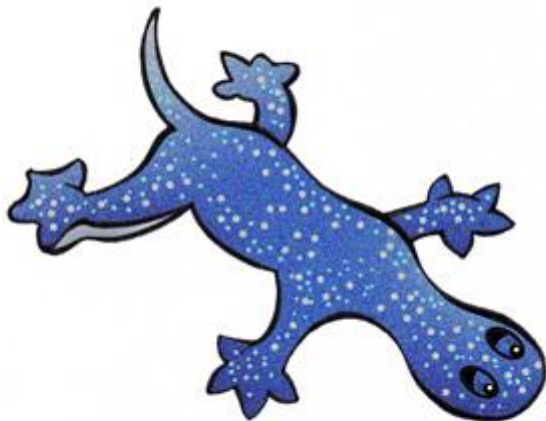


Les pictogrammes : Quoi? Qui? Comment? et Pourquoi?

Les pictogrammes! Un outil que vous venez de découvrir? On vous en a parlé ou un intervenant vous les a recommandés, mais vous ne savez pas par où commencer? Voici les premières choses à savoir pour débiter avec des pictogrammes ainsi que quelques astuces pour en maximiser l'utilisation.

Par Éliane Boulanger-Racine, éducatrice spécialisée et Josiane Caron Santha, ergothérapeute

En tant qu'intervenantes, nous recommandons souvent les pictogrammes (ou pictos pour les initiés). Pourquoi? Parce que nous observons quotidiennement les bénéfices qu'ils apportent à plusieurs enfants et à leur entourage. Pour les avoir utilisés à plusieurs reprises en intervention et avoir épaulé plusieurs familles pour leur mise en application, nous avons remarqué qu'il n'est pas toujours simple de savoir par où commencer, comment les choisir, comment les utiliser et comment les présenter à un enfant. C'est ce qui nous amène à vous faire un petit texte sur le sujet. Bonne lecture!



Référence : www.lespictogrammes.com

Qu'est-ce qu'un pictogramme?

Les pictogrammes sont de petites images, significatives pour l'enfant, susceptibles de l'aider à comprendre une consigne, un conseil, un horaire, une information ou une émotion. Elles peuvent être utiles pour permettre à l'adulte de communiquer avec l'enfant, mais aussi pour permettre à l'enfant d'entrer en communication avec l'adulte. Ce sont des images imprimées, des photos ou même des dessins simples. La plupart du temps, les images seront plastifiées pour assurer leur durabilité et on y aura apposé un velcro ou un aimant pour leur permettre d'être utilisées sur un tableau plastifié ou une surface magnétique.



Un pictogramme? Ça sert à quoi?

Un pictogramme peut avoir plusieurs fonctions. En voici 5 (il y en a beaucoup plus!):

1. Se repérer dans le temps ou dans une séquence. Utilisez des pictogrammes pour construire un horaire d'activités ou de tâches à un enfant. Stimuler son autonomie avec des pictogrammes. Par exemple, préparer une séquence d'habillage pour les vêtements du matin ou une séquence de lavage de main.



Référence image : www.lespictogrammes.com

Référence photo : Ergothérapie Les Mille-Pattes www.ergomp.com Pictogrammes provenant d'un logiciel américain Boardmaker Picture Communication Symbols par Mayer Johnson

✓**Astuce** : L'horaire peut être vertical ou horizontal. Pour les enfants qui débutent avec les horaires, l'horaire vertical sera possiblement plus concret que l'horizontal qui implique la compréhension de la directionnalité gauche-droite... qui n'est pas évidente avant l'apprentissage de la lecture.

2. Gestion des émotions. Lors d'une crise, un enfant déjà surchargé et moins disponible sur le plan auditif pourra être plus réceptif à des images qu'à des paroles pour l'aider à reprendre le contrôle. Par exemple, un pictogramme de son toutou préféré dans son coin calme pourra l'aider à gérer son émotion. Le pictogramme ne stimule qu'un sens (si on ne parle pas en même temps); la vue. Une image permet à votre enfant de recevoir plusieurs informations en un seul coup d'œil, en comparaison avec des paroles qui arrivent une après l'autre. Le picto laisse donc plus de ressources à l'enfant pour comprendre l'image et pour reprendre le contrôle.

3. Préparer l'enfant à un événement spécial. Mis sur le calendrier de l'enfant, le pictogramme pourra être une référence stable de la venue d'un événement dans un contexte du temps qui progresse. Cette activité peut l'aider à anticiper une activité anxiogène, par exemple les jours où il va en répit, ou à gérer une hâte trop grande qui occupe ses pensées.

