

# Aménagement des structures :

l'habitat des personnes autistes avec TED

Séverine RECORDON  
GABORIAUD

*Docteur en psychologie  
clinique et psychopathologie,  
Directrice MAS-FAM pour  
adultes avec autisme, Adapei  
79*



# Constatons

- Une évolution des connaissances et des représentations de l'autisme sous le poids de la recherche, des différents plans autisme, et des actions des associations.
- Une reconnaissance des spécificités de fonctionnement des personnes avec autisme notamment concernant la manière dont elles traitent leur environnement,  
→ Ce qui amène à donner une place prépondérante à l'adaptation de l'environnement comme préalable aux interventions.
- Un élargissement du champ d'actions des structures médico-sociales et un positionnement différent des projets d'établissement :  
→ Remodélise l'organisation des services et projets



# Des particularités

- **Pré-requis :**

- Comprendre les personnes avec autisme et leurs particularités de fonctionnement, notamment au plan sensoriel et cognitif.
- Primat du visuel

- **Conséquences :**

Pour les personnes avec autisme

- Sur la manière dont elles comprennent et perçoivent l'environnement
- Sur la manière de s'y adapter

Pour les acteurs de l'accompagnement

- Conditionne la réussite de la mise en œuvre des projets d'accompagnements
- Mais aussi la mise en œuvre des stratégies éducatives structurées

