

Autism-Good-Feeling Questionnaire

Peter Vermeulen, PhD

Centre de Communication Concrète, Gent, Belgique - 2014

Contexte:

Autism-Good Feeling-Questionnaire est un outil d'évaluation informelle. Son but est de donner aux éducateurs, accompagnateurs, thérapeutes et autres professionnels des idées pour améliorer le bien-être des personnes atteintes d'un trouble du spectre autistique. L'idée de bien-être comme un objectif important dans le traitement, l'éducation et les interventions, découle du cadre «Qualité de vie» telle que développée par Robert Schalock (1997¹). Les questions posées dans ce questionnaire étaient à l'origine partie du « Questionnaire du stress dans l'Autisme » (Vermeulen, 2007), mais ont été changés en éléments permettant d'évaluer les sentiments positifs au lieu de stress, selon les principes de la psychologie positive (Seligman & Csikszentmihalyi, 2000²). Une description plus détaillée de l'arrière-plan de **Autisme-Good Feeling-Questionnaire** peut être trouvé dans l'article "La pratique de la promotion du bonheur dans l'autisme" (Vermeulen, 2014³) de la revue « Good Autism Practice » (La bonne pratique de l'autisme), dans un numéro spécial sur le bonheur et le bien-être dans l'autisme.

Utilisation:

Autisme-Good Feeling-Questionnaire vise à explorer ce qui crée des sentiments positifs à une personne autiste. Le questionnaire explore différents facteurs dans plusieurs domaines: expériences sensorielles, interactions sociales, la communication, les activités, les transitions, les activités stéréotypées et les rituels. De toute évidence, un questionnaire ne peut jamais couvrir tous les éléments possibles qui donnent à soulever des sentiments positifs. Le questionnaire est donc principalement destiné à lancer une évaluation plus détaillée du bien-être émotionnel d'une personne autiste.

Selon l'âge, le niveau développemental, les capacités linguistiques et le fonctionnement actuel de la personne vous pouvez utiliser le questionnaire de différentes façons:

- Vous laissez la personne autiste remplir le questionnaire et vous en discutez ensemble par la suite;
- Vous remplissez le questionnaire en collaboration avec la personne;
- Vous avez le questionnaire rempli par des gens qui connaissent la personne autiste très bien, comme les parents, frères et sœurs, les assistants personnels, les accompagnateurs.

Les éléments qui ne peuvent pas être marqués devraient encourager des explorations, observations et des interviews additionnels.

¹ Schalock, RL (Ed.). (1997) *Quality of life: Vol. II. Application to persons with disabilities* Washington, DC. American Association on Mental Retardation.

² Seligman, M. & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive Psychology: An Introduction* *American Psychologist*, 55 (1), 5-14.

³ Vermeulen, P. (2014). *The practice of promoting happiness in autism* – in: Jones, G. & Hurley, E. (Eds), *Good Autism Practice: Autism, happiness and wellbeing*. (pp. 8-17). Birmingham: BILD Publications.

Licence d'utilisation:

Ce questionnaire peut être copié et distribué sans limites, mais seulement pour une utilisation directe dans le soutien des personnes atteintes d'autisme.

L'utilisation du questionnaire dans des publications, des présentations, des conférences et des ateliers est interdite sans l'autorisation écrite préalable de l'auteur et du Centre de Communication Concrète. Cette restriction est également valable pour les versions personnalisées et des traductions de ce questionnaire. Aussi le nom "**Autisme-Good Feeling-Questionnaire**" est protégée par des droits d'auteur.

Décharge de responsabilité:

L'utilisation du questionnaire est entièrement à la charge et aux risques de l'utilisateur. L'auteur et le Centre de Communication Concrète déclinent toute responsabilité pour les conséquences d'une utilisation contraire à l'éthique, inappropriée ou incompétente du questionnaire. Une bonne utilisation du questionnaire nécessite une connaissance approfondie du style autiste de traitement de l'information.

Autism Good Feeling Questionnaire

Le questionnaire contient des éléments faisant référence à toutes sortes de choses qui peuvent donner à une personne un bon sentiment. Il est évident que chaque personne est différente. Ce qui donne un bon sentiment à une personne, peut être très désagréable pour une autre personne.

Ci-dessous, vous pouvez indiquer dans quelle mesure les choses ou les événements vous donnent un bon sentiment. Pour chaque catégorie d'éléments, il y a lieu d'ajouter des choses qui ne sont pas mentionnés dans la liste.

Chaque «élément» peut être marqué comme suit:

3: *Cela me donne un bon sentiment* - j'aime beaucoup cela

2: *Cela me donne un bon sentiment* - j'apprécie cette

1: *Cela me donne un peu de bon sentiment* - j'apprécie cela un peu

0: *Cela ne me donne pas un bon sentiment* - je n'apprécie cela en particulier

(neutre, je me sens rien) ou je trouve même cela désagréable

?: *Je ne sais pas si cela me donne un bon sentiment*

Évidemment, cette liste est non exhaustive. Par conséquent, il reste de la place pour ajouter des choses qui vous font sentir bien ou que vous aimez.

