Comment un papa, des grands-parents, des tantes et des oncles peuvent soutenir un enfant autiste à la maison et pendant les visites familiales.

Pour les papas, les grands-parents et toute la famille

لبابا، للجدود، وللعائلة كاملة

Pour les papas, les grands-parents et toute la famille

L'autisme, en mots simples

L'autisme est une façon différente dont le cerveau se développe. Il touche la manière dont l'enfant communique, dont il est en lien avec les autres, et dont il reçoit les bruits, la lumière, le toucher, les odeurs et les goûts. L'autisme fait partie de l'enfant depuis le début. Ce n'est pas une maladie qui vient et qui part.

L'autisme ne vient pas de l'éducation. Les parents ne l'ont pas causé en étant trop doux, trop sévères ou trop occupés, ni par quelque chose que la maman a fait pendant la grossesse. Personne dans la famille n'est responsable, et il ne sert à rien de chercher un coupable.

Chaque enfant autiste est différent. Certains parlent beaucoup, d'autres utilisent peu de mots ou pas du tout. Certains aiment les câlins, d'autres trouvent le toucher douloureux. Ce qu'ils ont en commun, c'est qu'ils ont besoin d'adultes qui comprennent, qui patientent et qui changent un peu leur façon de faire.

Avec de la compréhension et un bon accompagnement, un enfant autiste apprend, grandit et participe à la vie de famille. Le but n'est pas qu'il devienne comme les autres, mais qu'il trouve son chemin en sécurité et qu'il se sente aimé tel qu'il est.

- Battre des mains, se balancer ou répéter des mots aide beaucoup d'enfants à se calmer ou à montrer leur joie.
- Se boucher les oreilles veut souvent dire que le bruit fait vraiment mal.
- Une crise n'est pas un manque d'éducation. Elle arrive quand le bruit, les gens et les demandes deviennent trop forts pour l'enfant.

Ce qu'un papa peut faire

Dans beaucoup de familles, c'est la maman qui porte presque tout : les rendez-vous chez le médecin, l'orthophoniste, le psychomotricien, les réunions à l'école. Le papa devient parfois celui qui gronde et qui interdit. L'enfant progresse davantage quand les deux parents partagent les soins de tous les jours.

Votre enfant a besoin de vous connaître comme une personne calme et rassurante, pas seulement comme celui qui dit non. Votre présence dans les petites choses du quotidien compte beaucoup pour lui, même s'il ne sait pas le dire.

- Allez à certains rendez-vous chez le médecin, le thérapeute ou à l'école. Posez vos questions et écoutez les conseils vous-même.
- Prenez en charge un moment de la journée : le bain, l'histoire du soir, ou le trajet vers l'école.
- Apprenez ce qui calme votre enfant et ce qui l'énerve, et utilisez le planning visuel avec lui.
- Passez un moment court et régulier sur une activité qu'il aime, à sa manière.
- Soutenez votre femme devant la famille, pour qu'elle ne reste pas seule à expliquer et à défendre.
- Prenez soin de vous aussi. Parler avec un autre papa d'enfant autiste peut faire beaucoup de bien.

Ce que les grands-parents, les tantes et les oncles peuvent faire pendant les visites

Les visites familiales sont pleines d'amour, et aussi pleines de bruit, de monde, d'odeurs, de bises et de bras qui se tendent. Pour un enfant autiste, tout cela peut devenir trop, très vite. De petits changements chez les adultes font une grande différence.

- Saluez l'enfant sans l'obliger à faire la bise ou à embrasser la main. Un signe de la main, une poignée de main ou un sourire sont un vrai salam.
- Ne commentez pas ce qu'il mange ou ne mange pas. Beaucoup d'enfants autistes mangent seulement quelques aliments, même devant un beau plat de couscous.
- Ne commentez pas les mouvements des mains, le balancement ou le casque anti-bruit. Ils aident l'enfant à tenir.
- Prévoyez une pièce calme où il peut se reposer sans que personne ne le suive avec des questions.
- Utilisez peu de mots, des phrases claires, et attendez la réponse. Il a parfois besoin de plus de temps.
- Félicitez l'effort : "Tu es entré et tu as dit salam, bravo."
- Aidez vos propres enfants à comprendre leur cousin ou leur cousine : il joue autrement, et les cris ou les courses autour de lui peuvent le gêner.
- Demandez aux parents ce qui marche pour leur enfant. Ce sont eux qui le connaissent le mieux.
- S'il quitte le salon avant la fin, laissez-le partir sans reproche.