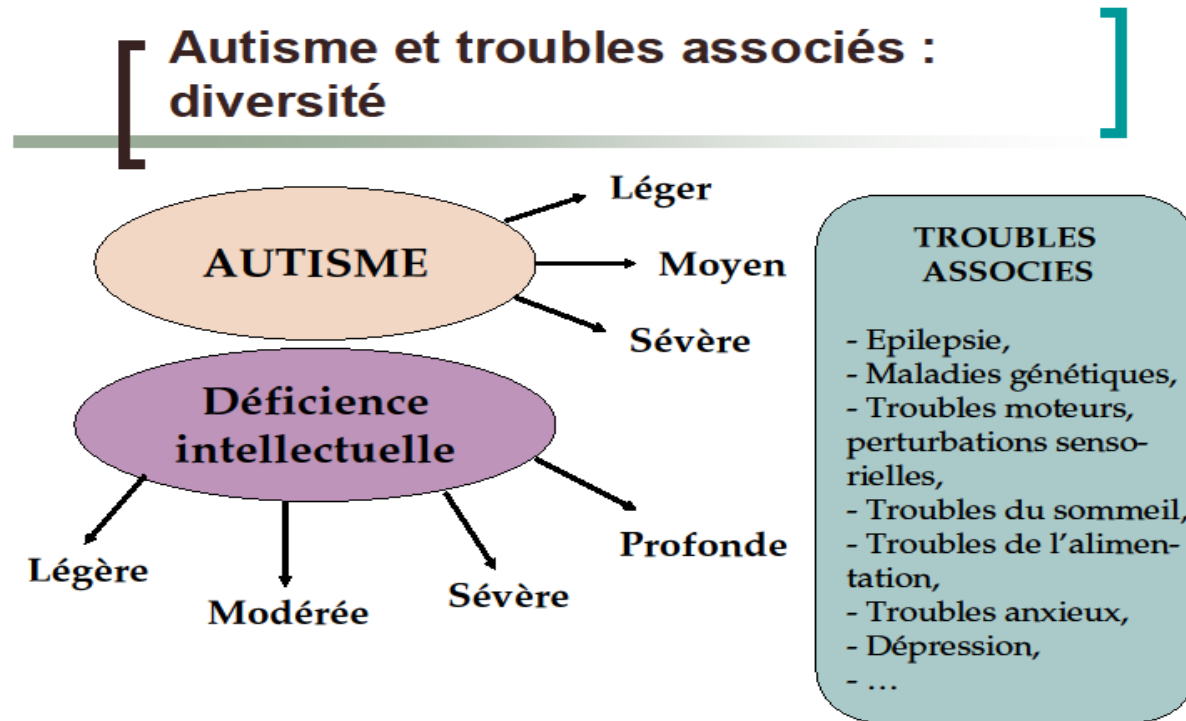


# Diagnostiquer

## L'autisme :

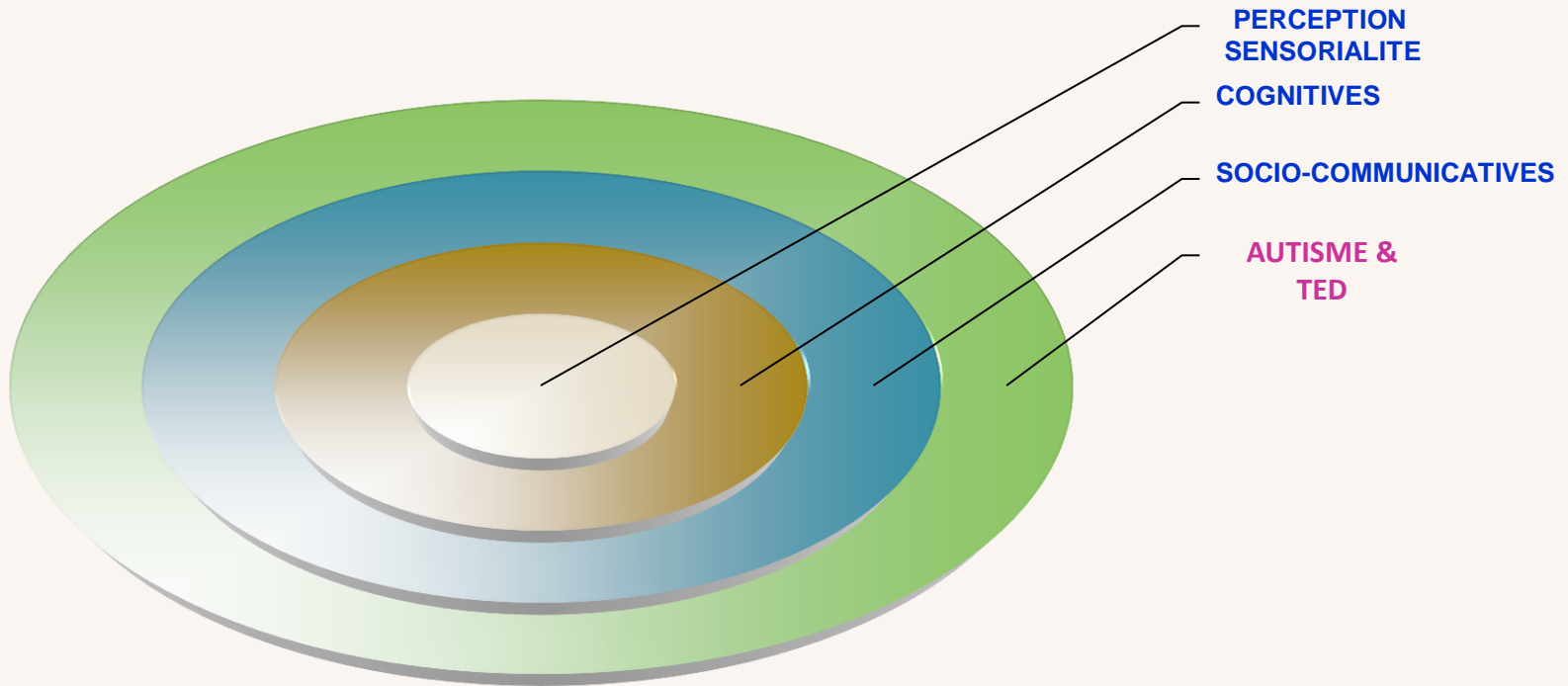


# L'autisme : une forte diversité des situations



Source ProAid Autisme

# Comprendre la personne avec autisme



# Difficultés ↔ Spécificités de fonctionnement

Personne Neurotypique	Personne avec autisme
<p>Pensée <i>Souple</i> <i>Imaginative</i></p> <p>↪</p> <p><b>S'adapte intuitivement</b></p>	<p>Pensée <i>Rigide</i> <i>Concrète</i></p> <p>↪</p> <p><b>Est environnemento-dépendante</b></p>

- Pensée concrète, contextuelle
- Apprend de manière rationnelle
- Pensée par association
- Pensée visuelle
- Pensée du détail
- Problème d'intuition sociale
- Difficultés à comprendre le concept de temps, de la durée : difficulté à s'organiser...
- Difficultés pour accepter les changements
- Faiblesse de la cohérence centrale
- Faiblesse de la fonction exécutive
- Troubles de la régulation de l'activité
- Faiblesse de la théorie de l'esprit
- Difficultés attentionnelles (vigilance, niveau d'éveil, motivation...)