Aspects sensoriels

	3	2	1	0		?
Certain lumière, à savoir:.						
Certains sons, à savoir:.						
Un certain genre de voix, à savoir:.						
Silence						
Certaines odeurs, à savoir:.						
Certains stimuli tactiles, à savoir:.						
Être touché						
Être câliné						
Être embrassé						
Chaleur						
Du froid						
Certains aliments, à savoir:.						
Certaines boissons, à savoir:.						
Certains articles que je voudrais aborder, à savoir:.						
Certaines conditions météorologiques (s'il vous plaît préciser:)						
Une couverture en laine polaire autour de moi						

Aspects sociaux

	3	2	1	0		?
La proximité de certaines personnes, à savoir:						
Voir certaines personnes, à savoir::						
Quand quelqu'un commence une conversation avec moi						
Quand quelqu'un me demande de mes hobbies / intérêts						
Être invité à rendre visite à quelqu'un						
Manger ou boire quelque chose avec quelqu'un						
Jouer un jeu avec quelqu'un (quel jeu?)						
Quelqu'un qui m'aide avec une tâche difficile						
Des soirées / fêtes						
Voyager avec quelqu'un						
Etre seul						
L'animation et l'agitation d'un groupe de personnes						
Quand il y a peu de gens dans la même chambre que moi						
Activité de groupe (par exemple des sports.), à savoir::						
Obtenir un "like it" sur Facebook ou d'autres médias sociaux						
Recevoir un compliment						
Être en ligne sur Facebook (ou autres médias sociaux)						
La proximité de certaines personnes, à savoir:						

Communication

	3	2	1	0		?
Être appelé						
Être regardé - Contact avec les yeux						
Quand les gens me demandent « Comment allez-vous ? »						
Quand quelqu'un me demande au sujet de mon hobby / ma passion						
Obtenir une tape						
Un clin d'œil à moi						
Blagues et humour (quel genre de?)						
Quand je reçois du temps pour penser à une réponse à une question						
Communication écrite						
Communication via email / Facebook etc.						
Un appel téléphonique						
Parler de mes sentiments						
Parler de mon sujet (s) préféré, à savoir ::						
Instructions et devoirs claires						
Quand les choses sont visualisés						
Quand je reçois assez de temps pour dire ce que je veux dire						
Remplir des questionnaires comme celui-ci ...						

Changements - transitions

	3	2	1	0		?
Lorsque des changements sont bien annoncés à l'avance						
Lorsque des changements sont annoncés peu à l'avance						
Lorsque les changements ne sont pas annoncés à l'avance						
Nouvelles activités						
De nouvelles personnes						
Nouveaux endroits						
Se lever le matin						
Aller à l'école / travail						
Breaks / pauses						
Rentrer à la maison						
Aller dormir						
Pouvoir accomplir une tâche ou une activité						
Obtenir suffisamment de temps pour les transitions / changements difficiles						
Lorsque d'autres adhèrent aux accords conclus						
Lorsque les activités démarrent et arrêtent à temps						
Quand je reçois une explication claire au sujet du changement						
Quand tout est dans le bon endroit						

Rituels / stéréotypies

	3	2	1	0		?
Quand je peux effectuer mes rituels / rites sans être dérangé						
Avoir un lieu et le temps pour mes activités stéréotypées						
Quand on me dit qu'il est OK que je me comporte de manière stéréotypique						
Si je peux faire un certain rituel, à savoir::						
Si je peux terminer un certain train de pensée, à savoir::						

Evénements agréables

	3	2	1	0		?
Rencontrer des gens préférés, à savoir:.						
La perspective de rencontrer des gens préférés						
Faire mon activité préférée, à savoir:						
La perspective de faire mon activité favorite						
Obtenir un cadeau / présent						
Surprises						
Recevoir une récompense, à savoir:						
Rencontrer des gens préférés, à savoir:.						

Activités / programme

	3	2	1	0		?
Beaucoup de variation dans mes activités / mon programme						
Peu de variation dans mes activités / mon programme						
Etre capable de choisir mes activités						
Beaucoup de choix dans la gamme des activités						
Choix limité dans la gamme d'activités						
Activités courts						
Activités longues						
Activités faciles						
Activités difficiles						
Activités avec un temps limité ou avec un délai						
Activités sans pression de temps / délai						
Des activités qui sont très structurés et prévisibles						
Activités avec un fin clair et prévisible						

Quels sont les (genre de) activités qui vous donnent un bon sentiment:

**Y at-il certaines personnes qui vous font sentir bien?
Écrivez-les ci-dessous. Essayez de noter de ce que ces gens font pour vous faire
sentir bien.**

Y a-t 'il aussi certains objets qui vous donnent un bon sentiment? Ou des animaux? Ou certains endroits? Écrivez-les ci-dessous:

Y a-t 'il certaines pensées, des idées qui vous font sentir bien? Des choses, des gens ou des événements dans vos pensées qui vous donnent un bon sentiment? Écrivez-les ci-dessous:
