

RAPPORT D'ACTIVITE :
Bourse Fondation Saint-Luc
Soutien nominatif, fonds des « Projets D'Eléonore »

«Des groupes d'entraînement aux habiletés sociales pour les jeunes avec autisme»

Estelle Mousset, Psychologue - Service de psychiatrie infanto-juvénile
Françoise Poncin, Logopède - Service de psychiatrie infanto-juvénile

A. Introduction

S'engager dans des interactions sociales fait partie de la vie quotidienne. Nous acquérons naturellement des compétences en habiletés sociales. Les relations interpersonnelles positives qui en découlent sont importantes pour notre bien-être et notre estime de soi. Pour les jeunes présentant un trouble du spectre autistique (1), il est compliqué de mettre du sens sur les codes sociaux, de les interpréter et de les intégrer. De plus, ils ne les acquièrent pas naturellement, étant donné leur déficit en communication et interactions sociales. L'entraînement aux habiletés sociales nous semble essentiel afin de faciliter la socialisation des jeunes avec un trouble du spectre autistique (TSA) et de diminuer les éventuels troubles anxieux et dépressifs (2). Ce type de thérapie est défini habituellement comme «l'ensemble des dispositifs et des stratégies thérapeutiques visant à améliorer les relations interpersonnelles et la compréhension de situations sociales en soutenant l'acquisition de compétences spécifiques et leur généralisation dans la vie quotidienne» (Bon L. & al, 2016). L'intervention en groupe permet de s'entraîner en s'amusant et en communiquant avec des pairs avec une mise en pratique immédiate. Ces groupes sont recommandés par le CSS, 2013 (conseil supérieur de la santé) et le KCE, 2014 (Centre Fédéral d'Expertise des Soins de Santé dans le cadre des bonnes pratiques dans l'autisme).

En 2016, la Fondation Saint Luc nous a octroyé une bourse sur les Fonds des Projets d'Eléonore. Cette bourse nous a permis de créer deux groupes d'entraînement aux habiletés sociales pour des jeunes présentant un TSA d'intensité légère, scolarisés en enseignement ordinaire. Ce projet s'avérait être un projet pilote, aucun groupe de ce type n'existant encore ni en Wallonie ni à Bruxelles. Le trouble autistique altère fortement les capacités relationnelles de ces jeunes et entrave leur intégration sociale et scolaire. Les groupes d'entraînement aux habiletés sociales ont porté sur les apprentissages sociaux nécessaires à l'intégration de ces jeunes dans la société. Les principaux thèmes abordés ont été les émotions, les règles de conversation et ce qui les sous-tend, la compréhension des situations sociales, la résolution de conflits et la gestion du stress avec des techniques de relaxation. La dynamique du groupe a permis aux jeunes d'expérimenter directement les apprentissages et de développer des relations avec les autres jeunes. Notre projet a consisté à développer deux groupes bimensuels sur un an, le premier pour les 6-7 ans et le second pour les 13-18 ans. Le premier groupe a accueilli 3 enfants, le second 4 jeunes. Les participants étaient composés d'enfants/jeunes ayant été évalués au sein du centre de référence du trouble du spectre autistique des Cliniques universitaires Saint-Luc. Ces enfants présentaient de l'autisme avec un bon niveau de fonctionnement cognitif et étaient scolarisés en enseignement ordinaire. Les deux groupes étaient animés par une logopède et une psychologue.

B. Actions par rapport à la bourse et observations qualitatives :

I. Contenu des groupes

Les séances de groupe se déroulaient tous les quinze jours pendant une heure et trente minutes. Au total, une douzaine de séances ont été dispensées sur l'année, pour chaque groupe.

Les jeunes ont reçu un classeur comprenant plusieurs parties dont un récapitulatif des notions abordées et les « challenges » à réaliser avec l'aide des parents. Les jeunes nous en parleront à chaque séance.

Au cours des séances de groupe, les compétences de base ont été abordées: langage corporel, regard et attention conjointe, tour de rôle. De plus, les compétences sociales plus avancées ont été également investies : écouter, exprimer et reconnaître les émotions, élaborer une idée, converser, comprendre les enjeux relationnels, résoudre un problème ou un conflit et décoder l'humour et la taquinerie.

Notre méthodologie s'est appuyée principalement sur le « modeling » et sur des techniques spécifiques à l'apprentissage des règles sociales. Nous avons utilisé comme médias des jeux de société, des jeux coopératifs, des jeux de rôle, des vidéos et des projets collaboratifs. Ainsi, par ces biais, les jeunes ont pu aborder les habiletés sociales et ce, notamment, en observant et en ayant plusieurs opportunités d'interactions avec leur pairs et les thérapeutes.