# En conséquence

## La personne avec autisme :

- A une approche fragmentée de l'environnement
- A des difficultés à organiser les informations, à les hiérarchiser
- A des difficultés à donner du sens aux informations
- A s'organiser dans l'espace
- A s'adapter aux changements

→ D'où la nécessité d'une adaptation continue de l'environnement





# Observons également

- Au-delà de la triade définissant le diagnostic d'autisme au plan relationnel, communicatif et comportemental, co-existent **des particularités sensorielles**.
- **Ces singularités de la modulation sensorielle influe sur leurs capacités adaptatives au monde environnant.**

« A l'une des extrémités du spectre, l'autisme est principalement un trouble cognitif. A l'autre extrémité, c'est principalement un trouble sensoriel »  
(Temple Grandin, 1997).

- Toutefois, cette considération à l'égard du traitement sensoriel de la personne avec autisme demeure relativement récente.
- Anime de nombreux échanges quant à leurs conséquences dans les modalités d'accueil, d'accompagnement et d'hébergement :
  - quelque soit l'âge de la personne,
  - La forme d'autisme
  - le lieu d'habitation et d'hébergement.



# Des troubles sensoriels : des conséquences quotidiennes pour la personne avec autisme

## Ce dysfonctionnement de la sphère sensorielle entraîne généralement :

- Une modification de la perception sensorielle et une réactivité particulière : aux bruits, lumières, toucher, contacts, odeurs (Hypo-réceptivité versus Hyper-réceptivité - fluctuations)
- Une perception en détail pour certains amenant des comportements d'hypervigilance
- Des difficultés à intégrer les variations de couleurs, les changements de nature de sols
- Des difficultés pour filtrer les mouvements et les déplacements des personnes
- Des difficultés pour traiter une trop grande quantité d'informations
- Une compréhension altérée des informations



# Des troubles sensoriels : des conséquences quotidiennes pour la personne avec autisme

- La personne qui a de l'autisme est **sur-handicapée** par la particularité de ces difficultés.
- Les **difficultés d'adaptation** à l'environnement de vie quotidien sont majorées.
- **Les personnes sont par conséquent beaucoup moins disponibles pour :**
  - effectuer des activités,
  - répondre à des demandes,
  - adapter socialement leur comportement,
  - mobiliser leurs ressources attentionnelles et de concentration.....
- S'ensuivent des appréciations cliniques parfois très approximatives, « il ou elle recherche l'isolement », « refuse le contact avec autrui », « refuse, ne veut pas faire cette activité »
- Penser plutôt qu'il ou elle ne peut pas ..... : car comment interagir avec autrui, effectuer une activité, orienter son attention si conjointement il faut lutter contre un ensemble concurrent de stimuli sensoriels ? (cf. Témoignages de Temple Grandin....)
- Facteur de fatigabilité – d'efforts vains d'adaptations générant des comportements problèmes



# Des recommandations

- **Agir sur l'environnement en amont**
  - **Pré-organiser visuellement** les espaces de vie, d'activités, de loisirs, de travail et de scolarisation dans l'objectif qu'ils prennent sens pour la personne.
  - Étudier avec attention **leurs qualités sensorielles et perceptives.**
- **Considérer que ce travail sur l'environnement comme un préalable** à toute forme d'intervention qu'elle soit rééducative, éducative et thérapeutique.
- Considérer cette démarche comme **un « levier » pour compenser les difficultés** présentées : démarche écologique et centrée sur la recherche de confort
  - Compenser pour que l'environnement soit moins stressant
  - Compenser pour que l'environnement facilite les apprentissages



# En n'oubliant pas :

- Les personnes en situation d'autisme ont besoin de soutien pour l'ensemble des sphères qui organisent leur rapport au monde qu'elles soient cognitives, communicatives, émotionnelles, sociales mais aussi sensorielles.
- Le travail sur l'aménagement sensoriel d'un environnement de vie et les espaces constitue un enjeu réel pour leur confort et qualité de vie au quotidien.



