

**PDF GRATUIT À
IMPRIMER**

La roue des besoins TND

Et si ce qu'on appelle "comportement" était surtout un besoin à comprendre ?

Un outil simple pour sortir de l'interprétation rapide

Il ne sert pas à poser un diagnostic. Il aide à regarder autrement une situation difficile : crise, refus, agitation, opposition, retrait, épuisement, explosion ou blocage.

Z'atypique

Accompagnement TND - besoins, sensoriel, école, MDPH, aidants
www.zatypiquetnd.fr

Pourquoi utiliser cette roue ?

Pour passer de 'il fait exprès' à 'qu'est-ce qui se joue ?'.

Le comportement est souvent la partie visible.

Derrière, il peut y avoir de la fatigue, une surcharge sensorielle, une incompréhension, une peur, un environnement trop coûteux, un besoin de mouvement, une transition trop brutale ou une difficulté à communiquer.

1. J'observe

ce qui se passe vraiment, sans conclure trop vite

2. Je relie

le comportement à une ou plusieurs hypothèses de besoin

3. Je teste

une adaptation simple et je regarde si ça change quelque chose

À retenir

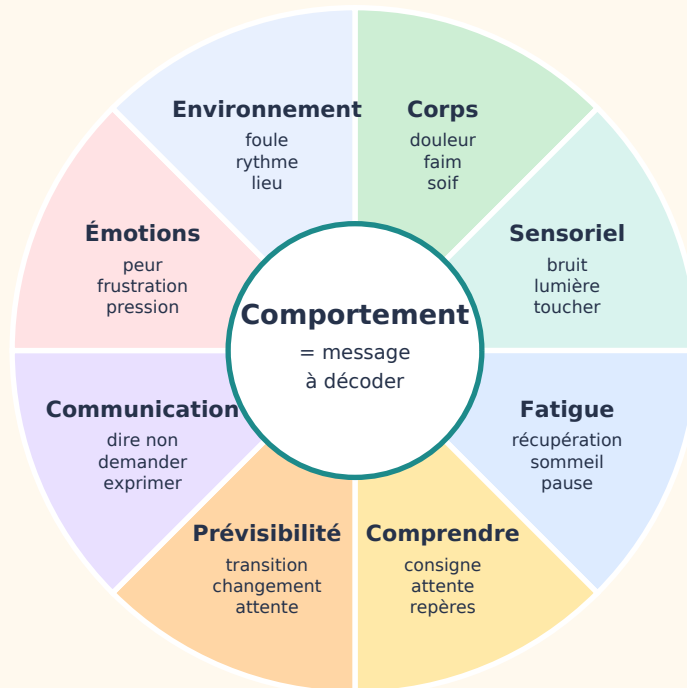
La roue ne donne pas LA réponse. Elle ouvre des pistes. Une même situation peut mélanger plusieurs besoins : fatigue + bruit + consigne floue + changement imprévu, par exemple.

La situation que je veux mieux comprendre :

Exemple : devoirs, repas, sortie, école, coucher, transition...

La roue des besoins

Entoure ou coche les zones qui pourraient être en jeu.



Choisis 1 à 3 zones possibles. On ne cherche pas une vérité parfaite, on ouvre des pistes.

Ma première hypothèse :

Ma deuxième hypothèse :

Ce que je veux vérifier :

Repérer les besoins possibles

Coche ce qui ressemble le plus au quotidien observé.

<input type="checkbox"/> Corps : douleur, faim, soif, inconfort, vêtement qui gêne	<input type="checkbox"/> Compréhension : consigne floue, implicite, trop d'étapes
<input type="checkbox"/> Fatigue : fin de journée, récupération insuffisante, sommeil compliqué	<input type="checkbox"/> Prévisibilité : changement, transition, attente, surprise
<input type="checkbox"/> Sensoriel : bruit, lumière, odeur, toucher, foule, mouvement	<input type="checkbox"/> Communication : difficulté à demander, dire non, expliquer
<input type="checkbox"/> Environnement : lieu trop rempli, rythme trop rapide, trop d'attentes	<input type="checkbox"/> Émotions / sécurité : peur, pression, injustice, frustration

Ce qui revient le plus souvent :

Moments, lieux, personnes, demandes, sons, transitions, fatigue...

Tableau d'observation rapide

Une situation difficile peut devenir plus lisible quand on note les bons éléments.

Ce que j'observe	Besoin possible	Ce qui pourrait aider

Astuce

Ne cherche pas à tout expliquer en une fois. Commence par une situation qui revient souvent et observe-la pendant quelques jours.

Transformer une hypothèse en adaptation

Une piste devient utile quand elle est testée dans le réel.

Si le besoin est sensoriel

baisser le bruit, adapter la lumière, prévoir une pause, proposer un outil au bon moment

Si le besoin est compréhension

simplifier la consigne, montrer un exemple, réduire les étapes, vérifier que la demande est claire

Si le besoin est prévisibilité

annoncer les changements, utiliser un repère visuel, préparer la transition, donner un temps d'attente clair

Si le besoin est récupération

prévoir une vraie pause, alléger la fin de journée, repérer les signes avant surcharge

L'adaptation que je teste cette semaine :

Une seule chose, simple, observable.

Bilan après quelques jours

Le but n'est pas de réussir parfaitement, mais de repérer une tendance.

Ce qui a un peu aidé :

Ce qui n'a pas aidé :

Ce que je comprends mieux :

Ce que je veux transmettre à l'école / aux pros :

Important

Cet outil ne remplace pas un avis médical, paramédical ou psychologique. Il sert à mieux observer, préparer un échange et ouvrir des pistes d'adaptation.

Et si tu veux aller plus loin ?

Z'atypique peut t'aider à transformer tes observations en pistes concrètes.

Quand tout se mélange, je t'aide à reprendre la situation autrement : besoin, contexte, sensoriel, école, quotidien, fatigue, communication.

Concrètement, je peux t'aider à :

relire ce qui se répète, repérer les besoins possibles, prioriser les adaptations, préparer ce qui doit être expliqué à l'école ou aux professionnels, et faire le lien avec les démarches quand c'est nécessaire.

Le lien avec l'accompagnement sensoriel

Si les signes sensoriels sont importants, on peut aller plus loin avec un conseil sensoriel ciblé ou une analyse du profil sensoriel et perceptif, notamment à partir du CPS-R de Bogdashina.

Tu n'as pas besoin d'arriver avec des réponses.

Tu peux venir avec du flou, des exemples, des observations, des comportements difficiles à comprendre et l'impression d'avoir tout essayé. C'est justement le point de départ du travail.

Découvrir les accompagnements Z'atypique

www.zatypique.tnd.fr - Contact : zatypique.tnd@gmail.com

Accompagnement non médical, non thérapeutique, hors conseil juridique.