

ENTRAINEMENT AUX HABILETÉS SOCIALES : POUR UNE MEILLEURE COMMUNICATION

Pr. David DA FONSECA

Marine PICUT

david.dafonseca@ap-hm.fr

Congrès Autisme PACA , le 2/04/2013

DÉFINITION DES HABILETES SOCIALES

- Attitudes considérées comme acceptables et attendues dans les situations sociales
- Ensemble de comportements verbaux et non verbaux qui permettent des interactions sociales de qualité
 - Contact visuel
 - Expression et compréhension des émotions
 - Initier une conversation
 - Poser et répondre à des questions
 - Faire ou recevoir un compliment
 - Répondre à des insultes....

INTERET DES HABILETES SOCIALES

- Acceptation par les autres
- Intégration dans le groupe de pairs

- Résultats scolaires
- Troubles du comportement
- Estime de soi
- Relations familiales
- Développement global
- Bien être

SYNDROME D'ASPERGER

« la personne autiste manifeste un intérêt et une conscience d'autrui pendant l'adolescence. Son problème est davantage lié à une absence d'habiletés sociales qu'à un manque d'intérêt envers les autres ».

Rutter, 1970

« Les enfants traditionnels acquièrent les usages sociaux sans leur prêter consciemment attention: ils apprennent instinctivement. Ce sont ces relations instinctives qui sont perturbées chez les enfants autistes. L'adaptation sociale doit passer par l'intellect ».

Asperger, 1991

SYNDROME D'ASPERGER

- Adolescence:

- Appétence pour les relations sociales
- Conscience des difficultés sociales
- Pression sociale importante

- Période Douleur

- Paradoxalement, l'intégration engendre Isolement et solitude
- Rejet, Stigmatisation et harcèlement (90%)
- Faible estime de soi
- Troubles anxieux voire dépressifs

- Habilités faibles mais aussi peu d'occasions pour les expérimenter...

SOCIALES

Comprendre les situations sociales

Améliorer les relations interpersonnelles

Acquisition de compétences spécifiques

Groupe: Format intéressant

Interaction avec les pairs > relation duelle

Situation plus écologique

Pratique hebdomadaire

PRINCIPES

- Approche psycho-éducative
- Approche cognitivo-comportementale
 - Jeux de rôle (ToM)
 - Modeling
 - Résolution de problème (alternatives)
 - Scénarios sociaux
 - Relaxation
- En lien avec les modèles théoriques
 - Théorie de l'esprit
 - Fonctions exécutives
 - Cohérence centrale
 - Reconnaissance des émotions

ORGANISATION des GROUPES du CRAspi

- 8 enfants/groupe
- 2 thérapeutes
- Homogénéité du groupe (âge, compétences verbales, cognitives)
- 1 séance toutes les 2 semaines
- Durée: 1h30

- Entretiens pré-groupe
 - Évaluation des compétences sociales (forces, faiblesses)
 - Définir les objectifs
- Evaluation pré/post programme

- Groupes de parents toutes les 6 séances (milieu et fin)

SPECIFICITE DES GROUPES D'ASPERGER

Prévisible

Modèle type

Routines

Structuré dans le temps

Compréhensible

Diversité des supports

Supports visuels

Favorise la
généralisation

Jeux de rôles

Exercices dans la vie
quotidienne

Liens parents, école

LES THÈMES



















- Se présenter
- Les paramètres non-verbaux de la communication (regard, intonation, gestes, distance...)
- Les émotions
- Gérer son stress
- Les pensées des autres
- Le réconfort, l'empathie
- La conversation
- Partager ses centres d'intérêt
- L'écoute active
- L'amitié, l'amour
- La sexualité
- Public/privé
- Le mensonge
- Plaisanteries, taquineries ou insultes, harcèlement ? La violence
- L'affirmation de Soi (faire un compliment/une critique, faire une demande, exprimer son opinion...)
- L'humour, L'ironie
- La résolution de problèmes
- L'attention
- La planification
- L'insertion professionnelle

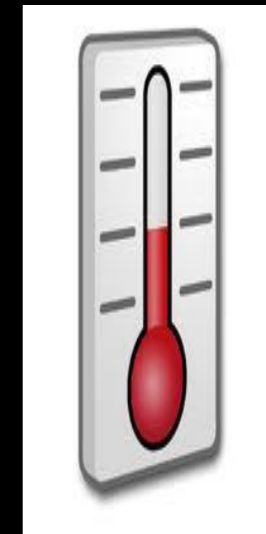
SEANCE TYPE

1. Routine de début

Humeur du jour

Je me sens...