✓**Astuce :** Faites un X ou tout autre symbole quotidiennement sur le calendrier pour aider l'enfant à prendre conscience de la progression du temps.

4. Faire une demande. Un enfant qui saisit bien la signification de ses pictogrammes peut s'en servir pour faire des demandes. S'il a faim, il peut montrer une image avec un sandwich dessus, par exemple. S'il souhaite une activité (ex. aller au parc), il peut vous montrer une image qui représente cette activité.

✓**Astuce :** Préparer un cahier de choix de pictogrammes (par exemple pour les jeux ou les collations permises) dans lequel l'enfant pourra faire ses choix.

5. Fabriquer des jeux éducatifs qui répondent au besoin de l'enfant.

(Pour les enfants plus relationnels et verbaux)

- **Jeu de mémoire.** Imprimez deux exemplaires de pictogrammes identiques et amusez-vous à trouver les paires.

- **Imitez les pictogrammes.** Pigez un pictogramme et imitez ce que le personnage fait. L'autre doit deviner.

- **Les devinettes.** Pigez un pictogramme et vous devez dire ce que le personnage y fait. L'autre doit deviner.

- **Les histoires.** Inventer une histoire en vous basant sur les pictogrammes. Baptisez les personnages.

- **Créations.** Soyez créatif et inventif! Laissez votre enfant l'être aussi. Inventez des jeux ensemble. Mélangez vos idées!

Les pictogrammes sont bénéfiques pour quels types d'enfants?



Les enfants qui bénéficieront des pictogrammes sont majoritairement des enfants qui ont des difficultés de communication, des enfants anxieux ou des enfants qui ont de la difficulté avec l'organisation. Les enfants autistes sont souvent associés aux pictogrammes, mais la réalité est que tous les enfants (et même les adultes) peuvent en bénéficier dans un contexte ou dans un autre.

✓**Astuce** : Même l'enfant qui sait lire continue d'apprécier des images qui lui plaisent, encore plus, si il a contribué à les choisir lui-même. Référence image : www.lespictogrammes.com

Comment choisir le meilleur type de pictogramme pour votre enfant?

Il existe plusieurs types de pictogrammes. Les photos, les images et les dessins maison. Choisissez un type de pictogramme que votre enfant comprend; attention à ne pas choisir ce qui vous semble le plus joli ;-). Il faudra aussi déterminer la dimension idéale ainsi que le type d'information sur le picto. Par exemple, une image d'une pomme seulement vs une image où la pomme est sur une table et derrière laquelle on voit le reste de la cuisine. Le second pictogramme peut être plus difficile à interpréter pour certains enfants.

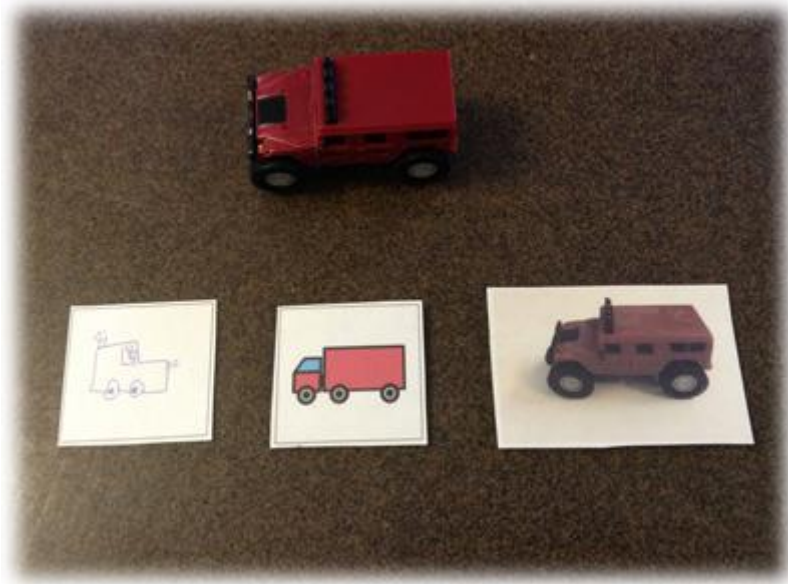
✓**Astuce** : Si votre enfant ne sait pas lire, évitez l'écriture sur le picto; cela pourra nuire à la compréhension du sens. Si vous souhaitez écrire pour votre propre bénéfice ou celui d'autres adultes, écrivez le mot à l'endo.

