

## **L'importance de développer les habiletés sociales**

Par **Nicole Lauzon**, EAO et conseillère pédagogique de l'AOTA  
Site TA@l'école

« Les habiletés sociales correspondent donc à des savoir-faire comportementaux de nature verbale et non verbale mais aussi de nature cognitive et émotionnelle. Leur développement repose sur des modèles aujourd'hui bien éprouvés qui s'appuient à la fois sur les études de la dynamique de groupes et de remédiations cognitives. » - Lecomte et Leclerc, 2004

Les recherches démontrent que le TDAH peut se présenter en même temps que des troubles d'apprentissage et peut aussi provoquer des difficultés importantes d'intégration sociale à l'école. Les enfants souffrant de TDAH ont souvent plus de problèmes sociaux et émotionnels que les autres enfants, quel que soit le sous-type de TDAH dont ils sont atteints et qu'ils soient filles ou garçons. Les enfants souffrant de TDAH ont fréquemment du mal à se faire des amis et à conserver, pour tout un ensemble de raisons.

Par exemples :

- Ils ont parfois du mal à déchiffrer les signaux sociaux; ainsi, ils vont interrompre les autres ou refuser d'attendre leur tour.
- Ils ont parfois du mal à acquérir les compétences sociales; par exemple l'aptitude à soutenir une conversation ou la capacité à résoudre des problèmes.
- Ils ont parfois du mal à maîtriser leur comportement et leurs émotions. Il peut arriver que les autres enfants soient irrités par leur comportement hyperactif ou impulsif.
- Ils sont parfois agressifs.
- Ils réagissent parfois avec colère ou de manière inappropriée lorsqu'ils sont contrariés.
- Ils ont parfois du mal à coopérer avec leurs amis.

Voici des signes de problèmes sociaux possibles chez les enfants souffrant de TDAH que les professionnels de l'enseignement peuvent voir à l'école :

- Agir de manière agressive
- Être rejetés par leurs camarades
- Avoir de piètres compétences en conversation
- Avoir du mal à utiliser leurs compétences en conversation en société
- Manifester de la frustration ou de la colère plus vite que les autres enfants
- Être anxieux ou déprimés
- Sembler calmes et repliés sur eux-mêmes
- Être écartés ou intimidés par leurs camarades

Il est important de retenir que ces « problèmes » de comportement ne sont pas intentionnels; ils font partie de la condition. Les enfants souffrant de TDAH ont souvent du mal à réguler leurs émotions ou à maîtriser leurs réactions émotionnelles. De plus, les recherches démontrent que les enfants souffrant de TDAH peuvent également être atteints de troubles psychiatriques tels que le trouble anxieux, le trouble oppositionnel avec provocation ou le trouble de conduites. Ces troubles peuvent aussi entraver les compétences sociales et émotionnelles des enfants. Il est aussi important à retenir qu'un enfant souffrant du déficit d'attention sans hyperactivité passe souvent inaperçu puisqu'il semble simplement être « dans la lune ». Il est souvent considéré comme faisant preuve d'un manque de volonté ou d'intérêt.

### **Comment les professionnels de l'enseignement peuvent aider les enfants souffrant de TDAH et éprouvant des difficultés sociales et émotionnelles?**

Premièrement, les professionnels de l'enseignement jouent un rôle très important auprès de ces enfants. Les enfants qui ont un sentiment d'appartenance à leur école et à leur salle de classe auront davantage tendance à adopter un comportement positif à caractère sociable. De plus, ils s'engageront davantage dans leurs apprentissages. Les professionnels de l'enseignement peuvent aider ces enfants à se sentir solidaires en créant un milieu sécurisant et favorable à

l'apprentissage. Il est prioritaire que les professionnels de l'enseignement détectent les élèves à risque et les aident à acquérir les compétences voulues.

Pour aller plus loin :

- Créer des jeux de rôles en salle de classe, des jeux nécessitant le respect des règles, de la concentration et de la coopération.
- Évoquer les rapports difficiles qu'il entretient avec les autres enfants.
- Encourager l'enfant à faire preuve d'empathie en décrivant ce que les autres enfants peuvent ressentir.
- Relever les situations où il agit convenablement et parler de ce qu'il a fait et des raisons pour lesquelles ses agissements étaient appropriés.
- Évoquer ou extrapoler les conséquences des actes et des comportements, en lui demandant par exemple « D'après toi, que ce serait-il passé si tu avais agi ainsi? » ou « D'après toi, qu'est-ce que l'autre personne aurait ressenti si tu avais dit cela? ».
- Aider l'enfant à comprendre l'importance de l'espace personnel et des limites à ne pas dépasser. Par exemple, ne pas interrompre autrui et ne pas parler fort.
- Enseigner de façon explicite comment bien communiquer, à maîtriser la colère, à résoudre des problèmes et des conflits, à améliorer les habiletés en communications interpersonnelles et à faire des amis et les conserver.

De plus, les recherches indiquent selon la gravité et la nature du déficit, le TDA/H peut occasionner un retard important des acquis scolaires tels que l'apprentissage de la lecture, de l'écriture et des mathématiques. Alors, l'accumulation d'échecs scolaires subséquents risque fortement de développer un sentiment d'incompétence chez les enfants souffrant de TDA/H. On doit donc tenter d'aider ceux-ci à mieux vivre en travaillant sur leur estime de soi. Une des solutions serait l'intégration d'un enseignement explicite des habiletés sociales afin d'assurer leur succès sur le plan social. Les professionnels de l'enseignement doivent offrir en contexte de salle de classe davantage d'occasions d'apprendre, de s'exercer et de recevoir du rendement positif face à leurs comportements. Ceux-ci permettront d'accroître une estime de soi, une confiance en soi qui aidera les enfants à progresser dans leur parcours d'apprenant et de devenir des citoyens responsables.

Il existe plusieurs méthodes pédagogiques pour aider les enfants à développer des compétences sociales. La recherche montre que les méthodes sont efficaces lorsqu'ils sont exécutés dans le milieu qui pose problème à l'enfant.

« Être isolé et ne pas avoir d'amis rend également l'enfant vulnérable aux chicanes et aux harcèlements. À l'école, les "prédateurs" ciblent ceux qui sont seuls, sans défense et moins susceptibles d'être protégés par d'autres. Avoir plus d'amis peut signifier avoir moins d'ennemis. »  
- Attwood, 2007

Voici trois méthodes pédagogiques pour développer des compétences sociales. Les deux méthodes peuvent se vivre avec des élèves du cycle primaire et du cycle moyen.

### **Histoires sociales**

Les histoires sociales sont une stratégie que l'on se sert pour enseigner les habiletés sociales en salle de classe. Il s'agit d'explications écrites ou d'histoires qui indiquent à quoi s'attendre dans une situation sociale donnée, ce qu'il faut dire ou faire et ce qui va varier dans différentes situations. Les histoires sont conçues pour répondre aux besoins particuliers de l'élève souffrant de TDA/H ou autres. Elles sont adaptées à son niveau scolaire : certaines d'entre elles peuvent comprendre des images pour les lecteurs débutants ou du texte pour les lecteurs plus expérimentés. Afin d'aider l'élève souffrant d'un TDA/H à établir un lien avec la situation et à apprendre le comportement social, on peut ajouter des renseignements personnels, y compris des noms, des endroits et des détails particuliers. Le texte descriptif est rédigé de manière simple et facile à comprendre. Il décrit les routines, les règles sociales et les concepts abstraits pour lesquels l'élève a besoin de plus d'information pour parvenir à de bons résultats.

## Conseils pour la rédaction d'histoires sociales selon Gray (2000) :

Étape 1 : Déterminer l'objectif.

Étape 2 : Rassembler l'information.

Étape 3 : Adapter le texte à l'élève, ajouter les points forts de l'enfant et un énoncé positif pour conclure l'histoire.

Étape 4 : Penser à donner un titre évocateur. Cela permettra de déduire ce que l'histoire enseigne.

Étape 5 : Constituer l'histoire.

## Des outils en ligne pour aider à l'élaboration d'histoires sociales :

Le site pictogrammes.com présente des exemples de scénario social. [Cliquez sur ce lien pour accéder au site.](#)

Mille Merveilles présente des aides visuelles, outils et pictogrammes afin d'aider les enfants en difficulté. Vous trouverez aussi des ressources pédagogiques et activités scolaires pour les professionnels de l'enseignement. [Cliquez sur ce lien pour accéder au site.](#)

## Modelage par vidéo

Le modelage par vidéo est une autre stratégie qui donne de bons résultats pour l'enseignement des habiletés sociales en salle de classe. Une bande vidéo montrant les bons comportements sociaux permet d'enseigner aux élèves ayant des problèmes de comportement ou un TDAH comment agir et à quoi s'attendre dans différentes situations. On peut filmer les amis, les enseignants, les membres de la famille et l'élève faisant la démonstration d'habiletés ciblées. Le modelage par vidéo peut aussi servir à montrer de nouvelles situations, notamment un nouveau milieu scolaire ou une nouvelle situation sociale ou encore à filmer un groupe de pairs dans divers contextes démontant comment régler des conflits.

Une façon d'utiliser le modelage par vidéo consiste à filmer l'élève anxieux pendant qu'on l'incite à présenter les comportements sociaux attendus dans une situation stressante. Un montage de la vidéo est ensuite fait pour enlever toutes les tentatives infructueuses et réduire au minimum les incitations apparentes. L'élève voit alors ses propres succès et le comportement attendu.

Le modelage par vidéo peut porter sur différents thèmes et son contenu peut varier, mais il doit respecter les principes fondamentaux suivants :

- Le contenu de la vidéo doit être court et concis;
- On doit y accentuer les aspects positifs et éliminer les conséquences négatives qui pourraient survenir durant le tournage;
- La vidéo doit être tournée dans un endroit qui comporte un minimum de distractions en arrière-plan.

## Curriculum caché

« Le curriculum caché fait référence à l'ensemble de règles ou de principes qui ne sont souvent pas montrés de façon explicite : mais que l'on considère comme étant déjà connus. » - Smith-Myles, 2004

Le curriculum caché désigne un ensemble complexe de concepts et de méthodes de communication qui ne sont pas enseignés de façon explicite, mais que l'on connaît couramment. Les enfants souffrant de TDAH ne décodent pas toujours naturellement les règles ou les indices sociaux qui composent le curriculum caché et par conséquent, enfreignent plusieurs règles non écrites de la société. Ces concepts sont assortis de renseignements sociaux, subtils, mais importants, notamment le langage corporel, les mimiques, le ton de voix, les expressions familières, les clichés et les normes sociales. Ces concepts comprennent également la façon d'agir dans différentes situations, les attentes en fonction du sexe et du groupe d'âge ainsi que différentes règles culturelles. Les habiletés ciblées doivent être enseignés de façon explicite avec l'appui d'un référentiel.

## Exemples de curriculum caché :

### À la cafétéria

« Ne prend pas et ne mange pas la nourriture de quelqu'un sans lui demander. »

### Amitié

« Lorsque tu veux jouer avec quelqu'un, ne le force pas ou ne le harcèle pas s'il te dit qu'il ne peut pas jouer avec toi. »

### Aptitudes à la vie quotidienne

« Si tu n'es pas d'accord avec ce qu'affirme l'enseignant, dis-lui poliment ce que tu penses et attends sa réponse. Avoir une discussion respectueuse pour arriver à un consensus. »

« Lorsque tu fais la file, assure-toi qu'il y a suffisamment d'espace pour une ou deux personnes entre toi et la personne qui est devant toi. »

### Situations sociales

« Lorsque tu prends part à une conversation, évite de dire constamment aux autres à quel point tu es bon dans quelque chose. Lorsque tu le fais, les autres enfants n'ont plus goût de te parler. »

En conclusion, les histoires sociales aident l'élève souffrant de TDAH à se préparer et à s'exercer en vue de gérer des situations difficiles. Le fait de gérer ses émotions de façon appropriée et de se faire accepter de ses pairs augmente sa confiance en lui et ceci a un impact positif sur ses apprentissages. L'apprentissage des éléments composant le curriculum caché doit faire partie de la routine quotidienne de la salle de classe. On peut l'enseigner à l'élève individuellement ou à toute la classe. Le modelage par vidéo aide l'élève souffrant de TDAH à recevoir des rétroactions concrètes et positive à mesure qu'il apprend ces habiletés et s'exerce à les mettre en pratique. Quelle belle façon d'augmenter l'estime de soi!

## Ressources

Attwood, T. (2007). The Complete Guide to Asperger's Syndrome. Jessica Kingsley Publishers : London, UK.

Dore, L. et Rosenberg, S. (2003). Bien s'entendre pour apprendre. Les Éditions de la Chenelière : Montréal.

Gagnon, B. et St-Hilaire, N. (2005). Projets et coopération au cœur de nos actions. Les Éditions de la Chenelière : Montréal

Gray, C. (2000). The New Social Story Book. Future Horizons, Inc. : Arlington.

Lecompte, T. et Leclerc, C. (2004). Manuel de Réadaptation Psychiatrique (sous la direction). Sainte-Foy : Presses Universitaires du Québec.

Smith-Myles, B. (2004). The Hidden Curriculum: Practical Solutions for Understanding Unstated Rules in Social Situations. Autism Asperger Publishing Company.

Thames Valley Children's Center. (2009). Syndrome d'Asperger, un guide à l'intention des éducateurs.