Emotions positives				Emotions négatives				
Fierté	Surpris	Joyeux	Calme	Fatigué	Triste	Stressé	Effrayé	En colère
								
								



Temps d'échange

➔ Renforce le sentiment d'appartenance au groupe

SEANCE TYPE

2. Retour sur la dernière séance

Rappel des points clés



Discussion autour du travail à domicile

SEANCE TYPE

3. Introduction du thème

Brainstorming



Ex: Qu'est-ce que le mensonge?

Dans quelle situation peut-on y avoir recours?

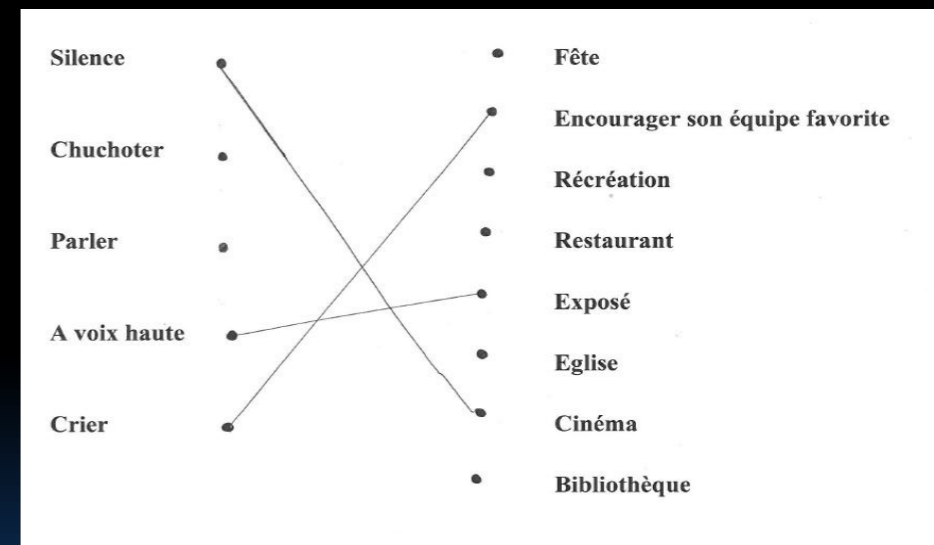
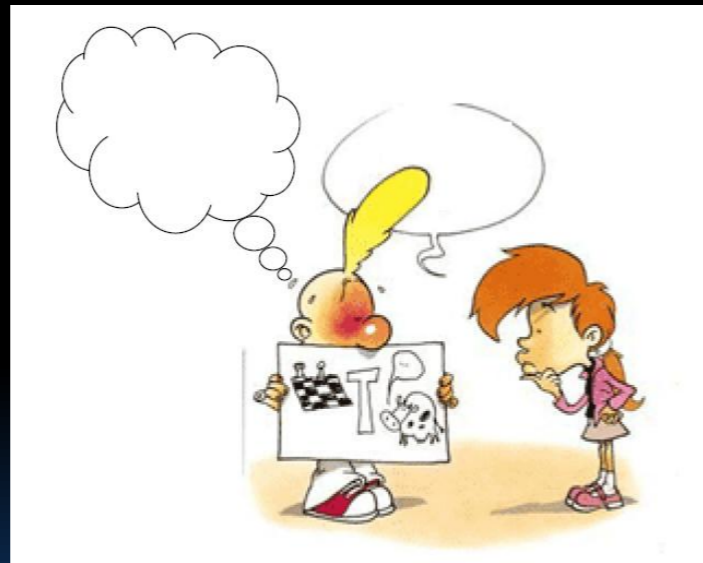
Est-ce toujours mal?