✓**Astuce** : Si vous êtes incertain de ce que votre enfant comprend le mieux ou préfère, faites le petit test suivant: Disposez plusieurs objets de la même couleur devant votre enfant (par exemple une voiture et d'autres objets de la même couleur).

A. Présentez-lui un dessin à la main de la voiture et voyez s'il dirige ses yeux ou touche la voiture après lui avoir montré le dessin.

B. Si ça ne fonctionne pas, montrez-lui un pictogramme.

C. Toujours rien? Essayer une photo.



Ce petit exercice vous permettra de déterminer le niveau de symbolisme de l'enfant. Refaire le même exercice pour des actions et pour des lieux jusqu'à ce que vous soyez certains de ce qu'il comprend. Attention, certains enfants ne comprennent pas la représentation du corps sur les images et s'ils l'a comprennent, ils ne font pas nécessairement l'association que la personne sur l'image est censée les représenter. Même avec les photos, il ne faut pas prendre pour acquis que l'enfant se reconnaît. Enfin, vous pouvez aussi varier les dimensions des pictos afin de déterminer celle qui sera optimale pour votre enfant. Portez attention également aux profils et aux images qui démontrent qu'une seule partie de corps (ex. une main qui brosse les dents d'une bouche sans que l'on voit le reste du corps); cela peut être incohérent pour certains enfants.

Référence photo : Ergothérapie Les Mille-Pattes www.ergomp.com

Où puis-je trouver des pictogrammes?

Pictogrammes gratuits sur le web. Une recherche sur le web vous permettra de trouver divers sites qui offrent des pictogrammes gratuits à télécharger ou imprimer. La gratuité a ses avantages, toutefois il est parfois difficile de trouver dans la même banque de pictogrammes tous les pictos dont vous avez besoin.

✓**Astuce :** Pour faciliter l'adaptation, il est préférable pour un enfant que tous les pictogrammes qui seront utilisés soient du même type (ex. tous des bonhommes allumettes ou tous en couleur etc.).

Système portatif de pictogrammes magnétiques. Ce produit est également conçu par un papa d'un enfant autiste. Les pictogrammes sont magnétiques. Ils sont prêts à utiliser ce qui sauve du temps de préparation. Divers canevas sont disponibles pour y insérer les pictogrammes (ex. petite pochette portable, tableau magnétique). Toutefois, ces types de pictogramme ne peuvent pas être insérés dans vos propres créations.

<http://www.ideopicto.com> Référence image: www.ideopicto.com

Comment présenter les pictogrammes à un enfant?

Prenez le temps de les regarder avec lui pour qu'il les apprivoise et qu'il soit en mesure de les reconnaître avant de les utiliser en contexte. S'il est en mesure de comprendre, expliquez-lui la fonction de l'outil, par exemple, «c'est pour que tu sois moins nerveux».

✓**Astuce** : Commencer par créer une association positive. Préparer des pictogrammes qui représentent des objets qui lui sont chers ou de la nourriture pour commencer afin que «l'outil» soit associé à des émotions positives d'abord. Créer des liens en alternant le doigt de l'enfant entre l'objet et le pictogramme qui le représente. Soyez patient. Éviter d'utiliser les pictogrammes pour faire des demandes ou donner des consignes à l'enfant avant qu'il ait apprivoisé et appris l'outil.

Quoi faire si ça ne fonctionne pas?

Si vous sentez que les pictogrammes ne fonctionnent pas ou fonctionnent soudainement moins bien, avant de laisser tomber, n'hésitez pas à poser des questions à des professionnels. Ils vous guideront vers de nouvelles façons de faire, une amélioration des outils, ou vous suggéreront de nouvelles façons de les utiliser. Les pictogrammes ont beaucoup de potentiel pour aider un enfant s'ils sont bien utilisés.

Finalement, les pictogrammes sont un moyen de communication permettant de comprendre un message autrement qu'avec la parole.

Une image vaut mille mots!

L'outil peut s'appliquer très tôt dans le développement de l'enfant. De plus, il stimule le développement cognitif puisqu'il travaille la capacité à faire des liens, le symbolisme et la flexibilité cognitive (pictos de type «dessin») car ils peuvent différer d'une fois à l'autre.

Suggestion de lecture : L'utilité des pictogrammes, la perspective d'une ergothérapeute, par Josiane Caron Santha

<https://www.facebook.com/notes/les-pictogrammes/lutilit%C3%A9-des-pictogrammes-la-perspective-dune-ergoth%C3%A9rapeute/969468683075476/>