qui ne va pas.
Maison	a)	Je peux m'excuser et aller dans ma chambre jusqu'à ce que je me sente mieux
	b)	Ici je peux écrire ou dessiner au sujet de ce qui ne va pas

Quand j'aurai réussi à retrouver le calme et que je me sentirai mieux, je vais me féliciter d'avoir fait des efforts et d'avoir réussi à me contrôler.

LES CONFLITS EN CLASSE.

Ulla Hoff

Parfois nous avons des discussions en classe.

Il arrive que nous ne soyons pas d'accord sur différents sujets. Chacun donne son point de vue. C'est normal d'avoir des discussions; chacun écoute l'autre et essaie de comprendre son point de vue.

Des fois je peux changer mon opinion suite à une discussion; des fois c'est l'autre qui change son point de vue.

Mais il arrive aussi que nous ayons des conflits.

Par exemple, un conflit peut arriver quand un élève veut faire quelque chose que l'enseignante ne peut pas permettre.

Lors de conflits, les gens lèvent parfois le ton et discutent fort.

Ces situations peuvent créer une atmosphère désagréable, dans laquelle je ne me sens pas bien; je suis souvent tendu et anxieux.

Cependant, quand il y a des conflits dans la classe, je sais que c'est la responsabilité de mon enseignante de les régler.
Je sais aussi que je peux lui faire confiance.

Donc, quand le conflit ne me concerne pas personnellement, la meilleure chose à faire pour moi, c'est de me concentrer sur mon travail.

Si je n'ai pas de travail devant moi, je peux aussi penser à quelque chose d'agréable ou de drôle, par ex. à un souvenir amusant ou à des dessins animés.

Lorsque le conflit est réglé, je porte de nouveau attention à ce qui se passe en classe et j'écoute mon enseignante.

MES FAÇONS DE RESTER CALME

Ulla Hoff et André Veilleux

Parfois je suis content à l'école.

Parfois je ne suis pas content à l'école.

Quand je ne suis pas content, parfois je me fâche.

Je n'aime pas être fâché.

Quand je suis fâché, je peux le dire à Suzanne ou à Jacinthe.



Dire à Suzanne ou à Jacinthe que je suis fâché peut m'aider à rester calme.

Je peux aussi faire d'autres choses pour m'aider à rester calme :

- Je peux prendre 10 grandes respirations
- Je peux presser ma balle

Je suis fier de moi quand je suis capable de rester calme.

Suzanne et Jacinthe sont contentes quand les amis sont calmes et nous passons une belle journée.

JE SUIS CAPABLE DE ME CONTRÔLER

André Veilleux et Ulla Hoff

Je m'appelle André Bégin.

Je vais à l'école à Saint-Denys.

Parfois je ne me sens pas bien à l'école. Parfois je suis fâché.

Quand je ne me sens pas bien, j'ai de la difficulté à me contrôler.

Je peux dire ou faire des choses que je n'aime pas faire.

Mais aussitôt que je commence à me sentir mal, je peux utiliser des trucs pour me calmer:

f) je peux dire à Doris ou à Marie-Hélène ou à un autre adulte que je me sens mal

g) je peux me coucher sur le matelas

h) je peux respirer 10 fois très l e n t e m e n t ;
après, si je ne me sens pas encore calme, je peux encore respirer 10 fois.

i) je peux me fermer les yeux et essayer de voir des belles images dans ma tête.

Quand je suis calme, je vais me dire BRAVO d'avoir réussi à me contrôler.

Ensuite je vais regarder mon horaire pour me rappeler l'activité que j'ai à faire.

COMMENT JE PEUX RÉDUIRE MON ANXIÉTÉ

Marielle Dion et Annie Hudon

Dans la vie de tous les jours, les personnes se sentent parfois stressées et anxieuses.

C'est normal.

Les personnes peuvent se sentir stressées ou anxieuses lorsqu'elles:

- ne comprennent pas ce qu'on leur dit
- n'aime pas faire une tâche difficile
- sont timides
- ou pour encore d'autres raisons

Il existe beaucoup de raisons pour expliquer que les personnes peuvent être stressées ou anxieuses.

Dans ses situations, les personnes peuvent réagir de différentes façons. Il y a des personnes qui:

- se tourne des mèches de cheveux,
- se ronge les ongles
- etc. etc.

Moi,

- je gratte mon cuir chevelu,
- je ronge mes crayons
- je peux aussi gratter ou piquer d'autres parties de mon corps.

Cela veut dire que je suis stressé ou anxieux.

Il existe des moyens pour réduire mon anxiété, et celle des personnes anxieuses.

Il peut aider de parler de nos inquiétudes à un adulte.

Si cela n'est pas possible présentement, je peux essayer de contrôler mon anxiété en me disant que plus tard, j'irai parler à une personne de confiance.

Entre temps, je peux utiliser différents moyens comme:

- prendre de bonnes respirations,
- manipuler de la pâte à modeler,
- déposer mes mains sur mon bureau.

Je vais essayer de me trouver des moyens qui vont être efficaces pour moi et qui ne dérangent pas les autres personnes autour de moi.

Alors, quand je me sentirai tendu je vais utiliser ses moyens.

C'est agréable d'être compris et de se sentir détendu.

Erreurs

LES ERREURS

Ulla Hoff⁶

Quand je fais une activité, parfois je ne réussis pas tout de suite.

Si je fais une erreur ce n'est pas grave.

Tout le monde fait des erreurs.

Quand je ne réussis pas, j'essaie de rester calme.

Si je ne réussis pas, je peux recommencer.

Parfois je dois recommencer quelques fois avant de réussir.

C'est comme ça que j'apprends.

C'est comme ça que les autres apprennent aussi.

⁶ Adaptation de Jon Kistler dans Gray (1993)

LES GENS INTELLIGENTS FONT DES ERREURS

Ulla Hoff⁷

Je m'appelle Jonathan. Je suis en deuxième année. Je fais parfois des erreurs.

Des gens très intelligents font des erreurs.

Thomas Edison était un homme très intelligent. Il a inventé l'ampoule électrique.

Il a fait plus de 700 erreurs en essayant de fabriquer sa première ampoule électrique.

Ça, ce n'est pas grave; c'est normal.

Thomas Edison savait que les gens apprennent des choses merveilleuses tout en faisant des erreurs.

Parfois, parce que je suis très intelligent, moi aussi je fais des erreurs.

Ça c'est correct. C'est comme ça que j'apprends.

Même si M. Langlois voit une erreur dans mon travail, il sait que je suis très intelligent. Il sait aussi que je suis en train d'apprendre des nouvelles choses.

Il peut m'aider à corriger mes erreurs.

⁷ Adaptation/traduction autorisée de Gray (1997)

IL FAUT PARFOIS ESSAYER PLUS D'UNE FOIS POUR RÉUSSIR

Martine Thibault

Parfois quand je fais des travaux scolaires, il m'arrive de faire des erreurs.

Parfois, il arrive que mon professeur me dise que je n'ai pas la bonne réponse.

Si je n'ai pas la bonne réponse ce n'est pas grave.

Tout le monde fait des erreurs.

Quand je fais une erreur, j'essaie de rester calme.

Tous ceux qui apprennent de nouvelles choses ne trouvent pas toujours la bonne réponse la première fois.

C'est normal. C'est pour ça que les personnes vont à l'école.

Il faut parfois recommencer un exercice pour trouver la bonne réponse.

C'est de cette façon que j'apprends.

C'est de cette façon que les autres apprennent aussi.

Parfois des gens très intelligents doivent recommencer plusieurs fois avant de réussir.

Thomas Edison était un homme très intelligent.

Il a inventé l'ampoule électrique.

Il a fait plus de 700 erreurs en essayant de fabriquer sa première ampoule électrique.

Ça c'est correct.

Thomas Edison savait que les gens apprennent des choses merveilleuses tout en faisant des erreurs.

Si mon professeur voit une erreur dans mon travail, il sait que je suis en train d'apprendre des nouvelles choses.

Mon professeur peut m'aider à corriger mes erreurs.

COMMENT LES GENS APPRENNENT EN FAISANT DES ERREURS

Paule Mercier et Caroline Leblanc

Parfois les gens font des erreurs.
Parfois, c'est moi qui fais des erreurs.

Quand les gens apprennent de nouvelles choses, ils font parfois des erreurs.
C'est comme ça qu'ils apprennent.
Ils en font aussi tout en travaillant à des choses qu'ils connaissent déjà.

Moi aussi quand j'apprends, je peux faire des erreurs.

Parfois les gens se fâchent quand ils font des erreurs.
Parfois les gens demeurent calmes et trouvent une solution.

Parfois les gens trouvent que c'est une très grosse erreur.
Parfois les gens trouvent que c'est juste une petite erreur parce qu'ils se disent que c'est comme ça qu'ils apprennent.

Quand je fais une erreur, moi aussi, je pourrais me dire que c'est juste une petite erreur parce que je suis en train d'apprendre.

Les gens qui apprennent beaucoup et qui savent beaucoup de choses font souvent des erreurs.

Les grands savants font beaucoup d'erreurs.
Graham Bell, l'inventeur du téléphone, a fait beaucoup d'erreurs.
Il en a fait toute sa vie parce qu'il a toujours appris.

Moi aussi, je peux faire des erreurs car je peux apprendre beaucoup de choses.
Je vais toujours faire des erreurs car je vais toujours apprendre.
Je suis capable d'apprendre beaucoup de choses.

Éducation sexuelle

JE SUIS MAINTENANT UNE ADOLESCENTE

Paule Mercier et Ghislain Massicotte

Je m'appelle Mélanie et j'ai 14 ans.

Maintenant mes bras et mes jambes sont devenus grands.

J'ai maintenant du poil sous mes bras et sur ma vulve.

Maintenant j'ai aussi des seins.

Parfois je touche mes seins. Parfois je regarde mes seins dans le miroir.

D'habitude les gens ne touchent pas leurs seins devant d'autres personnes.

Moi aussi, je vais essayer de ne pas toucher mes seins devant d'autres personnes.

Je peux toucher mes seins dans ma chambre.

Je peux regarder mes seins dans ma chambre

LES MENSTRUATIONS.

Paule Mercier et Ulla Hoff

Je m'appelle Laurie et j'ai 14 ans.

Maintenant mes bras et mes jambes sont devenus grands.

J'ai maintenant des seins. J'ai du poil sous mes bras et sur ma vulve.

Quand les filles ont des seins et du poil sur la vulve, elles ont aussi des menstruations.

Moi aussi, j'ai des menstruations.

Quand j'ai mes menstruations, il y a du sang qui coule de ma vulve.

Quand j'ai mes menstruations je dois mettre une serviette hygiénique.

Quand j'ai mes menstruations, parfois j'ai aussi mal au ventre.

Pour chaque jour où j'ai mal au ventre je mets un collant sur mon calendrier.

D'habitude j'ai une menstruation pendant 3 ou 4 jours.

Quand la menstruation est finie, il n'y a plus de sang qui coule de ma vulve.
(picto avec le symbole de 'ne pas/plus')



Quand la menstruation est finie, je n'ai plus mal au ventre.

Je vais mettre un collant comme ça :



sur le calendrier, quand la menstruation est finie.

Après environ un mois je peux encore avoir une menstruation.

C'est comme ça pour ma mère et pour mes sœurs. C'est comme ça pour toutes les filles qui grandissent et deviennent des femmes.

SE TOUCHER

Ghislain Massicotte

Je m'appelle Pierre et j'ai 12 ans.

Parfois je veux toucher mon pénis.

Quand je veux toucher mon pénis, j'attends d'être seul dans ma chambre.

Quand je suis aux toilettes, à la maison, je peux aussi toucher mon pénis.

ÊTRE UN GARÇON

Marielle Dubé

Je suis un garçon comme mon père; comme lui, je vais devenir grand et mon corps va changer avec le temps.

Comme les autres garçons, j'ai des organes génitaux : un pénis et des testicules.

Parfois, mon pénis peut changer de dimension; il peut devenir long, dur et gros. C'est normal.

Ça arrive à tous les garçons lorsqu'ils ont une érection ou qu'ils vont uriner. Par la suite, le pénis reprend sa dimension normale. Mais il ne peut pas disparaître.

Parfois, je ressens un inconfort car j'ai l'impression que mon pénis et mes testicules collent ensemble. C'est normal; ça arrive à beaucoup de garçons. À ce moment-là, j'essaie de rester calme et de penser à d'autres chose: par exemple, je peux penser à une farce, ou à ce que je vais faire d'agréable dans ma journée ou encore à d'autres choses. Si ce truc ne fonctionne pas, je me cherche un travail à faire pour essayer de ne plus y penser.

À l'exemple de mon père et des autres garçons, je ne mets pas mes mains dans mon pantalon devant les gens qui m'entourent. Les gens vont se sentir mal à l'aise de me voir toucher ces parties de mon corps. La plupart des gens trouvent que ce sont des parties privées qu'on touche seulement quand on est dans son intimité. Ils vont me trouver irrespectueux si j'agis de cette façon.

Comme j'ai l'habitude de faire un bon ajustement le matin en m'habillant, je vais essayer d'attendre les moments où je me rends à la salle de bain pour me réajuster si j'en éprouve le besoin.

C'est normal, ça arrive aussi aux autres garçons d'avoir besoin d'un autre ajustement. À ces moments-là, j'essaie de rester calme et discret afin que les gens qui m'entourent ne connaissent pas mes ennuis.

Je suis fier de moi quand je me contrôle; mes parents et d'autres adultes aussi sont contents de moi.

Auto-gérance

JE SUIS SOUVENT CAPABLE TOUT SEUL

Ulla Hoff

Je m'appelle Michel. Je vais à l'école Notre-Dame.

Mon enseignante s'appelle Hélène.

Dans ma classe il y a beaucoup d'amis.

Caroline est aussi dans ma classe. Caroline m'aide à bien écouter Hélène. Caroline aide aussi mes amis.

Caroline nous aide à faire les jeux et les ateliers qu'Hélène nous montre.

Parfois j'ai besoin d'aide; parfois c'est un autre ami qui a besoin d'aide.

Je peux lever ma main pour demander à Caroline de m'aider.

Je peux aussi lui dire :



Caroline, j'ai besoin d'aide !

Si Caroline est libre, elle peut venir m'aider.

Parfois Caroline est occupé à aider un autre ami. Parfois Caroline doit sortir de la classe pour quelques minutes.

Quand Caroline ne peut pas m'aider:

- je peux essayer de faire mon activité tout seul;
- je peux aussi demander de l'aide à Hélène ou à un ami proche de moi.

Quand Caroline est libre de nouveau, elle peut m'aider, si j'en ai encore besoin.

Je suis content de moi quand je suis capable de me débrouiller tout seul.

Hélène et Caroline sont contentes quand je suis capable de me débrouiller tout seul.

COMMENT JE ME DÉBROUILLE

Liette St-Onge et Annie Hudon

Je m'appelle Claire. Je suis en 4^e année dans la classe de Mélissa.

Je vais à l'école pour apprendre.

Parfois les tâches sont faciles et je n'ai pas besoin d'aide.

Parfois les tâches sont difficiles et j'ai besoin d'aide.

Lorsque j'ai besoin d'aide :

- je peux relire la question
- je peux encercler les mots importants
- je peux utiliser les outils et les stratégies que je connais
- je peux demander du matériel
- je peux lever la main
- je peux demander de l'aide à un adulte ou à un ami

C'est bien d'utiliser du matériel, des outils, des stratégies ou de demander de l'aide.

Quand j'utilise du matériel, mes outils ou mes stratégies, c'est plus facile de réussir ma tâche.

Si mon professeur voit que j'utilise mes outils ou mes stratégies, il va savoir que je fais des efforts pour comprendre et faire ma tâche.

Mon professeur est content quand je fais des efforts.

Je suis contente quand j'apprends de nouvelles choses et que je réussis mes tâches.