SEANCE TYPE

4. Mise en pratique

Jeux de rôles

Exercices

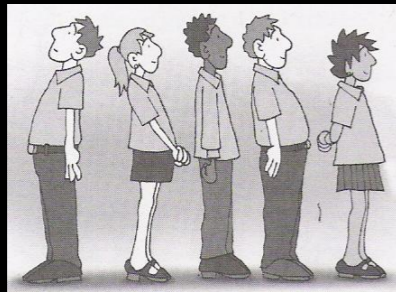


Rédaction de scénarios sociaux

LE JEU DE RÔLE



Temps de préparation



Temps de représentation



Feedback +/-

Vidéo

Ex. de situations pour la séance sur l'empathie:

- Ton ami a perdu son chat, il est très inquiet.*
- Ton ami vient de rater son permis de conduire.*

SEANCE TYPE

5. Synthèse

Identification des points clés à retenir
en petits groupes


Distribution de la fiche résumée
et du travail à domicile

➔ Favorise la généralisation

Fiche résumée de la séance

Noms :

Thème :

 Qu'avez-vous retenu ?

.....

.....


.....

.....

.....

.....

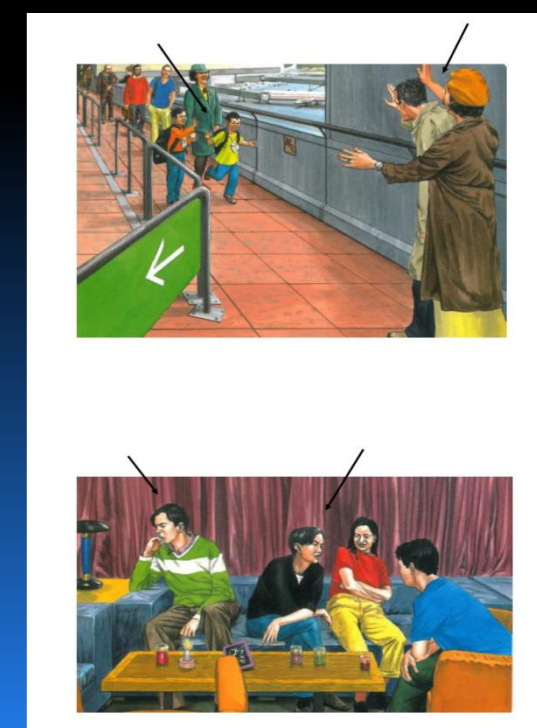
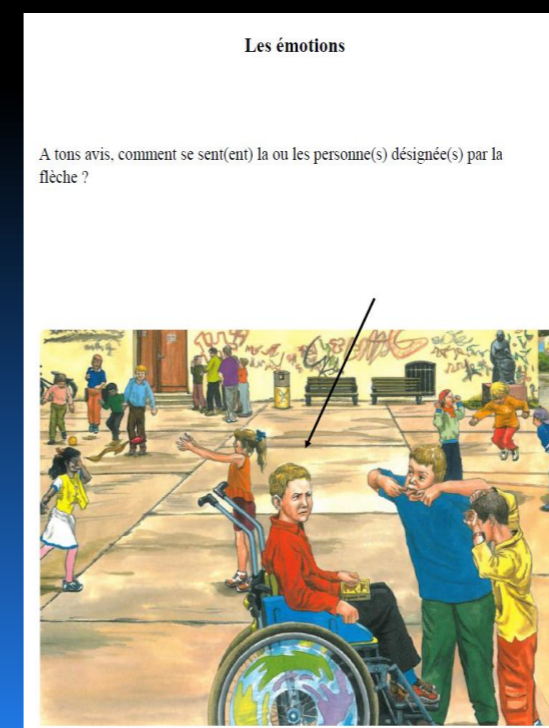
Est-ce que cette séance pourra vous être utile ?

 Beaucoup

Moyennement

Un peu

Pas du tout

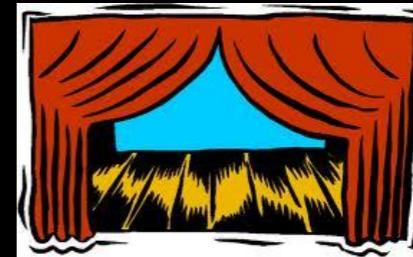


SEANCE TYPE

6. Routine de fin

« Récompense »:

Echanges sur un centre d'intérêt choisi par l'un des participants



Penser à...

Poser des questions.

S'adapter à son interlocuteur (âge, niveau de connaissance, intérêt, ...).

Vérifier que l'autre ne s'ennuie pas (importance des signaux non-verbaux).

Ne pas être trop long.