Répondre aux remarques de la famille

La famille veut en général bien faire. Une réponse courte et calme protège l'enfant et garde la paix. Il n'est pas nécessaire de discuter longtemps ni de gagner. Voici des exemples à dire avec vos propres mots.

- "Hada ghir mdellel" (il est juste trop gâté) : vous pouvez dire : "Ce n'est pas une question d'éducation. Son cerveau fonctionne autrement, et on suit les conseils des spécialistes."
- "Ytkellem men b3d" (il parlera plus tard) ou "Son oncle aussi a parlé tard" : vous pouvez dire : "Peut-être. Les médecins nous disent qu'aider tôt compte beaucoup, alors on a commencé maintenant."
- "C'est l'œil" : répondez avec respect, sans débat sur la foi : "On prie pour lui et on lit le Coran pour lui, et on suit aussi les médecins. Les deux comptent pour nous."
- "Il doit manger comme les autres enfants" : vous pouvez dire : "Il mange ce que son corps peut supporter, et on avance pas à pas avec le spécialiste."
- "Il doit embrasser la main de sa grand-mère" : vous pouvez dire : "Il salue à sa façon. Un signe de la main de sa part, c'est un vrai salam."
- "Il faut être plus sévère avec lui" : vous pouvez dire : "On a essayé. Le calme marche beaucoup mieux avec lui que les cris."

Comment partager le diagnostic avec la famille

Dire le diagnostic à la famille est une décision des parents. Certains le disent à tout le monde, d'autres commencent par quelques proches. Il n'y a pas un bon moment unique pour toutes les familles.

Une famille qui comprend devient le plus grand soutien de l'enfant, et les visites deviennent un moment qu'il peut aimer au lieu de les craindre.

- Commencez par une ou deux personnes dont vous attendez du soutien, par exemple une grand-mère, une tante ou une sœur.
- Utilisez des mots simples : "Notre enfant est autiste. Son cerveau fonctionne autrement. Il a besoin de patience et de quelques changements de notre part."
- Dites clairement ce dont vous avez besoin : "S'il vous plaît, ne l'obligez pas à faire la bise, et laissez-le aller dans une pièce calme quand il en a besoin."
- Partagez ce guide et la fiche "Qui je suis" avec les personnes de confiance.
- Attendez-vous à des questions, à de l'inquiétude ou même à du refus au début. Beaucoup de gens ont besoin de temps.

- Si d'autres enfants posent des questions, répondez par une phrase simple adaptée à leur âge : "Son cerveau fonctionne autrement, et il aime jouer avec toi à sa façon."
- Protégez la vie privée de votre enfant : c'est vous qui décidez qui sait, et ce qu'il sait.

Qui je suis

Je m'appelle...

سميتي...

J'aime...

كنبغي...

Je n'aime pas...

ما كنبغيش...

Le bruit fort me fait...

الصداع القوي كيخليني...

Pour me saluer, s'il te plaît...

باش تسلم عليا، عافاك...

Je communique avec...

كنتواصل ب...

Un plat que j'aime...

ماكلة كنبغيها...

Quand ça ne va pas, aide-moi en...

ملي كنتقلق، عاوني ب...

لبابا، للجدود، وللعائلة كاملة

التوحد بكلمات ساهلة

التوحد طريقة مختلفة كيكبر بيها المخ. كيأثر على الطريقة اللي كيتواصل بيها الدري، وعلى العلاقة ديالو مع الناس، وعلى كيفاش كيحس بالأصوات والضو واللمس والريحات والطعم. التوحد جزء من الدري من اللول. ماشي مرض كيجي وكيمشي.

التوحد ما جاش من التربية. الوالدين ما سبباوهش حيت كانو حنينين بزاف، ولا قاصحين بزاف، ولا مشغولين بزاف، ولا بشي حاجة دارتها الأم ف الحمل. حتى واحد ف العائلة ما مسؤول عليه، وما كاين علاش نقلبو على شي واحد نلوموه.