Les sessions étaient très structurées et rendues prévisibles avec des routines hebdomadaires et des règles de groupe claires.

Des rendez-vous ont été fixés avec les parents et le jeune pour faire un debriefing tant au niveau global que par rapport à l'évolution personnelle de leur enfant au sein du groupe. Ce rendez-vous permettait également aux parents de nous faire part de leurs observations.

II. Apports des groupes pour les jeunes avec TSA

L'évaluation de l'efficacité de ces groupes s'avère subjective et non standardisée. Nous rapportons ici nos observations cliniques des expériences de groupe, synthétisées lors de nos débriefing entre thérapeutes ainsi que grâce aux retours des parents.

Chez les petits, les principales améliorations observées concernent principalement le contact oculaire, la posture, l'écoute et l'engagement spontané dans un jeu avec leurs pairs. Dans le groupe des grands, nous avons noté une meilleure affirmation de soi, une plus grande capacité à s'intégrer dans un groupe, à respecter les règles de la conversation, à tenir compte de l'autre et à résoudre des conflits. Les parents ont mentionné une plus grande ouverture à l'autre et une plus grande attention. Ils ont aussi relaté le fait que ce groupe a été la première « expérience groupale » positive pour leur enfant.

Des recherches complémentaires seraient nécessaires pour examiner plus avant l'efficacité à long terme de ces groupes et ce, avec la création d'outils standardisés adaptés. Bien que les déficits d'interaction sociale soient une des caractéristiques principales du TSA, les habiletés sociales s'améliorent subjectivement chez les jeunes de ces groupes et chaque petit progrès peut avoir des implications positives dans leur vie quotidienne.

C. Conclusions

Grâce à la bourse, nous avons pu penser et préparer les différentes séances, en nous basant notamment sur les travaux du Dr Amaria Baghdadli (3), et les mettre en application avec des jeunes présentant un TSA.

Cette bourse nous a permis de prendre le temps de lire, de penser et de réfléchir en profondeur à ce projet avant de le lancer. Grâce à cette période de réflexion, nous avons pu acquérir des connaissances théoriques de base dans ce domaine et créer un fil conducteur, un outil « prêt à être utilisé ». Aussi, grâce à cette subvention, nous avons pu nous former sur le terrain et acquérir de l'expérience. Dès lors, cette bourse a été le moteur fondamental pour mettre en oeuvre ce projet et pour en tester l'efficacité. Elle a également permis une thérapie à moindre coût pour les parents.

Les conclusions sont positives. Les jeunes ont évolué au sein de leur groupe et ont pu, certes dans une petite mesure, transposer leurs acquis à l'extérieur. Nous observons que les groupes sont porteurs de bien-être et de changement pour les jeunes. Tous les participants étaient désireux de continuer à participer et étaient encouragés dans cette voie par leurs parents.

Pour terminer, grâce à la bourse, nous avons pu montrer la pertinence des groupes d'entraînement aux habiletés sociales et créer les outils nécessaires à leur fonctionnement. Et finalement, grâce à cette expérience positive, nous avons pu convaincre notre service de Psychiatrie infanto-juvénile au sein des Cliniques universitaires Saint-Luc d'implanter de manière permanente les groupes et ce, de manière financièrement autonome. Nous avons ouvert au mois de novembre 2017 deux nouveaux groupes, accueillant 5 jeunes chacun.

D. Remerciements

Nous tenons à remercier la Fondation Saint Luc, les projets d'Eléonore et plus particulièrement Gwenaëlle Ansieau et la 151ème promotion de l'Ecole Royale militaire pour leur soutien nominatif sur les fonds des projets d'Eléonore. Ils nous ont permis d'acquérir de nouvelles compétences dans le domaine des habiletés sociales et de vivre cette expérience enrichissante et passionnante. Les jeunes et leurs parents ont été enchantés. Nous leur en sommes reconnaissantes. Nous remercions également le Professeur Wintgens et le Professeur Charlier, pédopsychiatres et collègues, pour leur soutien dans ce projet.

-
- (1) American Psychiatric Association, trad. de Crocq M-A. & al, DSM-5 - Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, 2015.
 - (2) Bellini S., Social skills deficits and anxiety in high-functioning adolescents with autism spectrum disorders. Focus on Autism and and other Developmental Diasabilities, 2001; 16 (1) .
 - (3) Baghdadli A. & Brisot-Dubois J., Entraînement aux habiletés sociales appliqué à l'autisme: Guide pour les intervenants, 2011, De Boeck.