EXEMPLE DE THEME: LA MOQUERIE

- La moquerie, qu'est-ce que c'est ?
- Est-ce que vous avez déjà été victime de moqueries ?
- Comment réagir face à la moquerie ?
- Liste des différentes solutions puis discussion et évaluation
- Jeux de rôles avec solutions adaptées
- Ouverture réflexion : Est-ce que vous vous êtes déjà moqué de quelqu'un ? Que peut ressentir l'autre à ce moment-là ?

La technique de résolution de problème

Un élève se moque de moi parce que je trébuche en montant les escaliers

Je le pousse

+
Je me suis vengé

- - - -
Je vais être puni,
↑
violence

Je l'ignore

++
Il est déçu que je ne réagisse pas et s'arrête

-
Il va croire que je me laisse faire

J'en parle aux surveillants

+
Il va être puni

-
Je vais passer pour un rapporteur et risque des représailles

Je l'insulte aussi

+
Je me suis vengé

- - - -
Je vais être puni,
↑
violence

Solution retenue: Je l'ignore (**++ vs -**)

EXEMPLE DE THEME: LA GESTION DU STRESS

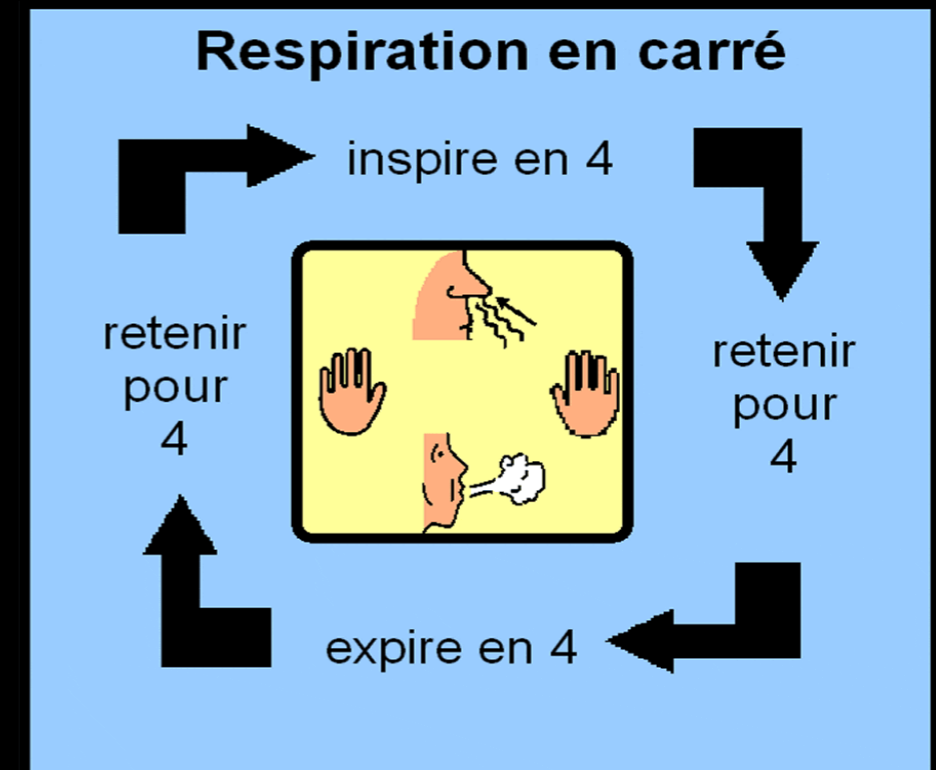
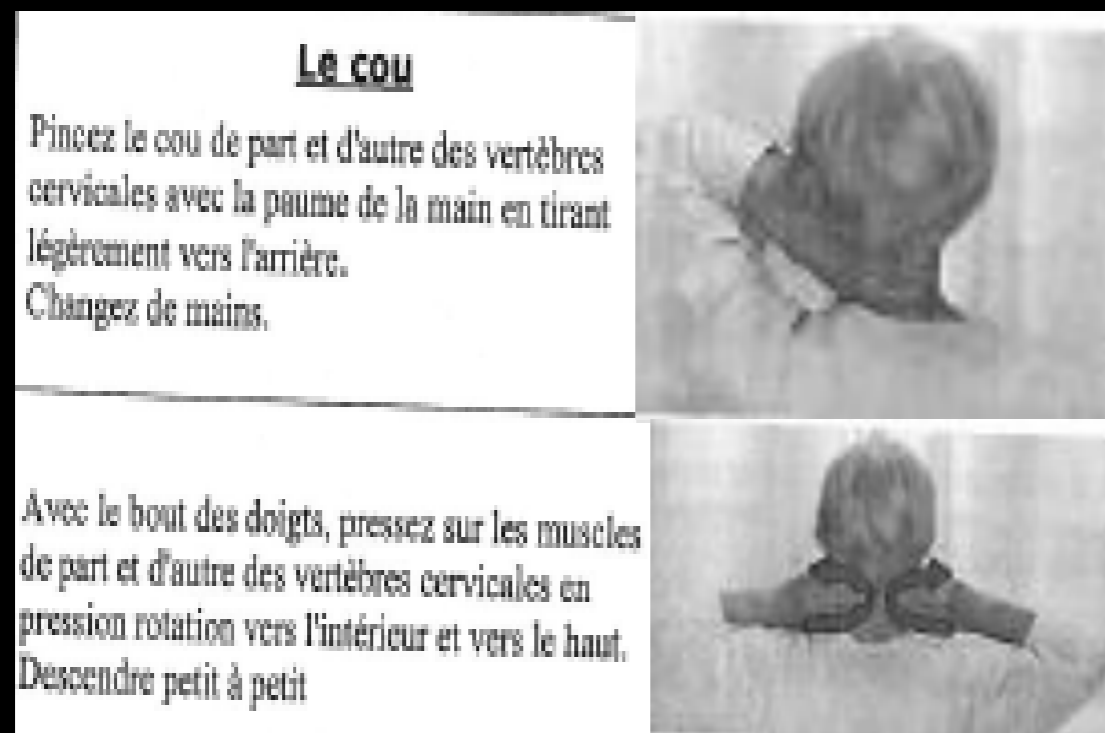
- Qu'est-ce que l'anxiété? Dans quels moments ressent-on cette émotion?
- Identification des signaux physiologiques
- « La Boîte à zen ». Mise en commun des solutions utilisées par chacun. Evaluation de l'utilité en fonction du degré de stress ressenti.
- Enseignements de techniques de relaxation, respiration et auto-massages
- Jeux de rôles avec solutions adaptées
- Travail à domicile