C h o i x

FAIRE UN CHOIX QUI EST BON POUR MOI

Paule Mercier et Caroline Leblanc

Souvent les gens ont à choisir entre 2 activités qu'ils aimeraient faire.
D'habitude, quand ils choisissent une activité ils ne peuvent plus changer leur choix.
Les adultes ont souvent plusieurs choix à faire.

Moi, j'ai le choix entre apprendre une chorégraphie en 4 semaines seulement ou regarder mes amis pratiquer la chorégraphie sans y participer.

La chorégraphie comprend plusieurs mouvements.
La plupart des élèves la pratique depuis le début de l'année.
Moi, comme je vais en stage, je ne pouvais pas l'apprendre dès le début de l'année.

D'autres jeunes avaient le même choix que moi. Parmi eux, certains jeunes ont fait le choix d'apprendre la chorégraphie en 4 semaines. D'autres ont décidé de ne pas y participer.

Moi, j'ai décidé de ne pas participer à la chorégraphie. C'est correct ainsi, car c'est mon choix.
Mon choix est de regarder les autres pratiquer.

Ça peut être très stressant d'apprendre une chorégraphie en 4 semaines.
Je n'aime pas être stressé, alors j'ai choisi de regarder les autres.
Je pense que je vais avoir plus de plaisir à les regarder.

Les adultes font souvent des choix qui leur font plaisir, car c'est bon pour eux.
Moi aussi, je peux faire des choix qui sont bons pour moi.

Autonomie

LE DÎNER

Ginette Hébert

Je m'appelle Jean.

Je vais à l'école St-Denys.

Quand c'est l'heure du dîner je vais à la cuisine.

Je m'assois à la table comme les amis.

Parfois il y a beaucoup de bruit dans la cuisine.

Parfois les enfants et les grandes personnes bougent beaucoup.

À la cuisine les amis mangent leur repas.

Les enfants mangent pour être bien et pouvoir s'amuser.

Moi aussi, je peux manger pour être en forme et m'amuser.

Quand je mange, je me sens bien.

Les gens ont besoin de sommeil pour être en forme.

Quand les gens veulent dormir, ils éteignent la lumière dans leur chambre.

Le soir, quand la lumière de la chambre de ma sœur est éteinte, je sais qu'elle veut dormir.

Quand la lumière de ma sœur est éteinte, je fais attention de ne pas la réveiller :

- Je parle tout bas
- Je mets le volume de ma musique et de la TV très bas

Quand ma sœur dort bien et passe une bonne nuit, elle est de bonne humeur le lendemain.

LA NUIT

Je m'appelle Étienne. (photo)

J'ai 5 ans.

J'aime quand maman ou papa me couche dans mon lit et me disent :

- Bonne nuit
- Fait un beau dodo
- À demain
- Je t'aime

Je dors avec tous mes toutous. (photo)

Maman ou papa ferme la lumière de ma chambre.

Je suis calme et je ne fais pas de bruit.

Je suis capable de garder le silence. (picto)

Parfois, c'est difficile de garder le silence.

Je peux alors prendre un toutou dans mes bras et fermer mes yeux. (photo)

Quand je ne fais pas de bruit la nuit, je m'endors vite.

Maman, papa et Marianne, font eux aussi « dodo » la nuit. (photo)

Ils se reposent.

Le matin, quand maman ou papa me demande de me lever, je suis content de moi.
(photo et picto)

2. Hâbiletés sociales

Expressions de politesse

LE NOM DES AMIS ET DES PROFESSEURS

André Veilleux et Ulla Hoff

À mon école, il y a plusieurs amis et plusieurs professeurs aussi.

À l'école chaque ami et chaque professeur a un nom.

Dans ma classe, le professeur s'appelle _____ et l'éducatrice s'appelle _____.

Dans ma classe, _____ et _____ appellent chaque ami par leur nom.

Les amis aiment beaucoup se faire appeler par leur nom.

Moi je m'appelle _____ et j'aime quand les professeurs et les amis m'appellent par mon nom.

Moi aussi je suis capable d'appeler les personnes par leur nom.

Les amis et les professeurs sont très contents quand je les appelle par leur nom.

SALUER LES GENS

Caroline Leblanc et Paule Mercier

Habituellement les gens aiment que je les salue.

Quand je salue quelqu'un, c'est comme si je lui disais que je suis content de le voir. Je lui montre que je m'intéresse à lui ou à elle.

Il existe plusieurs façons de saluer une personne. D'habitude, je regarde le visage des gens quand je les salue.

Habituellement, je dis "Bonjour!", "Salut" ou "Allô" quand c'est le jour, et je dis "Bonsoir!" ou "Salut" quand c'est le soir.

Je peux aussi saluer en faisant un signe de la main.

Parfois, je peux saluer les gens en les regardant et en faisant un sourire.

Je peux saluer les gens en faisant un signe de la tête. Je baisse un peu la tête puis je la relève en souriant.

Il arrive aussi que je salue en serrant la main de la personne.

Parfois, quand c'est quelqu'un que je connais beaucoup, par exemple, un membre de ma famille et que je ne l'ai pas vu depuis longtemps, je peux lui dire "bonjour!" en faisant une accolade.

Quand je rencontre quelqu'un que je connais dans le couloir à l'école, dans l'autobus, au magasin ou dans la rue, je sais que je peux lui dire "Bonjour!" en souriant et que ça lui fera plaisir.

Parfois, c'est l'autre qui peut me saluer en premier. Quand ça arrive, je regarde le visage de cette personne et je lui réponds en la saluant moi aussi.

Quand je salue quelqu'un, je peux aussi lui demander "Comment ça va?". J'attends que la personne réponde à ma question. Attendre la réponse des gens montre que je fais attention à eux. Les gens se sentent appréciés et heureux quand je fais attention à eux.

Parfois, quand je salue les gens, il peut arriver qu'ils ne me regardent pas et ne me répondent pas. Ce n'est pas parce qu'ils sont fâchés contre moi ou qu'ils ne m'aiment pas. Parfois, c'est parce qu'ils ne m'ont pas entendu. Il arrive aussi que certaines personnes soient très timides et préfèrent ne pas répondre ou répondent en parlant très bas. Parfois, les gens ne m'entendent pas parce qu'ils pensent à quelque chose et sont très concentrés. Dans ce temps là, ils ne s'aperçoivent pas que je leur parle. Je peux alors répéter mes salutations une autre fois.

Quand je vais rencontrer des gens, je vais pouvoir penser que les salutations sont agréables.

POURQUOI LES GENS ESSAIENT D'ÊTRE POLIS LES UNS ENVERS LES AUTRES

Ulla Hoff

La politesse est une façon d'interagir avec les autres, qui leur montre qu'on les respecte.

Il y a plusieurs façons d'être poli.

Une façon d'être poli est de dire "Merci" quand quelqu'un nous fait une faveur ou nous offre de l'aide ou des informations.

Une autre façon d'être poli est de s'excuser si on pense qu'on a rendu quelqu'un inconfortable, ou qu'on lui a fait de la peine ou qu'on a fait une erreur.

Quand on demande quelque chose à quelqu'un, il est poli de commencer ou terminer la phrase avec les mots "s'il vous plaît".

Par exemple, parfois j'ai besoin de l'aide de Mme. Caron; alors dans ce cas je pourrais lui dire: "S'il vous plaît, Mme Caron, pouvez-vous m'aider?"

À d'autres moments, quand Mme Caron veut m'aider et que je n'en ai pas besoin, c'est poli de lui dire: "Non, merci Mme Caron, je n'ai pas besoin d'aide maintenant".

D'habitude les gens aiment que les autres soient polis envers eux. Ils aiment beaucoup sentir que les autres les respectent.

Je vais faire un effort pour me rappeler d'être poli envers les autres à l'école et à la maison (mes professeurs, mon éducatrice, mes pairs et ma famille).

Faire des compliments

QU'EST-CE QU'UN COMPLIMENT?

Ulla Hoff⁸

Je m'appelle Carl. Je suis en 3^{ième} année. J'apprends comment faire des compliments aux autres.

Un compliment est une façon spéciale de féliciter quelqu'un. Quand on dit quelque chose d'agréable ou de gentil à propos de quelqu'un d'autre, ça s'appelle « faire un compliment » ou « complimenter ».

Parfois mon enseignant dit : « Carl, tes devoirs de maths sont très bien faits! » C'est un compliment. Parfois ma mère dit : « Carl, tu as une belle chemise, elle te va très bien ». Ça aussi, c'est un compliment.

Souvent, les gens savent déjà ce qui est bien ou beau avant que quelqu'un d'autre leur fasse un compliment. Par exemple, je peux déjà savoir que ma nouvelle chemise est belle, même avant que ma mère me le dise.

Aussi, quand je vois ma note sur mon devoir de maths, je sais que j'ai bien fait mon travail, même avant que mon enseignant me le dise.

Les gens ne font pas nécessairement des compliments pour partager de nouvelles informations.

Souvent, les gens font des compliments aux autres simplement pour leur faire plaisir. C'est pourquoi les compliments sont si importants. Ils aident les gens à se sentir bien.

Une personne qui reçoit un compliment est heureuse que quelqu'un l'ait remarquée, et elle va souvent ressentir de bons sentiments envers la personne qui lui a offert ce compliment.

Je peux faire un compliment à quelqu'un quand je remarque quelque chose de beau ou d'agréable chez lui, ou quelque chose qu'il fait bien.

Faire des compliments est une bonne façon de commencer à se faire des amis.

⁸ Adaptation/traduction autorisée de Gray (1997)

Respect des autres

COMMENT JE PEUX RESPECTER MES AMIS

Huguette Bégin et Ulla Hoff

À l'école, les amis aiment jouer et parler ensemble.

Moi aussi, j'aime jouer et parler avec les amis de l'école.

Parfois, les amis aiment bien se tenir par la main quand ils marchent ensemble, comme dans la cour de l'école.

J'aime aussi marcher avec un ami et le tenir par la main.

Je peux parler avec mon ami.

Parfois je touche aux cheveux des amis.
D'habitude, les amis n'aiment pas que je touche leurs cheveux.
Ils trouvent ça désagréable.

Parfois ils me disent : « Arrête de toucher mes cheveux. »

Quand les amis me demandent de ne pas toucher leurs cheveux, je vais faire ce qu'ils me demandent.
Comme ça, je respecte mes amis.

Les amis sont contents quand je les respecte.

Je peux respecter mes amis d'autres façons aussi.

Voici une liste de choses que je peux faire pour montrer que je respecte mes amis :

Je suis fier de moi quand je suis capable de respecter mes amis.
(picto: sourire ou fierté)

SAVOIR S'EXCUSER.

Ulla Hoff⁹

Je m'appelle Charles. Je suis en 6^{ième} année à l'école Notre-Dame.
Parfois je joue avec les amis de l'école.

Quand les enfants jouent ensemble, parfois ils font des erreurs.
Une des erreurs que les enfants font parfois, c'est de dire ou de faire quelque chose qui rend une autre personne malheureuse. On peut appeler ça : « lui faire de la peine » ou le « blesser ».

Quand quelqu'un fait une erreur qui fait de la peine à une autre personne, c'est important de s'excuser. Une excuse est un ensemble de mots spéciaux. Les gens s'excusent souvent afin de dire à l'autre personne qu'ils regrettent de lui avoir fait de la peine.

Une excuse signifie à l'autre que tu l'aimes bien et que tu regrettes d'avoir dit ou fait quelque chose qui lui a fait de la peine. Parfois une excuse fonctionne tout de suite, c'est à dire, que l'autre se sent mieux tout de suite.

Voici quelques règles au sujet des excuses :

- I. C'est mieux de faire des excuses tout de suite après avoir fait une erreur.
- II. Les meilleures excuses ont deux parties :
 - admettre qu'on a fait une erreur et,
 - dire qu'on le regrette vraiment.

Voici quelques exemples :

- « Je pense que j'ai dit quelque chose qui t'a fait de la peine. Je m'excuse »
« Quand j'ai dit : _____ je t'ai peut-être blessé. Je ne me rendais pas compte que ça te faisait de la peine. Je suis désolé ».
- III. Les meilleures excuses sont dites sincèrement, pour que l'autre personne comprenne qu'on est sérieux.

Parfois je peux me rendre compte que je viens tout juste de dire ou de faire quelque chose qui a fait de la peine à quelqu'un. C'est correct. Les jeunes font ce genre d'erreur en grandissant.

Je vais essayer de me souvenir comment m'excuser. Je vais essayer de parler ou d'écrire à la personne aussitôt que possible pour dire que je suis désolé. Je vais essayer de me souvenir de lui dire que je pense avoir fait une erreur. Je vais essayer d'être sincère et gentil quand je m'excuse.

⁹ Adaptation/traduction autorisée de Gray (1997)

La proximité

COMMENT ÊTRE BIEN AVEC MES AMIS DE LA CLASSE.

Ulla Hoff

Je m'appelle Caroline. (photo)

Je suis dans la classe de Marie. (photo)

Dans ma classe j'ai (no.) amis.

Voici les amis de ma classe.

Photo
(Nom)

Photo
(Nom)

Photo
(Nom)

Photo
(Nom)

À l'école, je fais différentes activités avec mes amis.

- Parfois je vais à la piscine avec mes amis. (photo ou picto)
- Parfois je vais manger à la cafétéria avec mes amis. (photo ou picto)

Ça peut être amusant de faire des activités avec mes amis.

Parfois mes amis sont proches de moi quand nous faisons des activités ensemble.
(picto)

Mais je n'aime pas quand mes amis sont TROP PROCHE de moi. (picto)

Parfois Martin se met TROP PROCHE de moi. (picto ou photo)

Je n'aime pas ça. Ça me dérange. (picto – visage pas content)

Quand Martin se met trop proche de moi, je peux lui dire :



*'Martin, va plus loin –
t'es TROP PROCHE'*

Comme ça, je peux être bien avec mes amis de la classe.

Le jeu et les loisirs

JOUER À DES JEUX DIFFÉRENTS

Martine Thibault et Annie Hudon

Dans ma classe, lors des périodes récompenses et parfois lorsque la récréation se prend à l'intérieur, il est possible de jouer à des jeux.

Il y a des jeux que je préfère. Il y a des jeux que je n'aime pas. Il y a des jeux que je ne connais pas.

Les amis de la classe préfèrent aussi certains jeux et n'aiment pas d'autres jeux.

Certains jours, je suis chanceux et je peux jouer avec mon jeu préféré.

Quand aucun ami de la classe veut jouer à ce jeu en même temps, je peux alors le prendre et jouer avec mon jeu préféré tout le temps que je veux.

D'autres jours il y a plusieurs amis de la classe qui veulent aussi jouer à mon jeu préféré.

Tout le monde ne peut pas jouer en même temps.

Il y a des amis qui vont commencer à jouer en premier et après ce sera le tour des autres.

Parfois c'est à mon tour de jouer à mon jeu préféré en premier. Là je suis content. Je peux décider de jouer seul à mon jeu. Je pourrai aussi décider de partager mon jeu avec d'autres amis qui veulent jouer aussi. C'est mon choix.

Parfois c'est le tour d'un autre ami de la classe de jouer en premier. Mon ami est content. À ce moment là, moi je dois attendre mon tour. Je peux demander à l'ami de me dire lorsqu'il aura terminé de jouer.

Pendant que j'attends pour jouer à mon jeu préféré, je peux décider de jouer à un autre jeu que j'aime aussi. Je peux décider de jouer seul ou avec un autre ami.

Je peux aussi décider de jouer à un jeu que je ne connais pas. C'est amusant d'apprendre à jouer à des jeux nouveaux. On connaît alors un jeu de plus.

Un ami peut aussi m'apprendre à jouer à un jeu que je ne connais pas. Ça aussi peut être intéressant.

Jouer à un autre jeu peut être amusant; je peux avoir du plaisir.

ASSISTER À UN CONCERT DE MUSIQUE

Ghislain Massicotte

Je vais au concert. Je vais voir et écouter l'orchestre symphonique de Québec.

