



# STRUCTURATION DU TEMPS ET DE L'ESPACE

Aider une personne autiste c'est lui donner les repères pour lui permettre de mieux comprendre le monde qui l'entoure : savoir quand, où, combien de temps, à quelle heure ?

## Structuration du temps

Le temps est une **notion abstraite** qui peut faire défaut aux personnes avec autisme. Cette notion implique le fait de se représenter mentalement la chronologie des événements, d'avoir une vue d'ensemble de la journée et d'anticiper les événements.

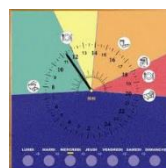
La **structuration du temps** favorise une meilleure autonomie et diminue l'anxiété. Elle permet de :

- prévenir les événements et/ou les activités
- anticiper et accepter les changements
- mieux comprendre les consignes
- pallier les difficultés mnésiques
- patienter dans les moments d'attente



La structuration du temps se fait au travers de **différents outils**, par exemple :

- time timer / sablier / minuteur
- emploi du temps visuel (journalier, semainier, synopte)
- diverses applications (par exemples, watchhelp, timetimer, etc.)



Attention, il est important que les outils utilisés tiennent compte du **fonctionnement de la personne** et qu'ils soient identiques d'un lieu de vie à un autre.

Ces outils peuvent être **mis en place par toutes les personnes** intervenant auprès d'une personne avec autisme et appliqués dans tous ses lieux de vie.

## Structuration de l'espace

La perception de l'environnement spatial peut être quelque chose de difficile pour les personnes avec autisme, ce qui implique un **aménagement particulier de l'espace**. La structuration de l'espace consiste par exemple à établir des lieux spécifiques aux actions de la vie quotidienne. Par exemple, si la cuisine est utilisée parfois pour prendre le repas, parfois pour faire une activité, la personne avec autisme aura des difficultés à définir ce qui est attendu et anticiper l'action.

La structuration de l'espace **clarifie l'environnement** et permet une meilleure anticipation des événements à venir. Elle permet à la personne de :

- mieux se situer dans l'espace grâce à des points de repère clairement établis
- comprendre les sollicitations et les demandes faites par l'entourage, et les tâches ou activités qui lui sont proposées
- augmenter son autonomie
- être davantage acteur dans son environnement
- réduire l'anxiété

Il est important de prendre en compte les **particularités sensorielles** pour aménager l'environnement.

Il s'agit d'aménager l'environnement afin de **faire correspondre un espace à une activité**, en fonction des besoins de la personne. Par exemple, si plusieurs activités sont proposées dans la même pièce, une séparation peut être aménagée grâce à un paravent ou une étagère, pour délimiter les différents espaces (coin télé, coin travail, coin repos) et ainsi rendre l'environnement clair et prévisible.



Ces outils peuvent être **mis en place par toutes les personnes** intervenant auprès d'une personne avec autisme, dans tous ses lieux de vie.



ESAT Barberousse - Haguenau