## Quelques Clés pour une conception adaptée des espaces et pour l'aménagement des lieux d'hébergement et d'activités

- **Repérer les facteurs qui :**
  - Permettent le « chez soi »
  - Soutiennent l'autonomie, la participation sociale
  - Et qui permettent la cohabitation des personnes avec TED notamment quand habitat dédié
- **Réflexions essentielles à engager sur :**
  - La structure générale de l'établissement / de l'Habitat : macrostructure
  - La structuration physique interne les espaces : les concevoir de l'intérieur : microstructure (des lieux dédiés, des lieux délimités et contenant)
  - Veiller aux qualités sensorielles et physiques des espaces (au plan auditif et visuel notamment)



# Des critères pour mieux vivre

- L'habitat et ses composantes : une maison la plus ordinaire possible !
  - Privilégier la dimension fonctionnelle de l'habitat.
  - Habitat devant permettre de trouver un « chez soi ».
  - Nécessité de réfléchir à un Habitat partagé par des personnes présentant à minima des styles de vie, des besoins et des rythmes de vie proches (homogénéité...).
- Ambition première : rendre leur vie la plus ordinaire possible avec et malgré leurs spécificités



# Des critères pour mieux vivre

- Des institutions à taille humaine où habiter - résider prendra sens.
- « Apprendre à habiter », à investir un chez soi : veiller en parallèle à une valorisation suffisante des rôles sociaux et communautaires.
- Des formes d'habitat facilitant la proximité sociale.
- Des maisons de cinq personnes au maximum pour garantir un accompagnement de qualité, la considération de leur autisme et une vie sociale sur mesure.





# Un habitat adapté

- **Un établissement doit pouvoir assurer à ces personnes :**
  - **Des espaces privés dignes :** chambres de taille adaptée (environ 20 m<sup>2</sup> minimum) comprenant salle de bain et toilette privée de façon à répondre au respect de l'intimité de chacun.
  - **Disposer d'alternatives en établissements spécialisés :** disposer de studios internes à un établissement par exemple pour soutenir une vie résidentielle en autonomie quand projet possible pour une personne.
  - **Des espaces collectifs en plus grand nombre et moins spacieux** plutôt que de grandes salles de vie afin de minimiser les risques d'errance, la recherche d'angles et de coins de mur pour seul refuge et espace de repli.



# Un habitat adapté

- Optimiser les lieux alternatifs au tout collectif permettant des espaces de repli volontaire et de tranquillité.
  - Des pièces plus restreintes en taille clairement dédiées à telle ou telle activité.
  - Des locaux collectifs de taille suffisante, « ni trop grand, ni trop petit » de façon à respecter le besoin d'isolement pour certains et une vie avec les autres possible.
- (Prendre en considération les problèmes de proxémie....).



# Habitat

Des adaptations sont donc nécessaires au plan :

- Acoustique
- De l'éclairage
- Des matériaux
- Du mobilier



# Un habitat adapté

## ☹ Éviter

- Des plafonds trop hauts, par recherche d'originalité des formes, occasionnant des résonances difficiles pour les personnes hyperacousiques
- Les puits de lumière inconfortables pour d'autres.

## ☺ Privilégier

- Un éclairage doux, et indirect autant que possible
- Les lumières naturelles



# Un habitat adapté

## ☹ Éviter

Le carrelage au sol, au-delà de sa dangerosité potentielle, génère aussi beaucoup de résonance.

## ☺ Privilégier

- Des revêtements souples des sols seront choisis et leur épaisseur retenue comme critère. Il existe des dalles dont l'épaisseur atténue ou supprime les bruits de chaussures, de déplacements de chaises ou autres.
- Des lieux de vie insonorisés : des plaques de mousse ou des sortes de totems dédiés à l'absorption des bruits environnants existent et pourront être installés dans les espaces collectifs afin de réduire les nuisances sonores.
- Des matériaux de construction solides, vitres renforcées, poignées de porte adaptées,....



# Un habitat adapté

## ☹ Éviter

La diversité trop accrue de teintes dans un même espace

## 😊 Privilégier

Les murs animés de couleurs pasteltes ou nuancées de tons chauds



## Pour parfaire un environnement apaisant

- Il faut que les lieux qui constituent l'habitat soient bien délimités.
- Étayer la structuration spatiale des lieux de repères visuels
- A défaut de pièces en nombre suffisant, il est possible de délimiter des aires dans un même lieu.
- L'agencement du mobilier, mais aussi son choix peuvent en assurer l'architecture intérieure faute de cloisonnement des espaces suffisant.



# Pour parfaire un environnement apaisant

- L'essentiel est de clarifier l'espace, d'attribuer aux aires qui la composent un sens immédiat, une fonction lisible :
  - de manière à rendre lisible pour la personne ce qu'elle peut y faire et ce que l'on attend d'elle.
  - Pour faciliter une appréhension des transitions, des changements.
  - Pour renforcer la flexibilité cognitive, l'adaptabilité ainsi que les capacités d'autonomie.