L'orchestre joue au Grand théâtre.

En arrivant, j'entre dans la salle de concert.

Je m'assois à ma place et j'attends calmement que l'orchestre commence à jouer.

Quand les lumières s'éteignent, je ne parle plus.

L'orchestre se met à jouer. J'écoute attentivement la musique.

Quand la musique s'arrête, les gens applaudissent.

Je fais comme eux. C'est pour dire aux musiciens que nous aimons la musique.

Quand le concert est fini, les lumières s'allument. Je sors de la salle en marchant.

ALLER AU CINÉMA

Ulla Hoff

Beaucoup de gens aiment aller au cinéma. Aller au cinéma peut être amusant.

Avant d'entrer au cinéma, je dois acheter un billet.

Des fois, il faut faire la file pour acheter un billet.

Parfois la file avance vite. Lorsque c'est mon tour, je donne de l'argent à la personne au guichet pour payer mon billet.

Je marche vers la salle de cinéma. Je peux sentir du pop-corn. Des fois j'achète du pop-corn.

Quand j'arrive à la salle de cinéma, je donne mon billet à la personne à la porte d'entrée. Ensuite, j'entre dans la salle.

Il y a beaucoup de chaises dans la salle. Il fait un peu noir dans la salle, mais je suis capable de trouver mon chemin.

Je m'assois sur une chaise libre.

Il y a des gens assis devant moi, derrière moi et à mes côtés.

La salle devient plus sombre. Le film va commencer.

Tout le monde arrête de parler.

Pendant le film, des fois les gens rient, des fois ils pleurent.

C'est une bonne idée de demeurer assez silencieux pendant le film. Les autres personnes dans la salle aiment aussi écouter le film.

Quand le film est terminé, les lumières s'allument.

Je me lève et je quitte la salle de cinéma.

Les amis

BIEN S'ENTENDRE AVEC UN AMI

Ulla Hoff¹⁰

D'habitude, un ami ne se moque pas de moi. Il est gentil avec moi. Moi aussi, j'essaie d'être gentil avec mon ami.

J'aime bien mon ami, mais il peut arriver que nous ne soyons pas d'accord. Je peux être fâché avec mon ami. Mon ami peut être fâché avec moi. Peut-être que nous n'avons pas le goût de faire les mêmes choses.

Mais d'habitude des amis ne restent pas fâché l'un avec l'autre très longtemps, et nous avons probablement encore envie de jouer ensemble.

Pour nous aider à jouer sans se fâcher il y a des choses que nous pouvons faire. Nous pouvons faire un effort pour nous entendre. Nous pouvons suivre cette liste :

- 1. Si nous nous sommes chicanés, dire « Je m'excuse » ou « Je suis désolé »
- 2. Ensuite dire «Allons jouer encore»
- 3. Nous pouvons écrire une liste des choses que j'aime faire.
- 4. Nous pouvons écrire une liste des choses que mon ami aime faire
- 5. Nous pouvons encercler les choses qui sont pareilles sur les deux listes; ce sont les choses que nous aimons faire tous les deux
- 6. Nous pouvons écrire une nouvelle liste :

Les choses que nous voulons faire ensemble

S'il y a des choses que j'aime faire, mais que mon ami n'aime pas faire, c'est correct. Je peux faire ces choses plus tard, soit seul ou avec quelqu'un d'autre. Souvent des bons amis apprennent à s'entendre.

¹⁰ Adaptation/traduction autorisée de Faherty, C. (2000)

COMMENT DEMANDER À QUELQU'UN POUR JOUER ?

Nicolas Pagé et Annie Hudon

Je m'appelle Martin. J'ai 8 ans et je suis dans la classe de Louise à l'école des Quatre Vents.

Quand la cloche sonne pour la récréation, je peux vouloir jouer seul.

Je peux aussi vouloir jouer avec quelqu'un.

Je peux me diriger vers la personne avec qui je veux jouer et lui dire :
« Allô, est-ce que tu veux jouer avec moi »

Si la personne n'est pas d'accord, c'est correct.

Si la personne est d'accord, je pourrais jouer avec elle à la récréation. À la prochaine récréation, j'ai le choix de demander à la même personne ou j'ai le choix de demander à une autre personne.

Je peux lui parler de ce que je veux faire.

La personne qui veut jouer avec moi, peut aussi avoir des idées de jeux.

Ça peut être intéressant d'écouter les idées des autres, c'est comme ça qu'on apprend différents jeux, et qu'on se fait des amis.

C'est comme ça que les autres élèves s'entendent pour jouer ensemble.

Moi aussi, je vais écouter et exécuter les idées de jeux des autres.

Mes parents, mon enseignante et mon éducateur vont être fier de moi.

Je suis fier de moi lorsque j'écoute et j'exécute les idées des autres.

COMMENT JOUER À DES JEUX (1)

Chantal Defoy, Ulla Hoff et élève de 5^{ème} année

Je m'appelle Thomas. Je suis en 6^{ème} année à l'école Notre-Dame. Parfois je joue avec les amis de l'école.

D'habitude, quand les enfants jouent à des jeux, tout le monde aime gagner. Moi aussi j'aime gagner.

Comme tout le monde :

- 1) je peux parfois gagner quand je joue et
- 2) je peux parfois perdre et c'est un autre ami qui gagne

1) Quand je gagne, je suis content. (*picto*) Quelquefois je me vante.

Par ex. parfois je dis :

« Youppi ! c'est moi le meilleur »

Mes compagnons de jeu qui ont perdus peuvent être déçus. Si je me vante d'avoir gagné, mes amis peuvent se sentir encore plus mal et déçus. Ils peuvent même se fâcher.

Je sais qu'un ami est triste ou déçu ou fâché en regardant l'expression de son visage ou en écoutant le ton de sa voix. (*pictos d'expressions de sentiments*)

Des fois, les amis vont dire avec des mots comment ils se sentent. Par exemple, ils vont dire :

« Ha ! Thomas, tu m'écoeure ! » ou bien « Arrête de te prendre pour un autre »

Il est important que tout le monde s'amuse quand on joue.

Si je rends mes amis tristes ou inconfortables quand nous jouons, ce n'est plus amusant pour eux.

Peut-être qu'ils n'aimeront plus jouer avec moi.

Quand je gagne, je peux être content, (*picto*) sans me vanter. Comme ça, mes amis ne se sentiront pas mal et nous pourrons continuer à jouer ensemble.

2) Quand je perds, je suis souvent déçu et pas très content. C'est normal. Je peux le dire avec des mots, par ex. je peux dire :

« Ha ! c'est plate. Fuck. d'Oh. Merde »

Je sais que c'est normal de perdre parfois. Je sais aussi que la prochaine fois je vais peut-être gagner. C'est comme ça quand on joue à des jeux.

Que je gagne ou que je perde, je peux m'amuser en jouant à des jeux.

COMMENT JOUER À DES JEUX DE COMPÉTITION (2)

Chantal Defoi et Ulla Hoff

Je m'appelle Thomas. Je suis en 6^{ième} année à l'école Notre-Dame.
Parfois je joue avec les amis de l'école. D'habitude, quand les enfants jouent à des jeux de compétition, tout le monde aime gagner. Moi aussi j'aime gagner.

Comme tout le monde :

- 1) je peux parfois gagner quand je joue et
- 2) je peux parfois perdre et c'est un autre ami qui gagne

- 1.** Quand je gagne, je suis content. (*picto*) Parfois je me vante.
Par exemple ; parfois je dis :

Mes compagnons de jeu qui ont perdu peuvent être déçus.
Si je me vante d'avoir gagné, mes amis peuvent se sentir encore plus mal et déçus.
Ils peuvent même se fâcher.

Je sais qu'un ami est triste ou déçu ou fâché en regardant l'expression de son visage ou en écoutant le ton de sa voix.

(*pictos d'expressions de sentiments*)

Des fois les amis vont dire avec des mots comment ils se sentent. Par Exemple ; ils vont dire :

Il est important que tout le monde s'amuse quand on joue.
Si je rends mes amis tristes ou inconfortables quand nous jouons, ce n'est plus amusant pour eux.

Peut-être qu'ils n'aimeront plus jouer avec moi.

Quand je gagne, je peux être content, (*picto*) sans me vanter. Comme ça, mes amis ne se sentiront pas mal et nous pourrons continuer à jouer ensemble.

- 2.** Quand je perds, je suis souvent déçu et pas très content. C'est normal. Je peux le dire avec des mots, par ex. je peux dire :

Je sais que c'est normal de perdre des fois. Je sais aussi que la prochaine fois je vais peut-être gagner. C'est comme ça quand on joue à des jeux de compétition. Que je gagne ou que je perde, je peux m'amuser en jouant à des jeux de compétition.

JE ME VANTE (Comment jouer à des jeux de compétition (3))

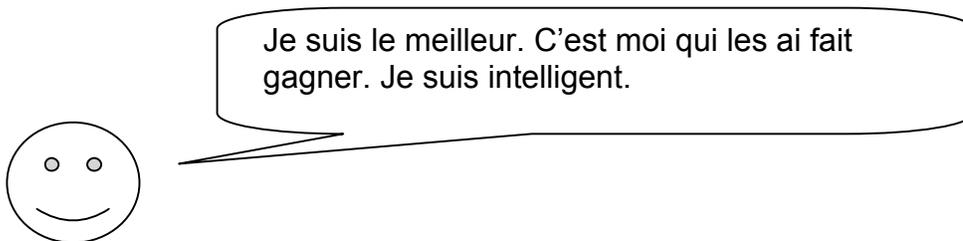
Liette St-Onge et Annie Hudon

Je m'appelle Kevin. Je suis en 4^{ième} année à l'école St-Louis. Parfois je joue avec les amis de l'école.

D'habitude, quand les enfants jouent à des jeux de compétition, tout le monde aime gagner. Moi aussi j'aime gagner.

Comme tout le monde, parfois je peux gagner quand je joue, et parfois je peux perdre et c'est un autre ami qui gagne.

Quand je gagne, je suis content. Quelquefois je me vante. Par exemple, parfois je dis :

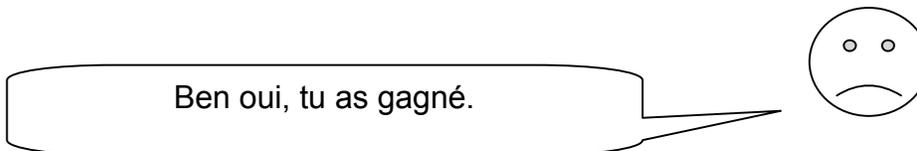


Mes compagnons de jeu, qui ont perdu peuvent être très déçus.

Si je me vante d'avoir gagné, mes amis peuvent se sentir encore plus mal et déçu. Ils peuvent même se fâcher.

Je sais qu'un ami est triste, déçu ou fâché en regardant l'expression de son visage ou en écoutant le ton de la voix.

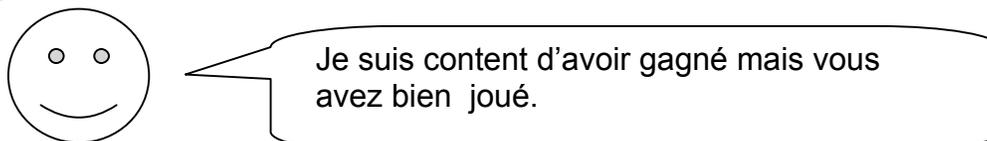
Des fois les amis vont dire avec des mots comment ils se sentent. Par exemple ils vont dire :



Il est important que tout le monde s'amuse quand on joue.

Si je rends mes amis tristes ou mécontents quand nous jouons, ce n'est plus amusant pour eux. Peut-être qu'ils ne voudront plus jouer avec moi.

Quand je gagne, je peux être content, sans me vanter. Je peux faire un sourire ou je peux dire :



Comme ça mes amis ne se sentiront pas mal et nous pourrons continuer à jouer ensemble.

Quand je perds, je suis souvent déçu et pas très content. C'est normal. Je peux le dire avec des mots, par exemple je peux dire :



Je suis déçu mais je vais me reprendre la prochaine fois.

Je sais que c'est normal de perdre des fois. Je sais aussi que la prochaine fois je vais peut-être gagner. C'est comme ça quand on joue à des jeux de compétition.

Que je gagne ou je perde, je peux avoir du plaisir en jouant à des jeux de compétition.

COMMENT MONTRER AUX AUTRES QU'ON LES AIME

Adaptation de Angie Van Loozenoord (Gray 1993)

Quand quelqu'un dit « je t'aime », ça veut dire que la personne s'intéresse beaucoup à nous et qu'elle éprouve des sentiments d'amour pour nous.

Il y a plusieurs façons de montrer à quelqu'un qu'on l'aime.

Une des façons, c'est d'embrasser ou de donner un baiser à la personne.

Une autre façon est d'écrire « je t'aime » dans une carte, et de la donner à la personne qu'on aime.

On peut aussi faire des dessins ou des peintures et les donner à la personne qu'on aime.

Ou encore, on peut regarder et sourire à la personne ou la tenir par la main, pour montrer qu'on l'aime.

Ce sont quelques façons de montrer à quelqu'un qu'on l'aime.

ALLER VERS LES AUTRES

Liette St-Onge

Je m'appelle Carl. J'ai 11 ans et Je suis dans la classe de Linda en 4^{ième} année à l'école des Mousserons.

Un ami est une personne qui n'est pas de ma famille mais qui est importante pour moi.

Un ami est une personne spéciale parce que je l'aime bien. Un ami passe du temps avec moi. Je peux avoir du plaisir avec un ami. Des amis aiment souvent faire les mêmes choses.

Quand, j'arrive dans la cour d'école le matin ou le midi, j'aimerais parler à un ami mais je ne sais pas toujours comment faire. Je suis en train d'apprendre.

Je choisis une personne à qui je veux parler. Je vais la rejoindre pour la saluer, lui dire : Bonjour !

Je vérifie si la personne m'écoute, si elle me regarde ou me répond.

Je peux lui parler de ce que j'ai fait en fin de semaine, de ce que j'aime faire, de ce que j'ai le goût de faire, de ce que je pense ou de ce que je ressens.

Je peux apprendre de nouvelles choses avec mes amis. Je peux leur poser des questions sur ce qu'ils ont fait hier, sur les sports, les livres, la musique ou les jeux qu'ils aiment.

Les amis aiment que je leurs pose des questions. Ils voient que je m'intéresse à eux.

Je fais des choses spéciales pour mes amis. Je les aide quand ils en ont besoin. Je partage mes choses, mes jouets ou des objets avec mes amis.

C'est correct d'avoir plus qu'un ami. Je peux même jouer avec différents amis en même temps. Nous pouvons tous jouer ensemble.

Je suis fier de moi quand je vais voir les autres et que je discute de différents sujets avec eux.

3. Communication

Écouter et parler avec mes amis

BIEN COMPRENDRE LES PAROLES DE MES AMIS.

Ulla Hoff

Quand des amis se parlent, ils ne se comprennent pas toujours.

Par exemple, il arrive qu'un ami dise une phrase pour faire une farce, mais que les autres ne le comprennent pas.

Moi aussi, ça m'arrive de ne pas bien comprendre le sens des paroles de mes amis.

Parfois je peux penser qu'un ami rit de moi alors que, dans les faits, mon ami voulait me faire rire avec lui pour qu'on s'amuse ensemble.

Parfois je peux penser qu'un ami me parle ou parle de moi alors que, dans les faits, il parlait à quelqu'un d'autre.

Si cela arrive, je vais essayer de rester calme; par ex. je peux prendre dix respirations, presser ma balle ou utiliser un autre des trucs qui me calment d'habitude.

Je vais aussi essayer de mieux comprendre le sens des paroles de mon ami : je peux essayer de bien regarder l'expression de son visage et d'écouter le ton de sa voix; je peux aussi lui demander d'expliquer ce qu'il voulait dire.