Les réactions physiologiques

Coche les cases qui te correspondent

	Colère	Tristesse	Peur	Joie	Honte
Cœur qui bat vite et fort					
Mal de tête					
Sans énergie					
Boule dans la gorge					
Maux de ventre					
Mains moites					
Sensation de légèreté					
Impression d'étouffer					
Tremblements					
Sensation vertige					
Sensation vide					
Tension musculaire					
Rougeur					
Jambes qui tremblent					

Quelques techniques pour t'aider à gérer ton stress...



La technique de relaxation de Jacobson

- Contracter fortement un groupe de muscles et se centrer sur les sensations de tension.
- Détendre progressivement ce groupe de muscles en se concentrant de la même façon sur les sensations de détente.
- Pour chaque groupe musculaire répéter l'exercice 2 fois. Respirez tranquillement et faites une expiration profonde après chaque exercice, lors de la détente.

Travail à domicile

L'anxiété

A partir de toutes les solutions que nous avons trouvées en séance, choisis-en trois qui te conviendraient et que tu pourrais appliquer quand tu es stressé(e).



EXEMPLE DE THEME: L'AMITIE / L'AMOUR

- Qu'est-ce que l'amitié? Qu'est-ce que l'amour? Qu'est-ce qui les différencie?

- Partage d'expériences

- Exercices

Ex: Rédaction d'une petite annonce, photomontages

- Jeux de rôles

Ex: Comment se faire un nouvel ami? Comment annoncer à quelqu'un qu'on a des sentiments amoureux pour lui?

- Travail à domicile

Ex: Aborde un camarade de classe avec qui tu n'as pas l'habitude de parler

L'AMITIE: Comment savoir qu'une personne veut être ton amie?

Une personne de ton âge cherche à entamer la discussion avec toi.

OUI

NON

Cette personne te regarde et t'écoute quand tu parles.

OUI

NON

Cette personne te pose des questions pour en savoir plus sur tes sentiments et tes intérêts.