# Pour parfaire un environnement apaisant

- La combinaison de ces aires entre elles et leur cloisonnement :
  - Réduisent les différentes sources de distractions, qu'elles soient sonores, visuelles, ou bien encore quand elles concernent les mouvements,
  - Permet la réduction des conduites d'errance,
  - Mobilisent les capacités attentionnelles, ainsi que la stabilité corporelle.
- C'est en ce sens qu'un environnement apaisé favorise :
  - l'inscription de la personne dans les apprentissages, les tâches qui composent sa journée
  - la possibilité de vivre sereinement au sein d'espaces qui soient en phase avec sa sensorialité.



# Un habitat fonctionnel

## Penser aussi :

- Proximité des ateliers, et ou des salles d'activités proches des lieux d'hébergement de façon à considérer :
  - ceux qui présentent une faible autonomie de déplacement,
  - ou des difficultés à gérer des changements de lieux
  - ou encore qui ne peuvent accéder à des activités de longues durées.
- Combinaison nécessaire d'ateliers rattachés ou (proches géographiquement) à l'établissement et d'ateliers excentrés.



# Penser au choix du mobilier

- L'ameublement est une variable conséquente dans la mise en œuvre d'un habitat adapté.
- Le mobilier qui impose un caractère collectif et commun doit être évité et / ou combiné avec des aménagements plus singuliers (tables et assises individuelles, revêtements tables, claustras.... )



## Penser à intégrer dans le dispositif d'accompagnement un espace dédié au retour au calme

- Ces quelques réflexions menées sur un dispositif adapté seraient incomplètes si l'habitat de ces personnes ne disposait pas d'un espace de retour calme devant :
  - Être considéré comme dispositif de prévention de crises, ou d'autres problèmes de façon à modérer des hospitalisations et des ruptures d'accompagnement.
  - pensé pour favoriser une certaine forme d'hypostimulation,
  - permettant un apaisement « naturel » rendu possible par un environnement aménagé et sécurisé



# Modifier nos représentations

**Quelques messages clés !** -Un comportement = un contexte.

## En référence aux approches comportementales :

- Considérer que le comportement se produit davantage dans un contexte et non pas comme se produisant chez une personne.

↳ Un comportement = un contexte.

- Si on considère que le comportement se produit dans un contexte,

↳ l'intervention première : Modifier le contexte !

## Enfin :

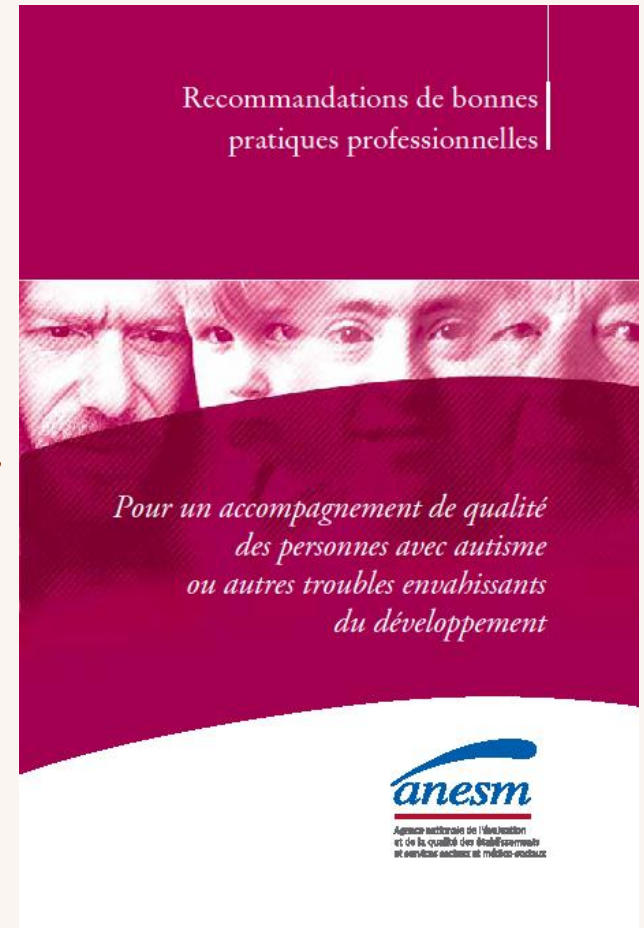
- Le changement de comportement s'effectuera probablement plus si on modifie l'environnement et beaucoup moins si on pense que c'est la personne qui doit changer.