Quand je comprends mieux mes amis, je vais peut-être me fâcher moins souvent. Et puis, je pourrais peut-être jouer avec eux plus souvent

PARLER À DES PERSONNES

Ulla Hoff

Je m'appelle Alexandra.

Je suis maintenant dans une nouvelle école qui s'appelle Notre-Dame.

Il y a beaucoup d'élèves dans cette école, c'est une école secondaire.

Aux pauses, plusieurs élèves parlent ensemble.

Au dîner, plusieurs élèves parlent ensemble.

Les élèves aiment parler, et ils aiment écouter les paroles de leurs amis.

Des fois ils parlent de télévision, de musique, de leurs cours ou encore d'autres activités qu'ils aiment.

Quand les élèves disent des paroles, ils les disent à quelqu'un d'autre.

D'habitude, les élèves parlent à d'autres personnes.

Les élèves ne parlent pas seuls.

Si je parle seule sans être avec une autre personne, les élèves ne comprennent pas.

Parfois, ils peuvent rire de moi.

Je n'aime pas quand les amis rient de moi.

Lorsque j'ai le goût de parler, je parle à une personne :

- à un ami de ma classe ou
- à un adulte

Je suis contente de pouvoir parler à quelqu'un.

ÉCOUTER ET PARLER

Ulla Hoff

Dans la vie de tous les jours, les gens communiquent souvent ensemble.

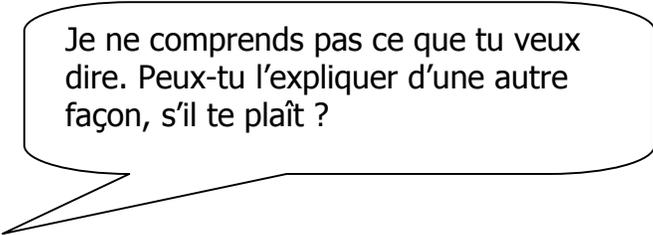
Communiquer veut dire :

- partager nos besoins, nos idées et nos pensées avec d'autres personnes; leur parler ou leur écrire
- écouter les paroles des autres, pour comprendre leurs besoins, leurs idées, ou leurs pensées; lire les écrits des autres

Quand j'ÉCOUTE quelqu'un qui parle, j'essaie de REGARDER la personne.

Comme ça, la personne peut savoir que je l'écoute. Si je regarde le plafond ou autre chose dans la pièce, la personne ne saura peut-être pas que je l'écoute.

J'essaie d'écouter attentivement et de comprendre ce qui est dit. J'essaie de ne pas interrompre la personne pendant qu'elle parle. J'attends qu'elle fasse une petite pause. Si je ne comprends pas parfaitement, je peux dire :



Je ne comprends pas ce que tu veux dire. Peux-tu l'expliquer d'une autre façon, s'il te plaît ?

Une fois que j'ai compris et réfléchi à ce que la personne m'a dit, je peux RÉPONDRE et DIRE mes idées, pensées ou besoins.

C'est comme ça que les gens communiquent dans la vie de tous les jours.

C'est aussi comme ça que les élèves communiquent quand ils font des travaux d'équipe en classe:

- on écoute et on regarde l'ami qui parle
- on réfléchit
- on dit notre idée aux amis de l'équipe
- chaque personne de l'équipe doit avoir le temps de dire son idée.

CONVERSATIONS À L'ÉCOLE

Ulla Hoff

Si j'arrive tôt à un cours à l'école, je peux parler avec un ami de ma classe, soit de ce que j'aime, de ce que j'ai le goût de faire, de ce que je pense ou de comment je me sens. Par exemple, je peux parler de :

- la température cette journée-là et comment le temps m'affecte, comment je me sens
- l'activité que je vais faire après l'école
- un congé (ou des vacances) à venir auquel j'ai hâte
- des activités à l'école auxquelles j'aime participer
- un programme de TV que j'ai regardé récemment, et comment je l'ai trouvé : par exemple intéressant, ennuyeux, amusant, etc.
- la sorte de musique que j'aime écouter dans mes temps libres
- ce que mon frère fait parfois que je trouve amusant/intéressant

La personne avec qui je parle peut aussi avoir des sujets qu'elle voudrait aborder avec moi. Je peux écouter ce qu'elle me dit. Ce qu'elle dit peut me donner d'autres d'idées pour des sujets de conversation.

PARLER AVEC MES AMIS

Liette St-Onge

Je m'appelle Carl. J'ai 11 ans et je suis dans la classe de Linda en 4ème année à l'école des Mousserons.

Quand j'arrive dans la cour d'école le matin ou le midi, j'aimerais parler à un ami mais je ne sais pas comment faire.

Je choisis une personne à qui je veux parler. Je vais la rejoindre pour la saluer, lui dire : Bonjour !

Je vérifie si la personne m'écoute, si elle me regarde ou me répond.

Je peux lui parler de ce que j'ai fait en fin de semaine, de ce que j'aime faire, de ce que j'ai le goût de faire, de ce que je pense ou de comment je me sens.

Je peux aussi parler de :

- la température
- l'activité que je vais faire après l'école
- ce que je vais faire pendant le congé
- des activités que j'aime faire à l'école
- un programme de T.V. que j'ai regardé
- la sorte de musique que j'aime
- ce que mon frère et ma sœur font parfois et que je trouve amusant.

Je peux discuter de tous ces sujets avec mes amis. C'est plus intéressant pour eux quand je change de sujet de temps en temps.

Tout le monde change de sujet, on ne parle pas toujours de la même chose.

La personne avec qui je parle peut aussi avoir des sujets dont elle voudrait discuter avec moi. Je peux écouter ce qu'elle me dit. Ce qu'elle me dit peut me donner d'autres idées de sujets de conversation.

Je peux apprendre de nouvelles choses avec mes amis. Je peux leur poser des questions sur ce qu'ils ont fait hier, sur les sports qu'ils aiment, sur ce qu'ils aiment lire, ce qu'ils aiment comme musique ou à quoi ils aiment jouer.

Les amis aiment que je leur pose des questions. Ils voient que je m'intéresse à eux.

Je suis fier de moi quand je vais voir les autres et que je discute de différents sujets avec eux.

Écouter et parler en classe

COMMENT ÉCOUTER EN CLASSE

Ulla Hoff et Caroline Faucher

Mon enseignante s'appelle Sylvie.

Sylvie parle à tous les élèves de ma classe :

(picto)

- * pour nous donner des consignes,
- * pour nous aider à apprendre de nouvelles choses.

Il est important de bien écouter Sylvie quand elle parle devant la classe.

D'habitude j'écoute bien mon enseignante.

(picto)

Mais parfois je pense à d'autres choses.

(picto)

À ces moments j'ai de la difficulté à bien écouter.

Pour m'aider à bien écouter, Sylvie peut me donner un signal:

- Elle peut taper sur mon pupitre.

Comme ça, je sais que c'est le temps de faire un effort pour bien écouter.

(picto)

Quand j'écoute bien, c'est plus facile pour moi de faire mon travail à l'école.

COMMENT ÉCOUTER LES HISTOIRES EN CLASSE

Lucie Bilodeau et Ulla Hoff

Je m'appelle Jérémie. (photo)

Je suis dans la classe de Christiane. (photos)

À l'heure du conte, Christiane nous raconte une histoire. (image)

Je suis assis sur le tapis avec mes amis.

Je garde mes mains sur mes genoux. (image)

Je regarde Céline quand elle parle. (image)

Les amis écoutent l'histoire. Je suis capable d'écouter l'histoire avec mes amis. (picto)

Parfois je comprends bien les mots et les phrases de l'histoire. (picto : content)

Parfois je ne comprends PAS les mots ou les phrases de l'histoire. (picto : confus)

Je peux faire des efforts pour comprendre :

- * j'écoute les mots de Céline (picto)
- * je regarde les images du livre (picto)

Parfois Lise doit m'aider à bien écouter l'histoire.

Lise peut me toucher pour me rappeler de bien écouter (image).
Ça c'est correct.

Je suis fier de moi quand je comprends l'histoire. (picto : content)

Je peux aimer écouter les histoires en classe.

COMMENT ÉCOUTER L'ENSEIGNANTE

Lucie Bilodeau

Je vais parfois au cours de musique avec Lise. (picto)

Je regarde Lise quand elle parle. (image)

Les amis écoutent les explications que Lise donne. (image)

Je suis capable d'écouter les explications avec mes amis.

Lise m'aide à apprendre.

Parfois je ne comprends pas ce que Lise explique. (picto)

Alors, je lève ma main pour demander de l'aide. (image)

C'est bien correct de lever la main pour demander de l'aide.

J'attends que Lise ou un ami de ma classe m'aide.

Ça peut être amusant d'apprendre de nouvelles choses, comme de jouer de la musique. (image/picto)

Je suis fier de moi quand je suis capable de faire de nouvelles choses. (picto)

ÉCOUTER ET PARLER EN CLASSE

Huguette Bégin et Ulla Hoff

Je vais à l'école presque tous les lundis, mardis, mercredis, jeudis et vendredis.
(photos)

Il y a beaucoup d'autres enfants à l'école. Dans ma classe, d'habitude, les enfants sont assis à leurs pupitres. (picto)

Quand Carole parle à la classe, d'habitude les enfants écoutent bien et gardent le silence. (picto)

Quand Carole parle à toute la classe, moi aussi, j'essaie de bien écouter et de garder le silence. (picto)

Quand un élève veut parler, d'habitude il lève la main et attend que Carole le nomme. À ce moment, il peut parler. (picto)

Quand je veux parler, j'essaie de me rappeler de lever ma main et d'attendre que Carole dise mon nom. (photo)

Carole sera contente si j'écoute et je garde silence. De plus, Nicole me donne un bonhomme sourire quand je garde le silence. (photo et picto)

Carole sera contente si je lève ma main avant de parler. (photos)

Dans une classe, il y a beaucoup d'élèves qui veulent parler.

Parfois l'enseignante pose une question ou permet aux élèves de s'exprimer sur un sujet.

Plusieurs élèves lèvent la main parce qu'ils connaissent la réponse ou parce qu'ils veulent parler.

L'enseignante choisit un élève et le nomme .

Alors c'est à lui de parler.

Si je ne suis pas choisi, je ne peux pas parler.

Parfois c'est moi que l'enseignante choisit pour parler.

Parfois c'est un autre élève qui est choisi; c'est donc à lui de parler même si moi aussi je connais la réponse.

Parfois, l'enseignante choisit de faire parler un élève même s'il n'a pas la main levée, parce que l'enseignante sait que cet élève ne s'exprime pas souvent.

Mon enseignante sait que je connais beaucoup de choses et que j'ai beaucoup de choses à dire.

D'autres élèves ont aussi beaucoup de choses à dire.

C'est difficile pour une enseignante de permettre à tous les élèves de s'exprimer.

Quand l'enseignante me permet de parler, je m'exprime seulement sur le sujet demandé et non sur un autre sujet discuté avant et sur lequel je n'ai pas pu m'exprimer.

Parfois je peux choisir de laisser ma main baissée et de simplement écouter les autres parler.

Je peux aussi attendre une autre fois pour parler.

Quand mon enseignante ne me choisit pas, elle continue quand même à s'intéresser à moi et à m'aimer.

Je vais essayer d'attendre patiemment et calmement que l'enseignante me permette de parler.

POSER DES QUESTIONS EN CLASSE

Martine Thibault

Souvent, quand je suis en classe, j'ai des questions à poser.

Quand je veux poser une question, je lève ma main calmement, je regarde mon enseignante et j'attends qu'elle m'adresse la parole.

Quand mon enseignante dit mon nom, cela veut dire que c'est à mon tour de poser ma question.

Parfois, mon enseignante ne connaît pas la réponse à ma question. C'est normal, elle ne peut pas tout savoir.

Parfois, elle peut choisir de répondre à un autre élève.

Il y a plusieurs élèves dans la classe, et c'est le travail de l'enseignante d'aider chacun de ses élèves.

C'est normal que mon enseignante réponde aussi aux questions des autres élèves.

Quand un élève pose beaucoup de questions, ça peut déranger l'enseignante et les autres élèves. Ils peuvent penser que cet élève s'accapare l'attention de l'enseignante.

Parfois, même si je pense à une question, je peux laisser ma main baissée.

Je peux aussi attendre la fin de la période pour poser ma question.

Je peux aussi écrire ce que j'aurais aimé dire à mon enseignante dans mon cahier '*Conversations avec Hélène*', et le lui montrer avant la récréation.

COMMENT JE PEUX DEMANDER DES EXPLICATIONS

Lucie Bilodeau et Ulla Hoff

Je m'appelle Claude.
Je vais à l'école Notre-Dame.
Je suis dans la classe de Nicole et de Denise.

Dans ma classe, les enfants apprennent :

- À lire
- À écrire
- À compter

C'est Nicole qui aident les enfants à apprendre à lire, à écrire et à compter.

Pour apprendre, les enfants écoutent bien les explications de Nicole.

Moi aussi, j'essaie de bien écouter les explications de Nicole.
Pour bien écouter avec mes amis, je reste assis à ma place.
Je regarde Nicole quand elle parle.

Parfois je comprends bien les explications de Nicole.
Parfois je ne comprends pas bien les explications de Nicole.

Alors, je lève ma main pour demander de l'aide.
C'est bien correct de lever la main pour demander de l'aide.

Nicole et Denise sont contentes de pouvoir m'aider.

Je suis content quand je comprends bien les explications en classe.

4. L'école

Le travail d'équipe

LE TRAVAIL D'ÉQUIPE

Véronique Morin

Quand je suis à l'école, je travaille souvent seul.

Parfois mon enseignante fait des équipes de 2, 3 ou 4 élèves lors d'un travail en classe.

Elle me demande quelquefois de faire partie d'une équipe. Le travail d'équipe m'aide à apprendre encore plus sur différentes choses.

Quand je travaille en équipe, je peux dire mes idées.

Quand je travaille en équipe, j'écoute les idées des autres aussi. Les idées des autres peuvent être différentes de mes idées. Les idées des autres peuvent être intéressantes aussi.

Quand on travaille en équipe, tout le monde dans l'équipe doit avoir le temps de dire leurs idées.

Ensuite, nous mettons nos idées ensemble pour faire un bon travail d'équipe.

Les amis de mon équipe sont contents quand chacun participe bien au travail.

Mon enseignante est contente aussi quand nous travaillons bien ensemble.

Aide: demander, recevoir

COMMENT ATTENDRE QUAND J'AI BESOIN D'AIDE ?

Lucie Blanchet et Nathalie Pelletier

Je m'appelle Michel. Je vais à l'école St-Anne.

À l'école, parfois les élèves ont des travaux à faire et ils ne savent pas comment les faire.

Parfois, quand les élèves ne savent pas comment faire leurs travaux, ils se sentent frustrés.

Moi aussi, je me sens parfois frustré quand je ne sais pas comment faire mon travail.

Je vais essayer de rester calme si je ne sais pas comment faire mes travaux. Je vais d'abord respirer profondément.

Ensuite je vais vérifier si j'ai utilisé tous les trucs (par ex. ma carte-phonème, mes aide-mémoires) que mon enseignante m'a donnés pour faire mon travail seul. Parfois je découvre que je suis capable tout seul.

Parfois j'ai besoin d'aide.

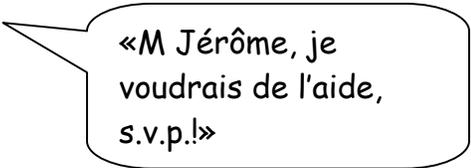
Alors je lève ma main en silence pour demander à un adulte de m'aider.

Je regarde pour voir si l'adulte est occupé.

S'il est occupé, je prends des inspirations profondes.

Je peux compter mes inspirations en attendant qu'il soit disponible pour m'aider.

Quand il est libre, je peux calmement lui dire :



«M Jérôme, je
voudrais de l'aide,
s.v.p.!»

Les adultes sont contents quand les enfants sont capables de demander de l'aide calmement. Ils sont contents de pouvoir les aider.