OUI

NON

Cette personne t'invite à partager une activité avec elle (ex : jouer aux jeux vidéos, manger ensemble,...).

OUI

NON

SEDUCTION: A ton avis, plutôt mal engagé ou sur la bonne voie ?



VERS LA SEXUALITE...

Avant d'avoir
une relation
sexuelle

Temps de se connaître



**Se sentir bien avec
cette personne**



Consentement mutuel
« Je suis d'accord »
« L'autre est d'accord »



**Avoir discuté de
contraception**



Avoir discuté de santé



Est-ce que ça
marche ?

ARTICLES SCIENTIFIQUES

Combien d'études?

entre 1984 et 2012: soit 28 ans

Groupes d'HS

11- 18 ans

Diagnostic: Asperger ou Autiste de haut niveau

Mesures pré et post intervention

ARTICLES SCIENTIFIQUES

Combien d'études?

20

	Nombre de sujets	Âges	Groupe témoin
<i>Mesibov 1984</i>	15	14-35	
<i>Kamps 1992</i>	3	7	
<i>Marriage 1995</i>	8		
<i>Ozonoff 1995</i>	9	11-16	X
<i>Barnhill 2002</i>	8	12-17	
<i>Bauminger 2002</i>	15	8-17	
<i>Barry 2003</i>	4	6-9	
<i>Solomon 2004</i>	18	8-12	X (R)
<i>Webb 2004</i>	10	12-17	
<i>Sofronoff 2005</i>	71 (3/G)	10-12	X
<i>Sansosti 2006</i>	3	9-11	
<i>Tse 2007</i>	46 (8/G)	13-18	
<i>Mackay 2007</i>	46 (8/G)	6-16	
<i>Lopata 2008, 2010</i>	54 (6/G)	6-13	X (R)
<i>Beaumont 2008</i>	26 (3/G)	7-11	X (R)
<i>Herbrecht 2009</i>	17 (4 à 7/G)	9-20	
<i>Cotugno 2009</i>	18	7-11	X
<i>Stichter 2010</i>	27	11-14	
<i>Baghdadli 2010</i>	13	8-12	X (R)

GROUPES CONTRÔLES

Groupes témoins dans seulement 7 études

Efficacité ?

Apprentissages des habiletés sociales

Rares occasions de se retrouver en groupe

Cadre bienveillant

Expérimente des réussites

Eprouver du plaisir à être ensemble

Attention portée par des professionnels

Maturation

	Durée de séances	Nombre des séances
<i>Mesibov 1984</i>	<i>1h</i>	<i>12</i>
<i>Kamps 1992</i>	<i>10' X 4/S</i>	<i>Année scolaire</i>
<i>Marriage 1995</i>	<i>1h30</i>	<i>8</i>
<i>Ozonoff 1995</i>	<i>1h30</i>	<i>14</i>
<i>Barnhill 2002</i>	<i>1h</i>	<i>12</i>
<i>Bauminger 2002</i>	<i>3h/S</i>	<i>28</i>
<i>Barry 2003</i>	<i>2h</i>	<i>8</i>
<i>Solomon 2004</i>	<i>1h30</i>	<i>20</i>
<i>Webb 2004</i>	<i>1h X2/S</i>	<i>6</i>
<i>Sofronoff 2005</i>	<i>2h</i>	<i>6</i>
<i>Sansosti 2006</i>	<i>Lecture Scenarii sociaux</i>	
<i>Tse 2007</i>	<i>1h30</i>	<i>12</i>
<i>Mackay 2007</i>	<i>1h</i>	<i>12-16</i>
<i>Lopata 2008, 2010</i>	<i>6h</i>	<i>5j/S pendant 6 S</i>
<i>Beaumont 2008</i>	<i>2h</i>	<i>7</i>
<i>Herbrecht 2009</i>	<i>1h</i>	<i>17-29</i>
<i>Cotugno 2009</i>	<i>1h</i>	<i>30</i>
<i>Stichter 2010</i>	<i>1h</i>	<i>20</i>
<i>Bohdodli 2010</i>	<i>1h30</i>	<i>20</i>

