

## Rédiger une histoire sociale

### Étape 1 : Choisissez votre sujet

Les histoires sociales servent à enseigner une règle ou une consigne (par exemple, « Je garde mes mains pour moi »), à résoudre un problème (par exemple, « Je mets seulement de la nourriture dans ma bouche »), à présenter un concept (par exemple, « J'utilise mes mots pour demander de l'aide ») ou à raconter un scénario (par exemple, « Mon rendez-vous chez le dentiste »). Avant d'aller plus loin, choisissez un sujet pertinent pour l'enfant à qui vous raconterez votre histoire sociale.

### Étape 2 : Déterminez le fil de votre histoire

Voici ma formule. Je personnalise l'histoire dès la première page. Je commence par le nom du personnage et par un élément positif. J'aborde ensuite la situation problématique, puis j'explique comment y remédier. Je décris la façon dont les bons choix peuvent avoir des conséquences positives et permettre de résoudre la situation. Enfin, je réutilise souvent la même conclusion, où tous les personnages sont heureux ou fiers. Vous trouverez en pièce jointe des exemples d'histoires sociales, y compris des gabarits à remplir pour créer facilement vos propres histoires.

Je vous conseille de mettre l'accent sur les comportements à privilégier plutôt que sur les comportements nuisibles ou à éviter. Les jeunes enfants, même ceux qui savent lire et dont le langage expressif est bien développé, ont parfois de la difficulté à interpréter les informations présentées par la négative. Au lieu d'écrire « Je ne frappe pas », écrivez plutôt « Je garde mes mains pour moi ». Au lieu d'écrire « Je ne coupe pas la file », écrivez « J'attends mon tour ».

### Étape 3 : Évaluez le niveau de compréhension de l'enfant

Si l'enfant lit couramment, les images ne sont pas nécessaires, sauf pour agrémenter la lecture. Vous pouvez simplement rédiger votre texte à l'ordinateur, et le tour est joué! Dans le cas d'un enfant qui ne lit pas encore, servez-vous d'images et de dessins pour illustrer l'histoire, en vous assurant de faire des liens clairs entre les illustrations et le texte. Si vous avez des doutes, n'utilisez que des illustrations et racontez l'histoire à voix haute. L'enfant fera plus facilement le lien entre les images et ce qu'elles représentent.

### Étape 4 : Facilitez la compréhension

Choisissez des images et photos qui représentent fidèlement le concept abordé. Google Images est l'endroit idéal pour trouver ce que vous cherchez. Il suffit de vous rendre sur la page [google.com/images](https://www.google.com/images) et d'indiquer ce que vous cherchez dans la barre de recherche. Vos photos

devraient être faciles à interpréter, même pour un enfant qui ne sait pas lire. Si votre texte indique « Je garde mes mains pour moi », vous pourriez choisir une photo d'une personne avec les mains dans les poches, par exemple. L'idéal pour faciliter la compréhension est d'utiliser des photos de l'enfant à qui le livre s'adresse ou des photos de son milieu de vie!

### **Étape 5 : Déterminez le format**

Avez-vous l'intention d'imprimer votre histoire sociale sous forme de petit livre? Rédigez-vous un texte tenant sur une seule page? À vous de choisir. Les histoires comportant plusieurs pages fonctionnent bien pour les enfants qui se laissent facilement distraire ou qui aiment tourner les pages d'un livre. Un texte suivi sur une seule page peut très bien faire l'affaire pour un enfant plus âgé qui n'a besoin que d'un rappel à l'occasion. En cas de doute, demandez à l'enfant ce qu'il préfère!

En ce qui concerne le format, les possibilités sont nombreuses. Vous pourriez utiliser une image et une ligne de texte par page, question d'alléger la lecture et de rendre le livre très visuel. Une autre option est de réduire la taille des images pour en placer deux sur votre page, accompagnées chacune d'une ligne de texte. Cette approche permet de réduire l'utilisation de papier et d'encre. Ensuite, imprimez votre histoire sociale et découpez les feuilles de papier au besoin.

### **Étape 6 : Préparez le document final**

Si vous n'utiliserez cette histoire qu'une fois ou deux, imprimez-la sur du papier standard. Toutefois, si vous comptez la réutiliser, imprimez-la sur du papier cartonné ou laminez les pages. Vous pourriez demander à l'école de le faire, ou vous rendre à un magasin d'articles de papeterie ou de fournitures de bureau. Une fois le document laminé, percez un trou dans le coin supérieur gauche de chaque page avec un poinçon et reliez les pages avec un anneau.