كل دري عندو التوحد مختلف على الآخر. كاين اللي كيهضر بزاف، وكاين اللي كيستعمل شوية ديال الكلمات ولا ما كيهضرش. كاين اللي كيبغي العنيق، وكاين اللي اللمس كيضرو. اللي كيجمعهم هو أنهم محتاجين كبار حداهم يفهمو، يصبرو، ويبدلو شوية الطريقة ديالهم.

بالفهم والمعاونة المناسبة، الدري اللي عندو التوحد كيتعلم، كيكبر وكيشارك ف الحياة ديال العائلة. الهدف ماشي يولي بحال الآخرين، الهدف يلقى الطريق ديالو وهو مرتاح، ويحس بلي محبوب كيف ما هو.

- تحريك اليدين، التمايل ولا تعاود الكلمات كيعاونو بزاف ديال الدراري يتهدنو ولا يبينو الفرحة ديالهم.
- ملي الدري كيسد وذنيه، بزاف ديال المرات معناها بلي الصوت كيضرو بالصح.
- الأزمة ماشي قلة الترابي. كتجي ملي الصداع والناس والطلبات كيوليو كثر من اللي يقدر الدري يتحمل.

شنو يقدر يدير بابا

ف بزاف ديال الديور، الأم هي اللي كتهز تقريبا كلشي: المواعيد عند الطبيب، أخصائي النطق، أخصائي الحركة النفسية، والاجتماعات ف المدرسة. والأب شي مرات كيولي هو اللي كيغوت وكيمنع. الدري كيتقدم كثر ملي الوالدين بجوج كيتقاسمو الرعاية ديال كل نهار.

ولدك ولا بنتك محتاج يعرفك بحال شي واحد هادي وكيعطي الأمان، ماشي غير اللي كيقول لا. الحضور ديالك ف الحوايج الصغار ديال كل نهار كيعني ليه بزاف، واخا ما يعرفش يقولها.

- مشي لشي مواعيد عند الطبيب، ولا المعالج، ولا للمدرسة. سول الأسئلة ديالك واسمع النصائح بودنيك.
- تكلف بشي لحظة من النهار: الدوش، القصة ديال الليل، ولا الطريق للمدرسة.
- تعلم شنو كيهدن الدري وشنو كيقلقو، واستعمل معاه البلانينك المصور.

- دوز معاه وقت قصير وبانتظام ف شي حاجة كيبغيها، على الطريقة ديالو.
- وقف مع مراتك قدام العائلة، باش ما تبقاش بوحدها كتشرح وكتدافع.
- رد البال حتى لراسك. الهضرة مع شي أب آخر عندو دري عندو التوحد تقدر ترتحك بزاف.

شنو يقدرو يديرو الجدود، والعمات والخالات، ف الزيارات

الزيارات العائلية عامرة بالحب، وعامرة حتى بالصداع، والناس، والريحات، والبوس، واليدين اللي كتمد. الدري اللي عندو التوحد، هادشي كامل يقدر يولي عليه بزاف وبالزربة. شي تبديلات صغار من الكبار كيديرو فرق كبير.

- سلمو على الدري بلا ما تفرضو عليه البوس ولا يبوس اليد. تحريك اليد، السلام باليد ولا ضحكة، هادا سلام كامل.
- ما تعلقوش على شنو كياكل ولا شنو ما كياكلش. بزاف ديال الدراري اللي عندهم التوحد كياكلو غير شي ماكلة قليلة، واخا يكون قدامهم طبسيل ديال الكسكسو.
- ما تعلقوش على تحريك اليدين، ولا التمايل، ولا الكاسك. هادشي كيعاون الدري يصبر.
- وجدو بيت هادية فين يقدر يرتاح، بلا ما يتبعو شي واحد بالأسئلة.
- استعملو كلمات قليلة وواضحة، وتسناو الجواب. شي مرات كيحتاج وقت كثر.
- شجعو المجهود: "دخلتي وقلتي السلام عليكم، تبارك الله عليك."
- عاونو ولادكم يفهمو ولد عمهم ولا بنت خالتهم: كيلعب بطريقة أخرى، والغوات والجري حداه يقدر يقلقو.
- سولو الوالدين شنو كيصلح مع ولدهم. هوما اللي كيعرفوه حسن من أي واحد.
- إلا خرج من الصالون قبل الوقت، خليوه يمشي بلا لوم.