# Anesm

Cf. ANESM, Janvier 2010,  
Recommandations de bonnes  
pratiques professionnelles,

« *Pour un accompagnement  
de qualité des personnes  
avec autisme ou autres Ted* »



# Réflexions.....

**Gérer en amont mais aussi dans l'instant !**

Répondre à la réalité des situations vécues

- Réponses aux troubles sensoriels, à des situations de stress
- Réponses aux situations de crises,
- Réponses à des comportements problèmes envahissants
- Alternative à l'hospitalisation
- Alternative à la médication

Réfléchir à la mise en œuvre au quotidien d'espaces ressources

- Lieu de retour au calme
- Lieu d'apaisement dans la quotidienneté



# Lieu d'hypostimulation

## « espace time out »

- **Une espace exempt de toutes stimulations, dénuée d'objets ou de meubles,**
- **Son usage est subordonné à des prescriptions médicales et indications rigoureuses élaborées en équipe pluridisciplinaire et avec les familles :**
  - quand il s'agit d'automutilations
  - d'hétéroagressivité,
  - de destruction massive de l'environnement
  - mais aussi quand la personne est envahie par un environnement sensoriel surchargée en stimulations.

**Doit faire l'objet d'un protocole écrit et signé par les familles et ou représentants légaux**

- Elle ne peut constituer cependant une réponse unique en cas de crises comportementales, elle est un moyen pour limiter l'essor des tensions comportementales en permettant aux équipes de terrain d'y faire face.





# Lieu d'hypostimulation

## « espace time out »

- Son utilisation peut permet d'éviter l'écueil récurrent de réponses médicamenteuses « abusives », ou de séjours temporaires voire définitifs en hôpital psychiatrique en guise de rupture.
- **Permet de différencier la fonction de ce lieu par rapport à celle d'une chambre** notamment pour les adultes présentant des conduites d'agitation pouvant occasionner une destruction matérielle des locaux.
- **L'évaluation fonctionnelle du comportement** (selon le modèle ABC) doit accompagner cette démarche et aider à préciser les modes d'accompagnements les plus favorables pour la personne.



# Un espace sensoriel

- **Une pièce d'apaisement sensoriel**, s'appuyant sur les principes de la pratique Snoezelen (contraction de deux mots hollandais : « snuffelen » qui signifie renifler, sentir et « doezelen » qui signifie somnoler, se laisser aller à la détente ; deux verbes qui évoque un équilibre entre la stimulation sensorielle et le plaisir de la relaxation corporelle dans une atmosphère propice, harmonieuse et sécurisante).
- Après des personnes autistes, **c'est l'aspect « doezelen »** qui doit être recherché et privilégié.
- Cette pièce doit être **aménagée au sein du lieu où vit la personne**, facile d'accès, peu chargée de matériaux stimulants.



# Quelques précisions

- L'agencement de cette pièce doit favoriser :
  - De petits espaces étroits feutrés agencés de banquettes lits.
  - Offrir une forme de maintien physique en réponse à des recherches de contacts corporels nécessaires à la modération de tensions corporelles, motrices et psychiques.
  - Être investi de sièges enveloppants.
  - Un plafond abaissé permettant la perception d'un espace plus rassurant.
  - L'éclairage est tamisé dans un objectif d'apaisement sensoriel.



## INTERVENIR

# Première intervention : PREVENIR !

- Favoriser un environnement de vie calme et apaisant au plan sensoriel
- Favoriser un aménagement de l'espace avec des lieux individualisés
- Visualiser l'environnement : doit être en phase avec le niveau et les modalités de compréhension de la personne
- Organiser leur temps, leur permettre de le comprendre
- Structurer leurs activités
- Prévenir les changements
- Penser à mettre en place un lieu de retour au calme



# Conclusion

- Les problèmes sensoriels rencontrés par les personnes avec autisme appellent des réponses concrètes et des moyens d'interventions réalisables par les équipes de terrain.
- Cette sensorialité atypique s'inscrit dans une appréhension plus globale de leurs caractéristiques comportementales.
- Pour ces raisons, elles ne peuvent faire l'objet uniquement de réflexions théoriques, les accompagnants doivent tenter d'en rendre compte par autant de créativité qu'il est possible d'avoir, faute de réponses standardisées.



# Conclusion

Adapter encore et toujours  
car l'accompagnement de personnes avec  
autisme  
nous impose des adaptations continues.

En vous remerciant pour votre attention