COMMENT DEMANDER DE L'AIDE?

Marielle Dubé et Lucie Blanchet

Je m'appelle Gabriel. Je vais à l'école Ste-Marie.

J'apprends beaucoup de choses à l'école, par ex. :

- j'apprends comment lire,
- comment écrire,
- comment faire des calculs,
- comment écouter et jouer de la musique,
- et bien d'autres choses.

J'apprends aussi à me débrouiller par moi-même.

Mais quand les élèves apprennent de nouvelles choses à l'école, parfois ils ont besoin d'aide.

Moi aussi, j'ai parfois besoin d'aide.

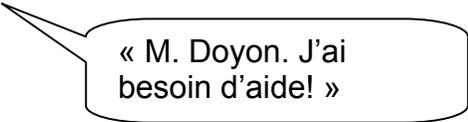
Alors je lève ma main **en silence** pour demander à un adulte de m'aider.

Je regarde pour voir si l'adulte est occupé.

S'il est occupé, je prends des inspirations profondes.

Je peux compter mes inspirations en attendant qu'il soit libre.

Quand il est libre, je peux **calmement** lui dire :



« M. Doyon. J'ai
besoin d'aide! »

Les adultes sont contents quand les enfants sont capables de demander de l'aide calmement. Ils sont contents de pouvoir les aider.

DEMANDER DE L'AIDE AVEC DES MOTS

Ulla Hoff¹¹

Quand Mme Anne nous aide avec les mathématiques, d'habitude les enfants ne crient pas.

Quand les enfants ont besoin d'aide, ils le demandent à voix basse.

Quand les enfants demandent de l'aide à Mme Anne, d'habitude ils disent «J'ai besoin d'aide» ou «De l'aide, s'il-vous-plaît» à voix basse.

Quand Mme Anne nous aide avec les mathématiques, j'essaie de ne pas crier.

Quand je veux de l'aide de Mme Anne, je vais dire «J'ai besoin d'aide» ou «De l'aide, s'il-vous-plaît».

D'habitude, Mme Anne va m'aider si je le demande avec des mots.

Mme Anne est contente quand je ne crie pas.

¹¹ Adaptation/traduction autorisée de Scattone, D. et al. (2002)

PARFOIS DES ENFANTS M'AIDENT

Ulla Hoff¹²

Mon nom est Marie-Hélène. Parfois des enfants de ma classe m'aident. Ils m'aident pour être gentils avec moi.

L'autre jour, j'ai manqué trois problèmes de mathématiques.

Isabelle a mis son bras autour de mes épaules et elle m'a dit : « C'est correct, Marie-Hélène ». Elle a essayé de me consoler et de me mettre de bonne humeur.

Lors de ma première journée d'école, Olivier m'a montré où était mon bureau dans la classe. Il m'a rendu service. Il m'a aidé.

Les enfants de ma classe m'ont aidé d'autres façons aussi. Voici la liste des choses qu'ils ont faites pour m'aider :

Je vais essayer de dire « MERCI » chaque fois que les enfants m'aident

¹² Adaptation/traduction autorisée de Gray (1997)

COMMENT JE PEUX AIDER LES ENFANTS DE MA CLASSE

Ulla Hoff

Mon nom est Marie-Hélène. Parfois des enfants m'aident. C'est gentil et amical d'aider quelqu'un.

Beaucoup d'enfants aiment qu'on les aide. Moi, je peux apprendre comment aider les autres.

Parfois, des enfants demandent de l'aide. Un de mes amis pourrait demander: « Marie-Hélène, est-ce que tu sais quel jour on est aujourd'hui? » ou encore « Sais-tu à quelle page on est rendu? » ou peut-être autre chose.

Répondre à la question peut rendre service. C'est gentil et serviable. Si je connais la réponse, je peux y répondre. Si je ne la connais pas, je peux essayer d'aider l'ami à trouver la réponse.

Parfois, un enfant va bouger et regarder partout, sous son bureau, dans son bureau et peut-être autour de son bureau. Peut-être cherche-t-il quelque chose.

Je peux l'aider. Je pourrais lui dire : « Est-ce que je peux t'aider à trouver quelque chose? »

Il y a aussi d'autres façons d'aider. Voici ma liste de ce que je peux faire pour aider les autres enfants :

Généralement, les enfants aiment recevoir de l'aide.

Règlements de la classe

LES RÈGLEMENTS DE MA CLASSE

André Veilleux et Ulla Hoff

Je m'appelle _____.

Je suis dans la classe de R. _____ et D. _____.

Dans ma classe il y a des règlements.

Les règlements nous disent quoi faire en classe.

Règlement no. 1 c'est :

- *je reste assis sur ma chaise pour travailler* (picto)

Règlement no. 2 c'est :

- *je travaille en silence* (picto)

Règlement no. 3 c'est :

- *je lève ma main quand je veux parler à R._____.* (picto)

Règlement no. 4 c'est :

- *j'attends que R._____ dise mon nom avant de parler.*

Les règlements sont importants.

Quand tous les amis suivent les règlements, ma classe est un endroit calme et agréable.

Je vais faire des efforts pour suivre les règlements de ma classe.

R._____ et D._____ sont contentes quand les enfants suivent les règlements.

Exercices, examens, devoirs

LES DEVOIRS ET LES EXERCICES

Anne Julien

Je m'appelle Alain.

Je suis en 1^{re} année à l'école Arc-en-ciel.

Mon enseignante s'appelle Jeanne.

À l'école j'apprends à lire et à écrire des mots et des phrases. J'apprends aussi à compter et à faire des calculs.

Parfois, nous avons des devoirs à faire à la maison.
Parfois nous avons des exercices à faire en classe.

Chaque élève de la classe remet son travail à Julie.

Julie corrige les travaux de mes amis.
Julie corrige mon travail aussi.

Parfois Julie a le temps de corriger mon travail tout de suite;
souvent Julie le corrige plus tard dans la journée, ou le lendemain.

Je sais que Julie me donnera mon travail corrigé, même si ce n'est pas tout de suite.

Je suis capable d'attendre que Julie me remette mon travail corrigé.

Je suis fier de moi quand je fais bien mes devoirs et mes exercices à l'école.

LES EXERCICES ET LES EXAMENS À L'ÉCOLE

Anne Julien et Ulla Hoff

Je m'appelle Matthieu.

Je vais à l'école Notre-Dame.

Je suis dans la classe de Denise.

Dans la classe, il y a aussi Caroline qui travaille avec moi

À l'école, les enfants apprennent à lire, à écrire et à compter.

Pour apprendre, il faut faire des exercices.

Pour montrer à mon enseignante ce qu'on a appris, il faut faire des examens.

Mon enseignante dit que c'est normal de faire parfois des erreurs dans les exercices et les examens. C'est normal de ne pas tout savoir.

Denise et Caroline disent que dans les exercices et les examens, il faut d'abord faire les questions plus faciles.

Je vais faire ce que Denise et Caroline demandent : dans mes exercices et dans mes examens, je fais les questions faciles en premier.

Quand j'ai fini une question, je mets une coche (✓) à côté. Comme ça, je me rappelle que la question est faite.

Denise et Caroline disent qu'on fait les questions plus difficiles en dernier.

Quand une question est difficile, je mets un **X** à côté et je passe à la question suivante sans attendre.

Quand j'ai terminé de répondre aux questions faciles, j'essaie de répondre aux questions difficiles, marquées d'un **X**.

Denise et Caroline sont contentes quand je répons en premier aux questions faciles.

Comportement en classe

COMMENT DEMANDER UNE PERMISSION À L'ÉCOLE

Ulla Hoff

À l'école, les amis de ma classe peuvent être à plusieurs endroits :

- parfois ils sont dans les corridors
- parfois ils sont au gymnase
- parfois ils sont à la cafétéria
- et parfois ils sont dans les locaux au 2^{ème} étage.

Mais le plus souvent ils sont dans la classe.

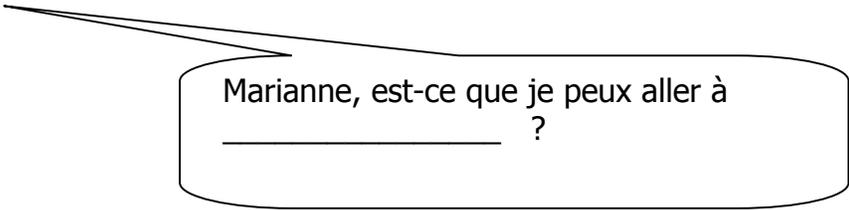
Quand ils vont au gymnase ou à la cafétéria, ils sont presque toujours accompagnés par un adulte.

Il peut arriver qu'un ami doive quitter la classe pour aller seul à la cafétéria ou à un autre endroit à l'école.

Lorsque c'est le cas, l'ami doit demander la permission :
Ça veut dire qu'il doit demander à son professeur s'il peut y aller.

Moi aussi, je vais demander à Marianne ou à Christine si je peux quitter la classe.

Je vais demander :



Marianne, est-ce que je peux aller à _____ ?

Si Marianne me répond : « OUI », je vais aller directement à l'endroit désigné et revenir dans la classe après.

Si Marianne m'explique que ce n'est pas un bon moment pour quitter la classe, je vais rester dans la classe.

Je pourrai peut-être y aller à un autre moment.

ÊTRE ASSIS DE FAÇON SÉCURITAIRE

Ulla Hoff¹³

Quand je suis assis sur une chaise, les 4 pattes devraient toutes toucher le sol.

Si seulement une ou deux pattes touchent le sol, ma chaise pourrait se renverser.

Si ma chaise se renverse, je pourrais tomber par terre.

Si je tombe par terre, je pourrais me blesser.

Si ma chaise se renverse, mes professeurs pourraient devenir fâchés ou tristes.

Je n'aime pas quand mes professeurs sont fâchés ou tristes.

Je vais essayer de ne pas renverser ma chaise.

Je vais essayer de m'asseoir de manière à garder toutes les pattes sur le sol.

Mes professeurs seront contents si je reste assis avec toutes les pattes sur le sol.

Comme ça je vais être en sécurité

¹³ Adaptation/traduction autorisée de Scattone, D. et al (2002)

ASSIS SUR MA CHAISE

Paule Mercier et Paul-André Marceau

En classe, chacun des élèves a un bureau avec son nom inscrit à l'avant.

J'ai aussi un bureau avec mon nom inscrit à l'avant.

Lorsque Éric écrit au tableau ou aide un autre élève, les élèves restent assis à leur place.

Je reste aussi à ma place quand Éric parle, écrit au tableau ou aide un ami.

Parfois un élève a besoin d'aiguiser son crayon ou d'aller jeter un objet à la poubelle.

Avant de se lever les élèves demandent la permission.
Les élèves lèvent la main pour demander la permission de se lever.

Moi aussi, je lève la main pour demander la permission.

À la récréation et à la fin de la classe, la cloche sonne.
Quand la cloche sonne, les élèves peuvent aussi se lever.

Moi aussi, je me lève quand la cloche sonne.

Éric et Gilles sont contents quand je me lève avec la permission.

Qui décide quoi ?

LE CHOIX DE MADAME FORTIER ET LE CHOIX D'ISABELLE

Ulla Hoff¹⁴

Je m'appelle Isabelle.

Madame Fortier est mon enseignante de troisième année.

C'est son travail de m'enseigner. C'est son travail d'enseigner à tous les enfants dans la classe. C'est un travail important.

Parfois madame Fortier décide ce que les enfants doivent faire. Nous appelons ces moments Le choix de madame Fortier.

Quand c'est Le choix de madame Fortier, c'est à elle de dire aux enfants quoi faire.

Chaque enfant travaille pour finir son travail.

Parfois Mme Fortier me montre sa carte : Le choix de madame Fortier. Comme ça, je peux être sûre que c'est le temps de suivre ses consignes.

Je vais essayer de travailler pour finir mon travail.

Quand madame Fortier voit mon travail fini, elle voit que je sais comment faire.

Madame Fortier a besoin de voir mon travail fini, pour savoir que je suis capable de faire le travail.

Parfois, quand j'ai terminé mon travail c'est le temps de faire : Le choix d'Isabelle.

Le choix d'Isabelle veut dire que je peux choisir une activité, comme regarder des livres ou travailler à l'ordinateur.

Madame Fortier sait quand c'est Le choix d'Isabelle. Mme Fortier peut me montrer la carte Le choix d'Isabelle.

Ou encore, je peux demander à madame Fortier si c'est maintenant Le choix d'Isabelle.

Comme ça je peux être sûre que c'est à moi de choisir une activité.

¹⁴ Adaptation/traduction autorisée de Gray (1998)

LE TRAVAIL À L'ÉCOLE

Ulla Hoff et Huguette Bégin

Je m'appelle Charles. (photo)

Je vais à l'école St-Louis. (photo)

Je suis dans la classe de Linda et de Marie. (photos)

À l'école, les enfants apprennent à lire des mots.

Ils apprennent aussi à écrire des lettres et à écrire des mots.

Ils apprennent à compter et à faire des calculs.

Pour apprendre, souvent les enfants doivent répéter le même travail plusieurs fois.

(picto)

C'est Linda qui décide ce que les enfants doivent apprendre.

C'est Linda qui décide ce que je dois apprendre.

Linda connaît les mots, les phrases et les chiffres que les enfants doivent apprendre parce que Linda est l'enseignante de la classe.

D'habitude, les enfants écoutent bien et font ce que Linda demande.

Moi aussi, je suis capable de bien écouter et de faire ce que Linda me demande.

Parfois Marie m'aide à bien écouter et à faire ce que Linda me demande.

Parfois, quand je fais bien mon travail, je peux choisir une activité à faire après:

- Je peux prendre un jeu (picto)
- Je peux faire un casse-tête (picto)
- Je peux écouter de la musique

Linda ou Marie nous dit quand c'est le temps de recommencer à travailler.

Je suis fière de moi quand je travaille bien dans la classe. (photo ou picto)

Linda et Marie sont contentes quand je fais bien mon travail. (picto: sourire)

Les routines

LES ADULTES DE MA CLASSE.

Ghislain Massicotte et Ulla Hoff

Je m'appelle Alexandre et j'ai 7 ans.

Je vais à l'école St-Denis

À l'école St-Denis, il y a plusieurs adultes qui aident les élèves de ma classe.

Les adultes s'appellent:

Gilles, Paul, Maryse, Anne, Hélène, Carole et Lyse.
(photo) (photo) (photo) (photo) (photo) (photo) (photo)

Voici l'horaire des adultes de ma classe:

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi
Avant -midi	Gilles Paul Maryse Anne	Gilles Paul Maryse Anne	Gilles Paul Maryse Anne	Gilles Paul Maryse Anne	Gilles Carole Lyse Anne
Dîner	Hélène	Hélène	Hélène	Hélène	Hélène
Après -midi	Gilles Paul Maryse Anne	Gilles Paul Maryse Anne	Gilles Paul Maryse Anne	Gilles Paul Maryse Anne	Gilles Carole Lyse Anne

D'habitude, les enfants dans les écoles écoutent leurs professeurs.

D'habitude, les enfants font ce que les professeurs demandent.

Moi aussi je suis capable de bien écouter mes professeurs.

Je suis capable d'écouter :

- Gilles,
- Paul,
- Maryse,
- Anne,
- Hélène,
- Carole et
- Lyse.

Gilles, Paul, Maryse, Anne, Hélène, Carole et Lyse sont contents quand je les écoute et que je fais ce qu'ils me demandent.

QU'EST-CE QU'UN REMPLAÇANT?

Ghislain Massicotte et Ulla Hoff

Je m'appelle Alexandre et j'ai 7 ans.

Je vais à l'école St-Denis.

À l'école St-Denis, il y a plusieurs adultes.

Dans ma classe il y a Gilles, Paul, Maryse, Anne, Hélène, Carole et Lyse.

Parfois un des adultes est absent. Ça veut dire qu'il ou elle n'est pas à l'école ce jour là.