### **Et voilà, c'est fait!**

Vous avez donc en main votre toute première histoire sociale. Félicitations! La formule est simple et vous n'aurez aucune difficulté à en préparer d'autres par la suite. Vous trouverez ci-dessous des exemples où il suffit de compléter le texte déjà fourni. Choisissez le moment opportun pour lire votre histoire. L'enfant devrait être calme et réceptif. Au besoin, relisez l'histoire fréquemment pour approfondir l'apprentissage ou pour faciliter le déroulement de la situation décrite dans l'histoire (par exemple, avant une visite chez le dentiste).

## Gabarits d'histoires sociales

### Enseigner une règle

Je m'appelle \_\_\_\_\_ et je vais à l'école [école] (ou remplacez l'école par un autre contexte dans lequel la règle s'applique).

À l'école, quand je [scénario], je sais que je dois [règle à suivre].

Je peux le faire en [ce que l'enfant doit faire pour suivre la règle].

Quand je suis cette règle, je [conséquence positive].

Quand je [ce que l'enfant doit faire pour suivre la règle], mes amis et mes enseignants sont contents, et moi aussi!

### Résoudre un problème

Je m'appelle \_\_\_\_\_ et j'aime [quelque chose en lien avec l'histoire].

Mais parfois, quand je [quelque chose en lien avec l'histoire], je [comportement problématique].

[Mes amis, ma famille, d'autres personnes concernées] se sentent [sentiment négatif qui en résulte].

Cela peut [conséquences négatives pour l'enfant].

Maintenant, au lieu de [comportement problématique], je [comportement acceptable qui remplace le comportement problématique, mais qui répond au besoin à l'origine du problème].

Quand je fais de bons choix, mes amis et ma famille sont contents, et moi aussi!

### Présenter un concept

Je m'appelle \_\_\_\_\_ et j'aime [quelque chose en lien avec l'histoire].

Parfois, quand je [scénario], il arrive que [problème résultant d'une incompréhension du concept].

Cela peut [conséquences négatives pour l'enfant].

Maintenant, quand je [situation où le concept enseigné s'applique], je [concept enseigné] et [conséquence positive].

Quand je [concept enseigné], mes amis et ma famille sont contents, et moi aussi!

## Expliquer une situation ou une activité

Je m'appelle \_\_\_\_\_ et je [quelque chose en lien avec la situation].

Parfois, je dois [situation]. Quand je pense à cela, je me sens [émotion].

Mais ce n'est pas grave. Maintenant, je sais exactement quoi faire quand [situation].

Premièrement, je [première étape]

Deuxièmement, je [deuxième étape] (ajoutez d'autres étapes au besoin).

Si je ressens [émotion], je sais que je peux [nouvelle compétence].

Quand je fais [comportement souhaité], j'obtiens [conséquence positive]. Ça me fait plaisir.

Maintenant que je comprends [situation], je me sens mieux! Ma famille est fière de moi!

---

## Exemple d'histoire sociale

**Page 1** : Je m'appelle Mohammed et j'aime me sentir bien propre. [Photo de Mohammed ou d'un autre enfant propre et souriant.] **Page 2** : Parfois, quand ma mère me demande de me brosser les dents, je lui dis non et je vais me coucher sans le faire. [Photo d'un enfant qui dit non ou de dents non brossées.] **Page 3** : Le lendemain, mon haleine ne sent pas bon. J'ai parfois mal aux dents. [Photo d'un enfant qui se tient la mâchoire ou qui semble ressentir de la douleur.] **Page 4** : Les amis à l'école n'aiment pas mon haleine. Je n'aime pas avoir mal aux dents. [Photo d'un enfant triste.] **Page 5** : Maintenant, quand je dois me brosser les dents, j'utilise ma brosse à dents spéciale des Tortues Ninja et je les brosse jusqu'à ce que le sablier soit vide! [Photo d'une brosse à dents ou d'un sablier.] **Page 6** : Ma mère me récompense avec un autocollant d'étoile. [Photo d'un autocollant d'étoile.] **Page 7** : Quand je me brosse bien les dents, c'est bon pour moi et pour ma famille et mes amis! [Photo d'une famille heureuse ou d'un pouce en l'air.]