كيفاش نجاوبو على الهضرة ديال العائلة

العائلة ف الغالب كتبغي الخير. جواب قصير وهادي كيحمي الدري وكيخلي الخواطر مزيانة. ما خاصكومش تدخلو ف نقاش طويل ولا تربحو. ها شي أمثلة تقدرو تقولوها بالكلمات ديالكم.

- "هادا غير مدلل": تقدرو تقولو: "هادي ماشي مسألة ديال التربية. المخ ديالو كيخدم بطريقة أخرى، واحنا كنتبعو النصائح ديال المختصين."
- "يتكلم من بعد" ولا "حتى خالو تعطل ف الهضرة": تقدرو تقولو: "يمكن. ولكن الطبة كيقولو لينا بلي المعاونة بكري مهمة بزاف، ولهذا بدينا دابا."

- "هادي العين": جاوبو باحترام، بلا نقاش ف الدين: "كندعيو ليه وكنرقيوه، وكنتبعو حتى مع الطبة. بجوج مهمين عندنا."
- "خليه ياكل بحال الدراري": تقدرو تقولو: "كياكل اللي يقدر يتحملو الجسم ديالو، واحنا خدامين عليها خطوة بخطوة مع المختص."
- "خاصو يبوس يد جدتو": تقدرو تقولو: "كيسلم بطريقتو. تحريك اليد من عندو، هادا سلام بالصح."
- "خاصك تقصح عليه شوية": تقدرو تقولو: "جربنا. الهدوء كيعطي نتيجة معاه حسن بزاف من الغوات."

كيفاش نقولو للعائلة على التشخيص

تقولو للعائلة ولا لا، هادا قرار ديال الوالدين. كاين اللي كيقول للناس كاملين، وكاين اللي كيبدا بشي قراب. ما كاينش وقت واحد صحيح لكل العائلات.

العائلة اللي كتفهم كتولي أكبر سند للدري، والزيارات كتولي وقت يقدر يفرح بيه عوض ما يخاف منو.

- بداو بواحد ولا جوج ديال الناس اللي كتسناو منهم المعاونة، بحال الجدة، ولا شي عمة ولا خالة، ولا شي أخت.
- استعملو كلمات ساهلة: "ولدنا عندو التوحد. المخ ديالو كيخدم بطريقة أخرى. محتاج الصبر وشي تبديلات صغار من عندنا."
- قولو بالوضوح شنو محتاجين: "عافاكم ما تفرضوش عليه البوس، وخليوه يمشي لبيت هادية ملي يحتاج."
- عطيو هاد الدليل والورقة ديال "شكون أنا" للناس اللي كتيقو فيهم.
- تسناو الأسئلة، والقلق، ولا حتى الإنكار ف اللول. بزاف ديال الناس كيحتاجو الوقت.
- إلا سولو شي دراري آخرين، جاوبوهم بجملة ساهلة على قد العمر ديالهم: "المخ ديالو كيخدم بطريقة أخرى، وكيبغي يلعب معاك بطريقتو."
- حميو الخصوصية ديال الدري ديالكم: انتوما اللي كتقررو شكون يعرف، وشحال يعرف.

شكون أنا

سميتي...

Je m'appelle...

كنبغي...

J'aime...

ما كنبغيش...

Je n'aime pas...

الصداع القوي كيخليني...

Le bruit fort me fait...

باش تسلم عليا، عافاك...

Pour me saluer, s'il te plaît...

كنتواصل ب...

Je communique avec...

ماكلة كنبغيها...

Un plat que j'aime...

ملي كنتقلق، عاوني ب...

Quand ça ne va pas, aide-moi en...

À propos de ce guide

© 2026 Autism Academy (maroc.autismacademy.online). Vous pouvez l'imprimer et le partager librement avec votre famille, sans le modifier et avec cette page.

Repères généraux pour les familles. Ce guide ne remplace pas l'avis du médecin, du thérapeute ou de l'école de votre enfant.

Plus d'histoires illustrées en darija et en français, pour Ramadan, le jeûne, la mosquée, l'Aïd el-Kébir, le médecin, le dentiste, le coiffeur et l'école : maroc.autismacademy.online/fr/familles