Un autre adulte le remplace. Il ou elle s'appelle un remplaçant.

Parfois, ça me dérange quand un autre adulte remplace l'adulte que je connais.

Je vais essayer de rester calme quand il y a un remplaçant.

Je vais essayer de bien écouter le remplaçant.

Le remplaçant est content quand j'écoute bien.

D'habitude, l'adulte que je connais revient le jour suivant.

Le temps

Ulla Hoff

L'HORAIRE DE MA CLASSE (1) (Scénario social en palier)

- p. 1 Dans ma classe il y a beaucoup d'amis.
- p. 2 Mes amis s'appellent : _____, _____, _____, _____
_____, _____, _____.
- p. 3 Souvent tous les amis sont dans la classe. Tous les amis écoutent Raymonde et Nancy, ou tous les amis travaillent dans leurs cahiers.
- p. 4 Parfois il y a des amis qui sortent de la classe. C'est l'horaire qui nous dit quand les amis sortent de la classe.

Section divisée

- p. 5a. Par ex. jour 1, _____ et _____ vont travailler avec _____ dans son local.
- p. 5b. En même temps, _____ et _____ sont dans la classe de _____ pour faire des _____.
- p. 5c. Je suis avec mes amis _____, _____, _____, _____ dans la classe de Raymonde.
- p. 6a. _____ et _____ finissent leur travail avec _____ et reviennent dans la classe de Raymonde.
- p. 6b. _____ et _____ finissent aussi leur travail avec _____ et reviennent dans la classe de Raymonde.
- p. 6c. Mes amis et moi terminons notre travail de mathématiques.
- p. 7 Les amis retournent tous dans la classe de Raymonde.
- p. 8 Ensuite c'est l'horaire qui nous dit ce que chaque ami doit faire.
- p.9 C'est correct comme ça. Chaque ami sait où il doit aller et ce qu'il doit faire.
- p. 10 Quand l'horaire nous dit que la journée d'école est terminée, tous les amis retournent à la maison.
- p.11 Moi aussi, je retourne à la maison à la fin de la journée d'école.
-

1. Dans ma classe il y a beaucoup d'amis.
2. Mes amis s'appellent : _____, _____, _____,
_____, _____, _____, et _____.
3. Souvent tous les amis sont dans la classe.
Alors tous les amis écoutent les explications de Sylvie et de France, ou tous les amis travaillent dans leurs cahiers.
4. Parfois il y a des amis qui sortent de la classe. C'est l'horaire qui nous dit quand les amis sortent de la classe.
5. et 6. : Section divisée

5a. Par ex. jour 1, _____ et _____ vont travailler avec _____ dans son local.	6a. _____ et _____ finissent leur travail avec _____.
5b. En même temps, _____ et _____ sont dans la classe de _____ pour faire des _____.	6b. Idem
5c. Je suis avec mes amis _____, _____, _____, _____ dans la classe de Sylvie.	6c. Mes amis et moi terminons notre travail de mathématiques.

7. Après, tous les amis reviennent dans la classe de Sylvie.
8. Ensuite c'est l'horaire qui nous dit ce que chaque ami doit faire.
9. C'est correct comme ça. Tout le monde sait où il doit aller et ce qu'il doit faire.
10. Quand l'horaire nous dit que la journée d'école est terminée, tous les amis retournent à la maison.
11. Moi aussi, je retourne à la maison à la fin de la journée d'école.

FAIRE MON TRAVAIL À L'INTÉRIEUR DU TEMPS ALLOUÉ

Ulla Hoff et Nathalie Drolet

Quand je fais un travail en classe, je peux suivre un système de travail.

Le système de travail est une liste de choses que j'ai à faire.

Le système de travail m'aide à être mieux organisé, et il me permet de travailler de façon autonome.

Jeanne peut m'apprendre comment ce système fonctionne.

Je suis mon système de travail tout en cochant les étapes que j'ai à faire au fur et à mesure que je les complète.

Exemple d'un système de travail :

- Je règle ma minuterie à 10 min. (ou au temps donné par mon enseignant).
- Je m'assure que j'ai tout le matériel nécessaire: par ex. cahier, livre, crayon, efface.
- Je marque l'endroit où je dois commencer avec un autocollant vert (ex. Tape flag de Post-it).
- Je marque l'endroit où je dois arrêter avec un autocollant rouge.
- Je me mets au travail.
- Quand j'ai fini, je vérifie la minuterie. J'inscris le temps sur ma grille.
- Si je n'ai pas fini quand la minuterie sonne, ce n'est pas grave. J'arrête quand même mon travail, et je conviens avec mon enseignante ou avec Jeanne quand je peux finir le travail dans un autre temps.

La fois suivante je vais essayer de finir avant que la minuterie sonne.

L'organisation

ÊTRE À L'HEURE

Ulla Hoff

À l'école les élèves et les professeurs suivent un horaire.

Chaque cours commence et termine à une certaine heure.

Le professeur enseigne à tous les élèves de la classe en même temps.

Le professeur ne peut pas commencer son cours avant que tous les élèves soient dans la classe.

C'est important d'arriver à l'heure afin que le professeur puisse commencer son cours.

Pour être à l'heure, je vais essayer de faire ma routine rapidement :

- Je vais à mon casier
- J'enlève mon manteau
- Je mets mes souliers
- Je m'assure que j'ai tous les livres nécessaires

Mon professeur est content quand nous sommes à l'heure à ses cours.

JE SUIS FIN PRÊT!

Nathalie Drolet

Je m'appelle Jean, j'ai 11 ans et je suis en cinquième année.

Comme les autres élèves de ma classe, je suis assez grand pour organiser

1. mon pupitre et
2. mon travail.

J'ai appris comment garder mon pupitre à l'ordre. Maintenant je sais le faire. Avant, j'avais besoin qu'on m'aide mais maintenant, je suis capable tout seul.

Pour aider à me rappeler de garder mon pupitre en ordre, j'ai une *Liste De Rappel* que j'utilise le matin et l'après-midi.

La *Liste De Rappel* m'indique où placer mon matériel scolaire, mes cahiers, livres, crayons, efface et autres.

Pour aider à me rappeler d'organiser mon travail, je lis le *Menu* sur le tableau. Je lis le menu et je fais les choses indiquées une à une:

- Je commence par faire la *première* chose.
- Ensuite je fais la *deuxième*, la *troisième* et ainsi de suite.

Lorsque je m'organise, je suis plus efficace dans mon travail.

Lorsque je m'organise, j'ai plus de succès. Je suis fier de moi quand je réussis.

Mme Caroline est aussi fière de moi quand je suis organisé et que je suis fin prêt!

Je me sens bien à l'école lorsque je suis fier de moi.

Je me sens bien à l'école lorsque les adultes sont fiers de moi.

La file

ATTENDRE DANS UNE FILE

Martine Thibault

Parfois à l'école, je dois faire la file pour parler au professeur ou pour faire corriger un travail.

C'est plus facile d'attendre chacun son tour pour parler au professeur.
Quand on fait la file, on sait qui est le prochain.

Quand je commence à faire la file je me place toujours derrière la dernière personne qui attend.
L'élève qui arrivera après moi se placera derrière moi.

Quand je fais la file, j'attends un peu. Je sais que mon tour viendra. Au début, je serai le dernier de la file, ensuite la file avancera et je serai dans le milieu de la file et finalement au début de la file.

Parfois un élève peut décider qu'il ne fait plus la file et retourne s'asseoir à son bureau. Les autres élèves continuent alors à attendre leur tour à la même place dans la file et ne prennent pas la place de celui qui est parti.

Si je dois retourner à mon bureau et revenir faire la file ensuite, je me place encore derrière la dernière personne qui attend.

Attendre son tour dans une file, c'est très poli.
Quand j'attends mon tour dans la file, mon enseignant et les autres élèves sont contents.

COMMENT FAIRE LA FILE

Danielle Paradis et Odile Blais

Je m'appelle François.

Je suis dans la classe de Denise et Odette.

À l'école je dois parfois faire la file.

Une file est une rangée d'amis, placés l'un derrière l'autre.

Voici une image d'une file d'amis:

(image)

D'habitude, je fais la file avec mes amis pour rentrer à l'école après la récréation.

Des fois, je peux être la **première** personne dans la file.

Des fois, je peux être la **dernière** personne dans la file.

Des fois, je peux être quelque part **au milieu** de la file.

Quand la cloche sonne, les amis marchent calmement en file jusqu'à la classe.

Marcher en file est bien parce que ça m'aide et ça aide mes amis à être calmes.

Marcher en file est bien aussi parce que nous arrivons en classe tous ensemble.

FAIRE LA FILE À LA RÉCRÉATION

Ulla Hoff

Parfois je dois faire la file.

Une file est une rangée d'amis, placés l'un derrière l'autre.
Voici une image d'une file d'amis:

Des fois, je fais la file pour glisser avec mes amis à la récréation.

Dans une file, il peut y avoir des amis devant moi et derrière moi.

Des fois, je peux être la première personne dans la file.

Des fois, je peux être la dernière personne dans la file.

Des fois, je peux être au milieu de la file.

Faire la file nous aide à savoir qui est le prochain.

Quand je fais la file pour glisser, j'attends mon tour.

Nous devons tous attendre pour être le premier et pour avoir notre tour.

Quand je suis la première personne dans la file, c'est à mon tour de glisser.

LES RANGS

Pierrette Guay

Le matin, quand la cloche sonne, les élèves de l'école se placent en rang. Chaque élève a sa place dans le rang.

Pour entrer dans l'école après chaque récréation, pour aller en anglais, en musique, en éducation physique, à la bibliothèque ou aux toilettes, les élèves se placent en rang.

Marcher en rang permet aux élèves de se déplacer d'un endroit à un autre de façon sécuritaire.

Dans le rang, chaque élève suit celui ou celle qui est devant. Parfois, dans un rang, il faut attendre parce que la classe devant nous est arrêtée. Quand les élèves attendent, ils sont parfois fatigués d'être debout et ils peuvent bouger.

Quand ils bougent, il arrive parfois qu'ils touchent un peu aux autres élèves qui sont près d'eux. Mais généralement, les élèves font attention de ne pas déranger les amis près d'eux.

Moi aussi, je vais faire attention de ne pas déranger mes amis. Si je les tape, ça les dérange et ils peuvent se fâcher. Je vais garder mes mains près de moi.

Comme ça, je respecte mes amis. Chacun a droit de se sentir bien à sa place dans le rang.

QUAND J'ARRIVE À L'ÉCOLE

Ulla Hoff

Je m'appelle Élie.

Je vais à l'école St-Denis.

J'arrive à l'école en autobus.

Voici ce que je fais quand j'arrive à l'école :

1. Je débarque de l'autobus.
2. Je marche avec mes amis jusqu'à l'escalier de l'école.
3. Je me mets dans la file avec mes amis.
4. J'attends que la cloche sonne.
La cloche sonne pour nous avertir que c'est le temps d'entrer dans l'école.
5. Je monte l'escalier et j'entre dans l'école avec tous mes amis.

Je suis prête à commencer ma journée.

La récréation

LA RÉCRÉATION

Ulla Hoff¹⁵

Je vais à l'école Marguerite-Bourgeois.

À la récréation, je vais souvent dehors avec mes amis. Il y a beaucoup d'enfants dehors à la récréation. Nous nous amusons dans la cour de l'école.

Je reste dans la cour d'école; je ne peux pas aller sur la galerie, ni dans le stationnement. Ça c'est un règlement. Le règlement existe pour assurer notre sécurité.

Je peux jouer à différents jeux dans la cour de l'école.

Je peux glisser sur la glissade: je monte dans l'échelle jusqu'en haut.

Je m'amuse à

G
L
I
S
S
E
R jusqu'en bas.

Parfois il y a une file d'enfants qui attendent leur tour pour glisser.

Si je me mets en file, je serai bientôt le PREMIER.

Nous devons tous attendre pour être le PREMIER et pour avoir notre tour.

À la récréation, je peux aussi m'amuser à me balancer sur les balançoires.

Je peux aussi grimper sur le jeu «L'araignée». Je me tiens bien fort et je me déplace très lentement.

J'aime grimper et regarder les amis d'en haut.

J'aime les arbres. Je peux regarder les arbres dans la cour d'école, mais je ne peux pas grimper dans les arbres. Ça aussi, c'est un règlement.

Si je le veux, je peux aussi jouer avec des petites autos dans la cour. Parfois, je peux demander à un ami de jouer aux autos avec moi.

La cloche sonne pour nous dire quand la récréation est terminée. Nous nous plaçons en file pour retourner dans nos classes.

¹⁵ Adaptation/traduction autorisée de Gray (1996)

Le transport scolaire

LE TAXI

Guyline Thievierge et Ulla Hoff

Je m'appelle Matthieu.

Je vais à l'école en taxi.

Je retourne à la maison en taxi.

Le chauffeur du taxi s'appelle M. Tremblay.

Dans le taxi, je reste toujours assis à ma place.

Dans le taxi, je peux jouer avec mes clés,
ou je peux regarder un livre,
ou je peux écouter mon baladeur.

Dans le taxi, je reste calme.

Quand je reste calme dans le taxi, maman et M. Tremblay sont contents.

Quand je reste calme dans le taxi, M.Tremblay est fier de moi. Il me donne un collant pour mon album.

Quand je reste calme dans le taxi, maman aussi est fière de moi. Elle me donne des fois un collant, des fois une autre petite récompense.

J'aime prendre le taxi quand je suis calme.

PRENDRE L'AUTOBUS SCOLAIRE

Ulla Hoff

Je m'appelle Caroline.
Je vais à l'école Des Quatre Vents.

Pour aller à l'école le matin, je prends l'autobus scolaire avec des amis.
À la fin de la journée d'école, je prends l'autobus scolaire pour retourner à la maison.

Tout comme mes amis, je me mets en file à côté de l'autobus avant d'embarquer.

Quand la chauffeure ouvre la porte, les amis embarquent dans l'autobus un par un.

Moi aussi, j'embarque dans l'autobus.
Je m'assois à ma place.

Pour m'amuser dans l'autobus, je peux choisir une activité :

1. je peux regarder un catalogue
2. je peux sortir un jeu
3. je peux écouter une cassette avec le baladeur
4. je peux regarder par la fenêtre et compter différentes choses que je vois; par exemple, je peux compter les autos, ou les vaches ou les magasins ou d'autres choses encore; je peux écrire le nombre dans mon calepin.

L'autobus arrête devant la maison de chaque ami.
L'un après l'autre, mes amis débarquent quand l'autobus arrête devant leur maison.

Je sais que je vais débarquer, moi aussi, quand l'autobus arrête devant ma maison.

Beaucoup d'amis débarquent avant que ça ne soit mon tour.

Quand l'autobus arrive à ma maison, je débarque de l'autobus.

Souvent maman m'attend.

Je suis contente d'arriver chez moi.

PRENDRE L'AUTOBUS DE LA VILLE

Adaptation de Kelly Reagan (Gray 1993)

Les gens prennent l'autobus pour aller à différents endroits : au travail, à l'école, au cinéma ou au centre d'achat.

J'attends l'autobus à l'arrêt d'autobus.

Il faut avoir un billet d'autobus pour embarquer.

Je sors mon billet.

Je mets mon billet dans la boîte à côté du chauffeur.

Je cherche une place pour m'asseoir; si toutes les places sont occupées, je reste debout.

Le chauffeur d'autobus fait des arrêts à différents endroits.

Je connais l'endroit où je veux débarquer de l'autobus.

Lorsque nous avons passé l'arrêt qui précède cet endroit, je me lève.

Ensuite, j'indique au chauffeur que je veux débarquer au prochain arrêt : je donne un petit coup au fil suspendu le long des fenêtres. Cela produit un son pour avertir le chauffeur.

Quand l'autobus arrive à mon arrêt, j'attends qu'il arrête complètement avant de débarquer.