	Manuel	Programmes
<i>Mesibov 1984</i>		
<i>Kamps 1992</i>		
<i>Marriage 1995</i>		<i>CV, conversation (conv)</i>
<i>Ozonoff 1995</i>		<i>ToM, conversation</i>
<i>Barnhill 2002</i>	<i>x</i>	<i>Rec</i>
<i>Bauminger 2002</i>		<i>Pairs (P)</i>
<i>Barry 2003</i>		<i>Scenarii (conv) +P</i>
<i>Solomon 2004</i>		<i>Amitié, conv, Rec+ P</i>
<i>Webb 2004</i>	<i>x</i>	
<i>Sofronoff 2005</i>		<i>TCC anxiété+P</i>
<i>Sansosti 2006</i>		<i>Scenarii sociaux</i>
<i>Tse 2007</i>	<i>x</i>	
<i>Mackay 2007</i>		
<i>Lopata 2008, 2010</i>	<i>x</i>	<i>Rec, conv, agressivité</i>
<i>Beaumont 2008</i>	<i>Détective junior</i>	<i>Stress, conv, agressivité</i>
<i>Herbrecht 2009</i>	<i>X Kontakt</i>	<i>CV, écouter, coopérer</i>
<i>Cotugno 2009</i>		<i>Stress, flexibilité, comm</i>
<i>Stichter 2010</i>		<i>Tom, Rec, FE</i>
<i>Baghdadli 2010</i>		<i>HS vs. Généraliste</i>

	Mesures Parents	Mesures Self	Autres	Résultats
<i>Mesibov 1984</i>			<i>Observation</i>	+
<i>Kamps 1992</i>			<i>Observation</i>	+
<i>Marriage 1995</i>	<i>Questionnaire</i>			-
<i>Ozonoff 1995</i>	<i>SSRS (-)</i>		<i>ToM (+)</i>	+/-
<i>Barnhill 2002</i>			<i>Danva</i>	-
<i>Bauminger 2002</i>	<i>SSRS</i>		<i>Observation</i>	++
<i>Barry 2003</i>	<i>SSRS (-)</i>	<i>Solitude</i>	<i>Observation +</i>	+/-
<i>Solomon 2004</i>	<i>SSRS (-)</i>	<i>Dépression</i>	<i>Danva, TOPS+</i>	+/-
<i>Webb 2004</i>	<i>SSRS (-)</i>	<i>Satisfaction</i>	<i>Connaissances</i>	+/-
<i>Sofronoff 2005</i>	<i>SCAS-P</i>			++
<i>Sansosti 2006</i>	<i>Observation</i>		<i>Eval Aveugle</i>	+
<i>Tse 2007</i>	<i>SSRS</i>	<i>Questionnaire</i>		+
<i>Mackay 2007</i>				+
<i>Lopata 2008, 2010</i>	<i>SRS</i>		<i>Rec (-)</i>	+
<i>Beaumont 2008</i>	<i>ERSSQ- SSQP</i>		<i>Rec, flex, stress</i>	+
<i>Herbrecht 2009</i>				+
<i>Cotugno 2009</i>	<i>WMS-SCDS</i>			++
<i>Stichter 2010</i>	<i>SSRS</i>		<i>ToM, Rec, Fe</i>	+
<i>Baghdadli 2010</i>			<i>Danva -, TOPS +</i>	+/-

	Maintien	Généralisation
<i>Mesibov 1984</i>		
<i>Kamps 1992</i>		
<i>Marriage 1995</i>		<i>Faible</i>
<i>Ozonoff 1995</i>		
<i>Barnhill 2002</i>		<i>Très Faible</i>
<i>Bauminger 2002</i>		<i>Forte</i>
<i>Barry 2003</i>	<i>6S</i>	<i>Très Faible</i>
<i>Solomon 2004</i>		<i>Très Faible</i>
<i>Webb 2004</i>		<i>Très Faible</i>
<i>Sofronoff 2005</i>	<i>6S +++</i>	<i>Groupe Parents</i>
<i>Sansosti 2006</i>	<i>2S</i>	
<i>Tse 2007</i>		<i>Forte</i>
<i>Mackay 2007</i>		<i>X</i>
<i>Lopata 2008, 2010</i>		
<i>Beaumont 2008</i>	<i>6S et 5 M +++</i>	<i>Forte</i>
<i>Herbrecht 2009</i>		<i>X</i>
<i>Cotugno 2009</i>		
<i>Stichter 2010</i>		<i>X</i>
<i>Baghdadli 2010</i>		

