Grille d'observation des comportements

Observer pour mieux comprendre et accompagner — familles et professionnels.

Avant de chercher à faire cesser un comportement…

Demandons-nous **ce que la situation nous apprend** sur les besoins de la personne, ses possibilités de communication et son environnement. Une difficulté peut être influencée par la douleur, la fatigue, l'anxiété, une demande, une transition ou une gêne sensorielle.
Observer ≠ diagnostiquer : un épisode ne suffit généralement pas à identifier sa cause ou sa fonction.

Quatre repères pour observer

01 LE CONTEXTE

Sommeil, fatigue, inconfort, santé, bruit, lumière, changement de routine, événements récents.

02 AVANT

Que s'est-il passé juste avant ? Consigne, demande, transition, attente, refus, arrivée, séparation…

03 PENDANT

Que fait la personne, précisément ? Décrire les gestes, paroles, durée et risques observables.

04 APRÈS

Que s'est-il passé ensuite ? Modification de la demande, réaction d'autrui, aide ou pause proposée.

Distinguer les faits et les hypothèses

OBSERVATION	« Se bouche les oreilles après le démarrage de l'aspirateur. »
HYPOTHÈSE	« Le bruit est peut-être inconfortable. » À vérifier, pas à présenter comme un fait.

Trois précautions qui changent tout

- **Observer aussi les situations où la difficulté n'apparaît pas** : elles peuvent révéler des conditions aidantes.
- **Prendre en compte la parole et la communication de la personne**, y compris lorsque l'expression n'est pas verbale.
- **Rester vigilant aux causes médicales** : un changement brutal ou une douleur suspectée peut nécessiter un avis médical.

Grille à remplir

Une feuille par épisode. Utiliser un code ou pseudonyme ; conserver les données de manière sécurisée.

Code / pseudonyme : _____ **Date :** _____

Comportement observé (définition précise) : _____

Décrire un épisode, sans interpréter

LIEU / ACTIVITÉ
Où ? Quelle activité ? Qui est présent ?

CONTEXTE GÉNÉRAL
Sommeil, santé, douleur possible, bruit, imprévu…

AVANT
Événements immédiatement précédents.

PENDANT
Gestes, paroles ou actions précisément observés.

DURÉE / RISQUE
Durée, fréquence et risque observé.

APRÈS
Réactions, modifications, aide proposée, pause…

EXPRESSION
Besoins ou inconfort exprimés par la personne.

Une situation comparable sans difficulté

Quand le comportement ne s'est-il **pas** produit alors que la situation était similaire ?

À noter : ne pas provoquer un épisode pour remplir la grille. Observer dans des conditions ordinaires, sûres et respectueuses.

Comprendre et ajuster

Transformer plusieurs observations en hypothèses prudentes, puis mesurer les adaptations utiles.

1. Rechercher des régularités

Comparer les moments où la difficulté apparaît et ceux où elle n'apparaît pas. Explorer les facteurs **sensoriels, médicaux, relationnels, environnementaux** et les possibilités de communication.

HYPOTHÈSE À VÉRIFIER (pas une conclusion)

Lorsque _____, le comportement _____ semble apparaître plus fréquemment, possiblement en lien avec _____.

2. Choisir une adaptation concrète

Nous allons essayer : _____

Pourquoi cette adaptation ? _____

Comment la personne peut-elle exprimer son besoin ? _____

3. Vérifier ce qui change

Comparer des situations semblables ; suivre aussi la communication, le confort et la participation.

INDICATEUR	AVANT	APRÈS
Épisodes / occasions comparables		
Durée ou risque (si pertinent)		
Possibilité d'exprimer un besoin		
Confort, participation et autonomie		

Exemple de raisonnement (fictif)

Fait : au changement d'activité, la personne saisit le vêtement de l'adulte. **Hypothèses :** arrêt difficile, anticipation insuffisante, demande de temps supplémentaire inaccessible. **Essai :** préparer un point d'arrêt, annoncer la suite et proposer un moyen de demander du temps. **Suivi :** comparer plusieurs transitions, la détresse et la communication.

PRÉCAUTIONS ET SOURCES

Ne pas pathologiser un comportement sans préjudice ; rechercher douleur ou inconfort ; ne jamais provoquer une crise ; protéger les données personnelles. En cas de difficulté importante ou de risque, solliciter une évaluation spécialisée.

HAS (2026) • Autisme : interventions et parcours de vie
HAS / Anesm (2016, actualisée 2018) • Comportements-problèmes
NICE CG170 (2013, actualisée 2021) • TSA, moins de 19 ans
NICE NG11 (2015) • Behaviours that challenge et déficience intellectuelle