Les différents cours

MES NOUVEAUX COURS

Ulla Hoff

D'habitude je suis dans la classe de Pauline et Carole.

Dans mon horaire, j'ai parfois des cours à l'extérieur de la classe.

Je quitte ma classe pour le cours d'éducation physique.

Je quitte ma classe pour aller à la bibliothèque.

Je quitte ma classe pour aller à la salle des ordinateurs avec Pauline et Carole.

Bientôt, je vais commencer de nouveaux cours.

Je vais aller au cours de musique avec l'enseignante Lise.

Carole m'accompagne au local.

Dans le local, je m'assois à ma place.

Quand je suis au cours de musique, Carole est dans la maternelle.
(photo)

Moi, je reste au cours de musique et j'écoute Lise.

Quand le cours est fini, Carole vient me chercher dans le local.

Je retourne dans ma classe de maternelle avec Carole.

Sorties

ALLER EN SORTIE AVEC MA CLASSE

Ulla Hoff

Le vendredi après-midi je vais souvent en sortie avec les amis de ma classe.

Mes professeurs nous accompagnent.

Des fois, nous allons au restaurant. Des fois, nous allons jouer au parc.

Avant de partir, nous mettons nos manteaux.

Si nous partons en auto, je m'assois à ma place et j'attache ma ceinture de sécurité.

Lorsque nous allons à pied, je marche sur le trottoir avec mes amis.

D'habitude, je suis prudente : j'arrête au bord de la rue et je regarde à gauche et à droite avant de traverser la rue.

Quand il y a une lumière de circulation, j'attends que le bonhomme blanc apparaisse et je traverse la rue.

Quelques fois, je rencontre d'autres enfants, des filles ou des garçons, sur le trottoir.

Je suis capable d'être amicale. Je peux sourire et dire « BONJOUR ».

Au restaurant j'ai souvent un bon comportement. Je m'assois bien droite sur ma chaise. Je suis capable d'attendre que la nourriture soit prête.

Quand on nous donne notre numéro, je vais aider un adulte à apporter la nourriture à la table.

J'aime manger des frites avec du ketchup. J'aime aussi boire de la liqueur.

J'attends que tous mes amis finissent de manger et de s'essuyer la bouche avant de me lever.

Après, je mets les déchets dans la poubelle.

Ensuite, nous retournons tous ensemble à l'école.

Je suis fière et contente de moi parce que j'ai eu un bon comportement pendant la sortie.

Des stratégies aidantes

COMMENT UTILISER MES OUTILS DE TRAVAIL

Guy Poulin et Ulla Hoff

Je travaille chez *Cycle Garneau*.

J'aime mon travail; je désire demeurer à l'emploi chez *Cycle Garneau*.

Pour garder leur emploi, les employés doivent être efficaces.

Moi aussi, je dois être efficace.

Pour être efficace, j'ai besoin de certains outils de travail.

Mes outils de travail sont:

1. Espadrilles
2. Boîte à lunch
3. Pochette avec règle et crayon
4. Carte d'autobus

Pour me souvenir d'apporter ces outils, j'ai affiché une liste de rappel dans deux endroits:

- Dans l'entrée chez moi
- Dans mon lieu de travail.

Ma liste de rappel ressemble à ceci:

Liste de rappel

- 1. Espadrilles
- 2. Boîte à lunch
- 3. Pochette avec règle et crayon
- 4. Carte d'autobus

Avant de partir de la maison ou de mon travail, je vérifie et je coche chacun des items.

Dans mes déplacements, je garde mes outils près de moi.

Avant de descendre de l'autobus, matin et soir, je vérifie de nouveau si j'ai mes 4 outils et je les 'coche' dans ma tête (mentalement).

Quand je suis efficace, mon employeur est content, et je suis fier de moi.

FAIRE DE L'ÉTIQUETAGE

Guy Poulin

Chez Cycles Garneau, il y a plusieurs travaux à exécuter.

Tous les employés de l'entrepôt peuvent exécuter chacun des travaux.

Pour être efficace chez Cycles Garneau, il est bon que je connaisse l'ensemble des travaux à exécuter.

Parmi les travaux à exécuter, il peut y avoir l'étiquetage.

Parfois lorsque je fais de l'étiquetage, je dois vérifier comment la marchandise est placée dans la boîte avant de tout sortir.

Ensuite, je peux sortir la marchandise de la boîte et la placer sur ma table de travail.

Cette table me permet de voir l'ensemble de la marchandise et d'avoir de l'espace pour travailler.

Parfois je ne sais pas quel prix coller sur la marchandise.

Je peux demander à Richard quel prix identifier sur la marchandise.

Je dois coller le prix au bon endroit sur la marchandise.

Si je ne connais pas le bon endroit, je peux aussi vérifier avec Richard.

Une fois la marchandise bien étiquetée, je la replace dans la boîte de la même façon qu'elle était placée au départ.

Il est important que l'on retrouve la marchandise dans le même état qu'au début.

Une fois terminé, il faut fermer la boîte avec du tape et inscrire au crayon de feutre "OK" et "EMR" et classer la boîte sur une palette.

Stratégies cognitives

QUE FAIRE SI J'AI PEUR DE PERDRE MON IDÉE

Lucie Blanchet

Je laisse mon imagination aller se reposer pendant que j'écoute mon professeur.

Quand j'ai une idée, je lève la main et j'attends que mon professeur me donne le droit de parole.

Pour ne pas perdre mon idée, j'essaie de la retenir en l'écrivant sur une feuille placée dans mon cahier.

Si ce truc ne fonctionne pas, je peux aussi me servir de mon imagination pour retenir mon idée :

- j'ouvre un petit tiroir de ma mémoire et j'y dépose mon idée;
- puis, je peux y placer un cadenas afin de la garder à cet endroit;
- quand mon professeur me donne le droit de parole, j'ouvre le cadenas avec ma clé en or magique et j'y retrouve mon idée;
- alors, je peux la dire à ce moment-là.

Il peut arriver que j'oublie mon idée. C'est normal. Ça arrive à tout le monde. Dans ce temps-là, je peux simplement dire à mon professeur que j'ai oublié mon idée et il comprendra. Si cela m'arrive, j'essaie de rester calme et continuer d'écouter mon professeur.

Je suis fier de moi quand je suis capable de rester calme, et mes professeurs aussi sont contents de moi.

COMMENT SE COMPORTER LORSQU'ON OUBLIE

Marielle Dubé et Lucie Blanchet

Parfois, il peut arriver que les gens oublient des choses

Parfois, il peut arriver que j'oublie quelque chose.

Les gens oublient des choses parce qu'ils ont beaucoup de choses à penser dans la tête. Cela peut arriver à moi aussi.

Lorsque j'oublie des choses, je vais faire un effort pour rester calme.

Aussi, lorsque j'oublie des choses, je n'aime pas que les gens crient après moi ou se mettent en colère.

Lorsque les autres oublient des choses, je vais aussi essayer de rester calme.

À ce moment là, je me prouve que je suis capable de me contrôler; je peux alors être fier de moi parce que j'agis comme une grande personne.

ÊTRE MUSICIEN LORS D'UN SPECTACLE

Paule Mercier

À l'école, j'apprends à jouer du mélodica.
J'ai appris 2 morceaux, soit : Allegria et Vivo perle.
Ce sont des musiques très rapides.

Tous les élèves de ma classe apprennent à jouer ces 2 morceaux.
Nous allons faire un spectacle le 31 mai. Souvent, c'est très stressant de faire un spectacle car les élèves veulent jouer tout le morceau d'un bout à l'autre sans pause.

Denise sait que c'est difficile de jouer toutes les notes, alors elle nous apprend quoi faire quand nous ne jouons pas toutes les notes en même temps que les autres.
Nous savons que nous garderons le mélodica devant notre bouche et que nous reprendrons à l'endroit indiqué par Denise.

Denise peut nous écrire un signe sur notre feuille.
Moi, je sais que je peux reprendre à la note qui a un X au-dessus.

Quand je garde le mélodica devant ma bouche et que je reprends à une note plus loin, je sais que je peux terminer le morceau.
Je sais qu'ainsi je peux aider mes amis.

5. Intérêts particuliers ou restreints, peurs

Les changements

LE TRAVAIL DE MAMAN

Ulla Hoff

Souvent les adultes doivent aller travailler à l'extérieur de la maison. Quand maman doit travailler, elle revient à la maison quand son travail est terminé.

Parfois maman travaille pendant la journée; d'habitude elle quitte la maison vers _____ heures et elle revient vers _____ heures.

Quand maman travaille pendant la journée, elle dine avec nous le soir et elle me couche.

Parfois maman travaille pendant la soirée.

Quand maman travaille pendant la soirée, c'est papa qui mange avec moi et c'est papa qui me couche.

J'aime savoir à l'avance si maman travaille le jour ou le soir.

C'est pourquoi mes parents m'ont fait un horaire de la semaine; je peux voir quand c'est maman et quand c'est papa qui me couche.

Maman se souvient de moi pendant son travail. Elle est fier de moi quand j'agis en grand avec papa.

J'aime ça quand maman ou papa s'occupe de moi à la maison.

Quand maman part travailler, je sais qu'elle va revenir à la maison après le travail.

Le four micro-ondes

LE FOUR MICRO-ONDES

Paule Mercier

Le four micro-ondes chauffe les aliments. Nous aimons tous manger des aliments chauds.

Le four micro-ondes a une horloge digitale. La personne qui l'utilise met le nombre de minutes qu'elle veut pour faire chauffer les aliments. Les chiffres diminuent à toutes les secondes.

Le four micro-ondes arrête quand la minuterie indique 0:00. Après le son, la minuterie indique l'heure.

J'aime regarder les chiffres qui diminuent d'un chiffre à la fois. Je compte alors en ordre décroissant. Les chiffres changent toujours dans le même ordre.

Maman utilise parfois le four micro-ondes. Les chiffres comptent aussi en ordre décroissant.

Je peux aller voir la minuterie du four micro-ondes quand maman utilise le four micro-ondes.

Parfois je joue et maman fait fonctionner le four micro-ondes. Je peux continuer à jouer, car je sais que la minuterie du four micro-ondes fonctionne pareil en ordre décroissant.

Je peux utiliser le four micro-ondes. Papa, maman, ma sœur et mes frères peuvent aussi utiliser le four micro-ondes. La minuterie fonctionne pareil.

Quand je suis à l'école, maman utilise parfois le four micro-ondes. La minuterie fonctionne toujours en ordre décroissant.

Les objets

LA CORDE

Ulla Hoff

J'aime jouer avec une corde. Ça me calme.

Quand c'est le temps de travailler, je serre ma corde.

Des fois je la serre dans ma poche.

Des fois je la mets sur la punaise sur le tableau dans ma classe.

Quand j'ai fini de travailler, je peux encore prendre ma corde.

TOUCHER AUX OBJETS

Huguette Bégin

Dans la classe, il y a beaucoup d'objets. Il y a des livres, des affiches, des petits bancs et bien d'autres choses. (photo classe)

Dans l'école, il y a aussi beaucoup d'objets. (photo vestiaire et corridor)

Parfois j'ai le goût de toucher certains objets. Parfois j'ai le goût de déplacer certains objets.

Il y a certains objets qui peuvent être dangereux si je les touche. Je peux me blesser. (picto)

Aussi, il m'arrive de toucher aux objets des amis de la classe. Mes amis n'aiment pas ça; ils disent que ça les dérange. (photo d'un ami qui dit "non")

Pour m'aider à ne pas toucher aux objets des amis, ou aux objets dangereux, je peux marcher en mettant mes mains derrière mon dos ou dans mes poches.

Je peux aussi me rendre tout de suite à mon pupitre.

Je suis capable de ne pas toucher aux objets dangereux ou qui appartient aux autres. (photo ou picto sourire)

Les bruits

LES BRUITS EN CLASSE

Raymonde Auger et Annie Hudon

Je m'appelle Pierre.

Je suis en maternelle dans la classe de Solange.

Parfois dans la classe, il y a du bruit.

Parfois le bruit vient des objets.

Parfois le bruit vient des amis.

Un ami peut crier ou pleurer parce qu'il n'est pas capable de parler avec des mots.

Les cris peuvent me faire mal aux oreilles mais ce n'est pas dangereux.

Les amis qui crient ou pleurent ne sont pas dangereux.

Je peux me mettre les mains sur les oreilles, pour ne pas entendre le bruit.

Les grandes personnes s'occupent des enfants qui crient en les aidant à se faire comprendre.

Je peux continuer de m'amuser et de rester avec tous mes amis.

LES BRUITS DANS MA TÊTE

Ulla Hoff

Parfois j'ai des bruits dans ma tête qui me dérangent.

J'entends des sons désagréables.

Quand j'entends ces sons, j'ai de la difficulté à écouter mon enseignante.

Quand j'entends ces sons, j'ai aussi de la difficulté à faire mon travail en classe :

- parfois j'ai de la difficulté à lire mes étiquettes
- parfois j'ai de la difficulté à écrire des mots ou à faire des calculs.

Mais je peux utiliser des trucs pour m'aider :

- Je peux le dire à Lyne ou à Ginette quand les sons me dérangent
- Je peux essayer à respirer lentement
- Je peux essayer de penser à quelque chose d'agréable ou de drôle.

Quand les sons arrêtent de me déranger, je vais faire le travail que Lyne et Ginette me demandent.

Je suis content et fier de moi de pouvoir contrôler les bruits dans ma tête.

QU'EST-CE QUE LE TONNERRE?

Ulla Hoff¹⁶

Le tonnerre est généralement un bruit inattendu.

Le tonnerre est le bruit fait par un éclair.

Un éclair est un grand étincelle dans le ciel.

Quand il y a du tonnerre et des éclairs, la plupart du temps il y a aussi de la pluie et du vent.

Cela s'appelle un orage.

Maman et papa savent comment garder notre famille en sécurité pendant un orage.

Nous restons à l'intérieur. Parfois nous pouvons observer les éclairs à travers les fenêtres.

Quand je vois un éclair, je peux prévoir entendre un coup de tonnerre peu de temps après.

Le ciel est silencieux la plupart du temps.

¹⁶ Adaptation/traduction autorisée de Carol Gray (2003)

D'OÙ VIENNENT LES BRUITS IMPRÉVUS ?

Ulla Hoff¹⁷

Il y a toutes sortes de bruits.

Parfois des bruits me surprennent.

Ce sont des bruits imprévus.

Certains bruits imprévus peuvent venir de :

- la sonnette de la porte,
- le téléphone,
- la balayeuse,
- le tonnerre,
- le klaxon de l'auto,
- du verre qui éclate,
- des chiens qui jappent et
- des portes qui claquent.

Ces bruits sont corrects.

Je vais essayer de rester calme quand j'entends des bruits imprévus.

D'habitude, mes parents ou autres adultes peuvent me dire quand le bruit va arrêter.

¹⁷ Adaptation/traduction autorisée de Carol Gray (2003)

Les Lumières

LES LUMIÈRES

Paule Mercier

Les lumières éclairent l'endroit où je suis.

Parfois les lumières sont ouvertes.
Parfois les lumières sont fermées.

Habituellement quand la lumière est ouverte, je vois bien les objets.
Quand les lumières sont fermées, je ne vois pas bien les objets.

Parfois je joue avec les interrupteurs.
J'aime bien ouvrir et fermer les lumières.

Quand je joue avec les interrupteurs, les personnes ne voient pas bien les objets.

Les personnes aiment bien décider quand la lumière est ouverte et quand elle est fermée.

Parfois je suis responsable d'ouvrir et fermer les lumières.

Parfois les autres personnes sont responsables des lumières.

Je peux me rappeler que je touche aux interrupteurs quand je suis responsable des lumières.

La télévision

LA TÉLÉVISION

Ulla Hoff

Souvent les gens aiment regarder la télévision.

Mon père, ma mère et mon petit frère aiment regarder la télévision.

À la télévision, il y a des émissions drôles qui font rire.
Parfois il y a des émissions violentes avec des batailles.
Parfois il y a des émissions de nouvelles.