RÉSULTATS

Qualitatif:

Tous les parents sont satisfaits

Amélioration systématique dans le ressenti des parents vis-à-vis des compétences sociales de leurs enfants

Désir de continuer

Quantitatif: résultats moyens

beaucoup d'habiletés sociales peuvent être améliorées

techniques apprises et utilisées

efficace à court terme

NOTRE EXPERIENCE 2011-2012

Objectif: Objectiver les effets du programme

Méthode : N=17 jeunes du groupe

3 questionnaires: - Habiletés Conversationnelles
- Estime de Soi
- Empathie (parents)

t1: octobre / t2: juin

Résultats :

- Amélioration significative des habiletés conversationnelles
- Pas d'amélioration notable des autres dimensions évaluées

Mais...

Des progrès subjectifs rapportés par l'ensemble des jeunes et leurs familles, et observés par les thérapeutes

➡ Question de la pertinence des outils utilisés

Comment
progresser ?

FUTURES ETUDES

Mieux définir la spécificité du déficit des habiletés sociales des Asperger

TAG, TDAH?

TSA

Consensus nécessaires sur une définition des habiletés sociales

Utilisation de programmes identiques pour

organiser

standardiser

répliquer les procédures

FUTURES ETUDES

Groupes

mieux caractérisés (Diagnostic, QI, Langage)
plus larges et randomisés

Utiliser des outils plus sensibles et plus adaptés

Mesures très variées , SSRS - ? : inadaptés, pas spécifique,
thérapies

Multiplés recueils d'informations (Enseignants)

Observateurs neutres

MAINTIEN ET GÉNÉRALISATION

Et dans la vie quotidienne?

Participation des parents et enseignants pour la généralisation

Milieu naturel (dans les écoles?)

Des personnes non familières

A long terme?

Peu d'études

Suivis plus longs

MOTIVATION ET SITUATIONS SOCIALES

THÉORIE DE L'ENTITÉ DES HABILITES SOCIALES



THÉORIE INCRÉMENTIELLE DES HABILITES SOCIALES



MOTIVATION ET SITUATIONS SOCIALES

THÉORIE DE L'ENTITÉ DES HABLETES SOCIALES



THÉORIE INCRÉMENTIELLE DES HABLETES SOCIALES



Situation d'échec

Anxiété forte

Pas de demande d'aide

Evitement

Relations sociales +

Anxiété faible

Demande d'aide

Persévérance

Relations sociales +++

MOTIVATION ET SITUATIONS SOCIALES

- Caractériser les aspects motivationnels des sujets Asperger dans les situations sociales
- Théories implicites des habiletés sociales (Da Fonseca 2007)
- Les buts sociaux (Elliot 2006)
- L'anxiété sociale (Leibovitz)
- Persévérance
- Solitude (Russel 1980)
- Satisfaction de vie (Blais 1989)

MOTIVATION ET SITUATIONS SOCIALES

	Asperger n= 22		Control e n=12		t-value	p
	M	SD	M	SD		
TEHS	4,56	1,49	2,10	0,90	4,82	0,001
But d'approche	5,19	1,52	6,10	0,66	-1,78	ns
But d'évitement	6,31	0,99	4,40	1,50	2,05	0,0 1
Persévérance	4,57	1,66	5,65	0,76	-1,93	ns
Solitude	47,72	12,48	35,00	5,98	3,04	0,002
Satisfaction de vie	21,18	8,03	27,00	5,05	-2,09	0,04
Anxiété sociale	52,22	29,63	20,20	13,15	3,25	0,002

MOTIVATION ET SITUATIONS SOCIALES

- Est-il possible de modifier expérimentalement les théories implicites des habiletés sociales chez les sujets Asperger?
- Effet de l'induction des théories implicites
- En jouant sur le contexte peut on modifier les résultats d'épreuve de reconnaissance des émotions?

MOTIVATION ET SITUATIONS SOCIALES

Une meilleure compréhension des cognitions et des comportements inadaptés

Mise en place de stratégies cognitives

Indications importantes pour les parents et les enseignants

REMERCIEMENTS

Mr Bonnifay et l'association Autisme PACA

Marine, Aline, Myriam, Marie-Odile, Aude

Les jeunes adolescents

ainsi que leurs parents pour leur confiance