Parfois il y a des bruits à la télévision qui sont très forts et désagréables.

Les bruits forts à la télévision me surprennent.

Je n'aime pas les bruits forts à la télévision. Ils font mal à mes oreilles.

Mais j'ai un truc pour ne pas avoir mal à mes oreilles :
- je peux mettre des bouchons dedans.

Comme ça, les bruits ne me surprennent pas.

Comme ça, les émissions de télévision de maman, papa et mon frère ne me dérangent pas.

Quand maman, papa ou mon frère regardent la télévision je peux faire un jeu dans le salon ou dans ma chambre, ou je peux jouer dehors.

Les effets personnels

POURQUOI LES GENS PORTENT DES CHAPEAUX?

Cécilia Roy et Ulla Hoff

Parfois les gens portent des chapeaux sur leur tête.

D'habitude les gens portent des chapeaux pour se protéger la tête quand ils vont dehors.

En hiver, les gens portent des tuques pour garder leur tête au chaud et se protéger du froid.

En été, les gens portent parfois des casquettes pour se protéger du soleil qui brille.

Quand les gens font du sport, comme par ex. du HOCKEY, ils portent parfois des casques sur leur tête.

Les joueurs de HOCKEY portent des casques pour ne pas se blesser s'ils tombent sur la glace.

Certaines personnes ont de la difficulté à marcher parce qu'elles ont mal aux jambes. Elles doivent aussi porter des casques pour ne pas se blesser si elles tombent.

Dans ma classe Matthieu doit porter un casque tout le temps, à l'intérieur et à l'extérieur.

Matthieu a besoin de protéger sa tête à cause de son mal de jambes.

C'est bien de pouvoir se protéger la tête avec des tuques, des casquettes ou des casques.

POURQUOI LES GENS PORTENT DES LUNETTES?

Cécilia Roy est Ulla Hoff

Souvent des personnes portent des lunettes.

Il y a des filles, des garçons, des femmes et des hommes qui portent des lunettes.

Parfois les personnes portent des lunettes pour se protéger les yeux; parfois les personnes portent des lunettes parce qu'ils ne voient pas bien.

Les lunettes les aident à mieux voir.

Il y a toutes sortes de lunettes : des petites, des grosses, des lunettes teintées.

Certains amis de ma classe portent des lunettes. Ils portent des lunettes parce qu'ils ne voient pas bien.

Ils portent des lunettes pour mieux voir.

Les lunettes leur appartiennent; je respecte les objets qui appartiennent aux autres.

Je ne les touche pas sans avoir la permission de le faire.

Mes amis sont contents quand je respecte leurs objets.

Les jouets

MON TOUTOU

Ulla Hoff

Les enfants aiment souvent des toutous.

Un toutou est un animal-jouet fait en tissus.

J'ai un toutou préféré : c'est '*Chien-Neuf*'.

J'aime beaucoup '*Chien-Neuf*'.

Je peux jouer avec '*Chien-Neuf*' à la maison.

Je peux jouer avec '*Chien-Neuf*' pendant les vacances de Noël.

Après les vacances de Noël, je retourne à l'école.

Les amis laissent leurs toutous à la maison quand ils retournent à l'école.

Moi aussi, je laisse mon toutou '*Chien-Neuf*' à la maison.

Quand je suis à l'école, '*Chien-Neuf*' est dans ma chambre.
(Imp. :photo du toutou dans la chambre)

Après l'école, je peux jouer avec '*Chien-Neuf*' à la maison.

À l'école je peux jouer avec mes amis.

À la maison je peux jouer avec mon frère ou avec mes jouets.

Je peux aussi jouer avec '*Chien-Neuf*' .

LES MARIONNETTES

Ulla Hoff

Des marionnettes sont des figurines, qui peuvent ressembler à des personnes ou à des animaux.

Il y a plusieurs sortes de marionnettes :

- il y a des marionnettes qu'on met sur notre main comme un gant;
- il y a des marionnettes à fils;
- il y a des marionnettes attachées à des tiges.

Je peux faire bouger les marionnettes :

- je bouge mes doigts ou je tire sur les fils et HOP, la marionnette bouge

Mais même si la marionnette bouge, elle n'est pas vivante.

Les marionnettes ne pourraient jamais devenir vivantes non plus.

Elles ne sont que des objets qu'on fait bouger et avec lesquels on joue.

Pinocchio est une marionnette. La marionnette de Pinocchio est fait en bois. Son nez est en bois. Il ne change pas, il est toujours pareil.

Quelqu'un a inventé une histoire et un film de Pinocchio.

Dans l'histoire, parfois Pinocchio est un garçon et parfois il est une marionnette. C'est seulement parce que c'est une histoire.

Pour de vrai, Pinocchio est une marionnette. C'est un jouet. Il n'est pas vivant.

Je suis un garçon. Je suis vivant. Je ne pourrais jamais devenir une marionnette.

Les crayons

LES CRAYONS DE PLOMB

Ulla Hoff

À l'école et à la maison, je fais beaucoup d'écriture. La plupart du temps, j'utilise un crayon de plomb.

Il existe plusieurs marques de crayons de plomb. Souvent le nom de la marque est écrit sur le crayon. De plus, un numéro qui indique la dureté du plomb peut-être inscrit sur le crayon. Je connais plusieurs marques de crayon. Par exemple : Buffalo HB et Sanford.

Quand j'utilise mon crayon de plomb, je m'assure que la pointe soit suffisamment fine. De cette façon mon écriture est soignée et je peux être fier de mon travail.

La façon de tenir mon crayon n'a pas vraiment d'importance. Quand les gens écrivent ils ne tiennent pas compte du fait qu'ils voient ou non les écritures sur le crayon. Cela les retarderait trop dans leur travail. L'essentiel c'est que je le tiens de la main droite. Les écritures sur le crayon peuvent alors de retrouver n'importe où, ce n'est pas grave.

Les gens en général se concentrent uniquement sur ce qu'ils écrivent et non sur la disposition du crayon. La concentration est alors portée sur le travail à faire et l'exécution du travail se fait plus rapidement.

Quand j'écris, moi aussi je vais essayer de me concentrer sur ce que je fais. Comme ça, je suis capable de finir mon travail plus rapidement.

L ' a m i s p é c i a l

MON AMIE SPÉCIALE

Ulla Hoff

Je m'appelle Matthieu.

Je suis dans la classe de Véronique et de Nicole.

Voici les amis de ma classe:

(Photo)	(Photo)	(Photo)	etc. etc.
<i>Nom</i>	<i>Nom</i>	<i>Nom</i>	

J'ai une amie spéciale.

C'est Élodie.

J'aime beaucoup Élodie.

Je peux travailler avec Élodie dans la classe.

Je peux jouer avec Élodie à la récréation.

Parfois Élodie doit travailler ou jouer avec d'autres amis.

Parfois Élodie est absente parce qu'elle est malade.

Quand Élodie n'est pas là, (image) je suis déçu (picto).

Je suis déçu, (picto) mais je reste calme (image).

Je peux travailler avec d'autres amis.

Je peux travailler avec Mélanie ou Frédéric.

Je peux être bien avec mes autres amis.

Quand Élodie revient, je peux aussi travailler avec elle.

Véronique est contente quand je travaille bien avec tous mes amis.

COMMENT RESPECTER MON AMIE.

Ulla Hoff

J'aime regarder Marianne.

J'aime regarder ses cheveux.

Marianne n'aime pas que je la regarde de près.

Marianne n'aime pas que je la regarde et que je la suis tout le temps.

Il est important de respecter les sentiments et les droits de nos amis.

Il est important que je respecte les sentiments et les droits de Marianne.

Je suis capable de respecter les sentiments de Marianne.

Je lui dis « bonjour » à son arrivée, ensuite je m'éloigne d'elle.

Comme ça, Marianne va me respecter aussi.

Comme ça, je peux être un ami de Marianne.

À la rentrée dans l'école, je me déshabille et me chausse devant mon casier.

Quand j'ai terminé, je vais me placer avec mon groupe loin de Marianne.

À la récréation, je peux m'occuper à regarder les activités de mes amis, me joindre à eux ou me prendre un jeu individuel. Je reste loin de Marianne.

À la sortie de l'école, je m'habille et me chausse devant mon casier.

À la fin de la journée lors de mon départ je peux dire « salut » à Marianne.

Je suis content de moi quand je suis capable de respecter Marianne.

C'EST CORRECT DE REGARDER DES FILLES

Ulla Hoff¹⁸

Il y a beaucoup de filles à l'école.

Parfois je vois des filles dans ma classe.

Parfois je vois des filles dans les corridors.

Parfois je vois des filles à la récréation.

C'est correct de regarder des filles.

Si je regarde une fille pendant long temps, elle peut devenir fâchée ou triste.

Quand je regarde une fille, je vais compter à deux ou trois lentement et ensuite je vais essayer de regarder d'autres choses.

Je devrais essayer de regarder d'autres choses jusqu'à ce que j'aie compté à dix.

Quand j'ai fini de compter jusqu'à dix, je peux encore regarder la fille, si je le veux.

¹⁸ Adaptation/traduction autorisée de Scattone, D. et al. (2002)

A u t r e s

LES INTERRUPTIONS

Ulla Hoff¹⁹

Quand quelque chose est arrêtée avant qu'elle soit terminée, on peut dire qu'elle a été interrompue.

Une interruption peut me surprendre parce que je ne sais pas quand elle arrivera.

Les interruptions ne peuvent pas faire de mal, ni à moi ni aux autres.

Parfois je vois des interruptions à la T.V. et je ne les aime pas. Elles me font pleurer.

Une des interruptions que je vois à la T.V., c'est le «*Lapin ENERGIZER*».

Le «*Lapin ENERGIZER*» interrompt des annonces et il me surprend.

La prochaine fois que «*Le Lapin ENERGIZER*» apparaîtra dans une annonce à la T.V. je peux faire un choix.

Je peux demander à quelqu'un que j'aime de me serrer dans les bras, ou je peux me fermer les yeux jusqu'à ce que l'annonce soit terminée.

Les gens qui m'aiment sont contents de pouvoir me serrer dans les bras quand je le leur demande.

Je sais que «*Le Lapin ENERGIZER*» ne peut pas m'interrompre.

¹⁹ Adaptation/traduction d'un scénario présenté dans The Morning News (automne 1993)

QUE SIGNIFIE ÊTRE DROITIER

Ulla Hoff

Les gens peuvent être droitiers, gauchers ou ambidextres.

La plupart des gens sont droitiers. Cela veut dire qu'ils sont plus à l'aise pour faire les choses avec leur main droite, comme par exemple, écrire, dessiner, manger et jouer au badminton.

Toutefois, dans beaucoup d'activités il est nécessaire d'utiliser les deux mains, comme par exemple pour conduire une auto ou pour diriger notre bicyclette et pour bricoler (découper avec les ciseaux : on tient le papier avec une main et on découpe avec l'autre main).

Pour coller aussi on doit utiliser nos deux mains (papier dans une main et le bâton de colle dans l'autre).

Pour plier une feuille, il est aussi préférable d'utiliser les deux mains pour qu'elle soit pliée convenablement.

Alors, dans la plupart des situations, tout le monde droitier, gaucher ou ambidextre utilise leurs deux mains.

Même si je suis droitier, moi aussi je vais utiliser mes deux mains dans toutes les activités qui se font mieux ainsi.

Peurs

LES CHIENS

Ulla Hoff

Le chien est un animal. Il a 4 pattes, une queue et beaucoup de fourrure.

Un chien peut japper.

Des fois le chien jappe quand il est content.

Des fois le chien jappe quand il a peur.

Souvent le bruit du jappement est fort et désagréable pour moi.

Quand un chien jappe, je peux me boucher mes oreilles. Comme ça, c'est moins désagréable.

Je laisse le maître du chien s'occuper de lui.

D'habitude, le chien écoute son maître. Le chien vient quand le maître l'appelle et souvent il arrête de japper quand le maître le lui demande.

Si le maître du chien me le permet, je peux flatter le chien.

ANNEXE



Sainte-Foy, le 16 juin 2004

Bonjour,

Nous travaillons présentement sur un recueil de scénarios sociaux qui ont été rédigés dans les milieux scolaires des régions de Québec et Chaudière-Appalaches. Ces scénarios abordent diverses situations problématiques souvent rencontrées par les élèves TED dans les écoles. Notre but est de produire un document qui rendrait ces scénarios disponibles à l'ensemble des intervenants scolaires de notre région afin qu'ils puissent leur servir de modèles et d'inspiration dans l'élaboration d'autres scénarios individualisés. Ce document ne sera pas vendu, mais serait plutôt distribué au coût de la photocopie et éventuellement placé sur un futur site-web de la Ressource régionale d'aide en autisme.

Certains des scénarios ont été rédigés par ou en collaboration avec des intervenants de la Ressource régionale d'aide en autisme (Annie Hudon, Paule Mercier et Ulla Hoff), et d'autres par des intervenants scolaires sans notre intervention. Pour respecter l'anonymat des personnes impliquées, toute référence permettant d'identifier un jeune ou un intervenant a été changée, mais le(s) nom(s) du ou des auteur(s) sont indiqués pour chacun des scénarios. Nous avons parfois fait des modifications linguistiques mineures (orthographe, vocabulaire, etc.).

Avant d'inclure votre (vos) scénario(s) dans ce recueil, nous vous demandons donc votre collaboration en complétant le formulaire d'autorisation qui suit.

Nous vous remercions d'avance de votre précieuse collaboration.

Ulla Hoff,
Responsable
Ressource régionale d'aide en autisme
1255, Ave. De Chanoine-Morel, Sillery
Québec G1S 4B1
Numéro de télécopieur: (418)-684-0059

J'autorise par la présente Ulla Hoff à inclure mon (mes) scénario(s) social(aux) dans ce recueil

Oui _____
Non _____

Je voudrais que mon nom soit indiqué comme auteur ou coauteur, le cas échéant

Oui _____
Non _____

Signature

Date

SVP nous retourner l'autorisation par courrier ou par fax dans les plus brefs délais.

Références

- American Psychiatric Association; DSM-IV. Critères diagnostiques, Masson, Paris, 1996
- Attwood, Tony; The Links Between Social Stories, Comic Strip Conversations and the Cognitive Models of Autism, Dans The Morning News, printemps 1998
- Baron-Cohen, S. (1995). Mindblindness: An essay on autism and theory of mind. Cambridge, MA: MIT Press.
- Faherty, Catherine. Asperger's What does it mean to me, Future Horizons 2002
- Gray, Carol: Social Stories™ 10.0. dans Jenison Autism Journal, Jenison Public Schools, Jenison MI, Vol. 15 no. 4, 2004
- Gray, Carol: My Social Story Book, 2003, Jessica Kingsley Publishers
- Gray, Carol; The Basic Social Story Guidelines, Revised 7/1999
- Gray, Carol; The advanced Social Story Workbook. Dans The Morning News Vol 10, No. 2, 1998
- Gray, Carol; Social Stories UnLimited Presentations & Inservices. 1997
- Gray, Carol, Social Stories and Comic Strip Conversations, Unique Methods to Improve Social Understanding, Social Stories UnLimited, 1996.
- Gray, Carol; Apprivoiser la jungle de la cour de récréation. 1996
- Gray, Carol & Garand, J.D. Social stories: Improving responses of students with autism with accurate social information. Focus on Autistic Behavior, 8 (1), 1993
- Gray, Carol; matériel de soutien pour ateliers de formation à:Copenhague 1996, Montréal, 1998 et Toronto, 1999
- Scattone, D. et al.; Decreasing Disruptive Behaviors of Children with Autism Using Social Stories, Journal of Autism and Developmental Disorders, Vol. 32, no. 6, 2002
- The Morning News:Automne 93: lettre par Kari Hicks

Sites web

www.thegraycenter.org

www.autisme.qc.ca/comprendre/

www.tonyattwood.com