

Une fois l'outil choisi...

Comment le rendre vraiment vivant et attractif dans le quotidien de votre adolescent(e) ?

Comment l'aider à s'en servir avec plaisir, dans différentes situations ?

# 1 Créer un journal de vie

Ajouter régulièrement des **photos, souvenirs ou moments du quotidien** pour aider votre adolescent(e) à partager ses expériences avec son entourage. Compléter avec des phrases toutes prêtes ou des pictogrammes liés à l'événement pour encourager l'utilisation de phrases.

# 2 Intégrer sa propre voix



Intégrer certaines productions vocales de votre adolescent(e) pour rendre l'outil plus personnel et valorisant, et lui permettre de **s'entendre autrement** que par une voix artificielle.

# 3 Créer une page de présentation

Un moyen pour votre adolescent(e) de **se présenter, d'affirmer son identité** et de s'appropriier l'outil. Pour compléter, ne pas hésiter à développer **d'autres pages sur ses centres d'intérêts** pour qu'il puisse aborder les sujets qu'il aime plus en détail.

# 4 Ajouter des liens vidéos et musique

Lui permettre de prendre plaisir à utiliser son outil et de profiter des **mêmes pratiques numériques que ses pairs**. Ne pas hésiter à traduire en pictogrammes les paroles de certaines chansons !

# 5 Ses émotions et sa vie d'ado



Ajouter des **émotions plus précises** (frustration, fierté, tristesse, excitation...) et des **thèmes liés à l'adolescence** (corps, puberté, amitiés, amour, choix personnels) pour l'aider à exprimer des ressentis parfois difficiles à mettre en mots et se sentir entendu. Utiliser des pictogrammes ou des expressions prêtes à l'emploi, choisis avec votre adolescent(e).

# 6 Intégrer son emploi du temps

Créer des pages pour chaque jour de la semaine pour que votre adolescent(e) puisse visualiser ses activités sur une journée, **comprendre la notion du temps, gagner en autonomie et partager sa journée**.

# 7 Communiquer aussi dans les loisirs

Créer des pages (type TLA) pour ses jeux ou activités préférées afin d'utiliser l'outil dans des **moments de plaisir**.

# 8 Des cartes avec ses expressions

Créer **quelques cartes avec des expressions ou signes propres à votre adolescent(e)**, qu'il peut transporter partout (sur son fauteuil, dans son sac à dos...) pour aider toutes les personnes qui l'entourent à mieux le comprendre.



## Quelques pistes d'utilisation concrète et quotidienne d'un outil de CAA

Favoriser l'autonomie, l'estime de soi et le plaisir de communiquer

Respecter l'identité et les envies de votre adolescent(e)

### Et aussi...

- L'impliquer dans chaque détail de la personnalisation
- Montrer l'outil à l'entourage, habituer la famille et les amis à sa présence
- S'assurer que l'outil accompagne votre adolescent(e) dans tous les contextes
- Lui permettre de produire des phrases
- Ajouter des phrases sociales pour réagir et communiquer instantanément
- Créer une page "humour" avec des blagues

Et surtout, faire évoluer le contenu de l'outil régulièrement : ajouter de nouveaux mots, mais aussi supprimer ceux qui ne servent plus, pour éviter la surcharge et montrer à votre adolescent(e) que son outil évolue avec lui !

Plaquette réalisée dans le cadre du mémoire d'orthophonie 2025-2026 d'Eulalie Eloire, sous la direction d'Alice Pennequin (Orthophoniste) et Issyan Tekaya (Maître de conférences).

# CAA et adolescence

S'exprimer, s'approprier, évoluer

L'adolescence, période qui s'étend de 10 à 19 ans

À leur rythme et selon leur vécu, les adolescent(e)s font face à **différents défis** : autonomie, expériences, relations avec leurs pairs, émotions parfois intenses, affirmation de leurs idées et de leurs choix. Ils **construisent progressivement leur identité** à travers leurs goûts, leur apparence et leurs centres d'intérêt, mais aussi par les mots et la communication.

Les adolescent(e)s présentant des besoins complexes de communication font face aux mêmes défis que les autres jeunes, souvent aidés par la **Communication Alternative et Améliorée (CAA)**.



Ces défis peuvent être amplifiés par des moyens de communication peu pratiques ou qui demandent beaucoup d'efforts.



La simple mise en place d'un outil ne suffit donc pas : **il faut des solutions adaptées, capables de soutenir le développement langagier, émotionnel et social.**

## 3 types d'outils de CAA, accompagnés d'une liste d'atouts et de limites spécifiques pour les adolescent(e)s pour vérifier si l'outil utilisé ou envisagé est adapté !

### Logiciel de CAA

#### Sur tablette ou téléphone

TD Snap, Podd électronique, AsTeRICS Grid, Proloquo2go, Grid3, Lemma...

- ✓ Nombreuses options de personnalisation
- ✓ Possibilité de faire des modifications instantanées
- ✓ Facile à transporter au quotidien
- ✓ Tactile, moins d'efforts moteurs
- ✓ Flexibilité pour changer rapidement de sujet
- ✓ Vocabulaire et contenu riches et évolutifs
- ✗ Coûteux
- ✗ Peut être fragile
- ✗ Risque de distraction
- ✗ Parfois besoin d'une connexion internet permanente



### Classeur de communication

PODD papier ou autre classeur

- ✓ Personnalisable et customisable selon les besoins et préférences
- ✓ Contenu riche
- ✓ Fonctionne sans batterie ni matériel électronique
- ✓ Format, disposition et nombre de page à choisir
- ✓ Peut accompagner l'évolution du vocabulaire
- ✗ Mise en place longue (sélection des pictogrammes, impression et plastification)
- ✗ Peut être encombrant à transporter
- ✗ Efforts moteurs nécessaires (pages à tourner)
- ✗ Modification du contenu non instantanée



Les images présentées dans cette plaquette proviennent du logiciel de conception graphique Canva, du site <https://caapables.fr> ou ont été générées à l'aide de l'intelligence artificielle.

Ces critères sont issus de la littérature scientifique, d'observations d'adolescents, et des retours d'orthophonistes et de parents recueillis par questionnaire.

### Tableau de Langage Assisté (TLA)

#### Sur papier ou numérique



- ✓ Mise en place rapide et peu coûteuse
- ✓ Permet des échanges rapides
- ✓ Adaptable aux besoins et centres d'intérêt
- ✓ Encourage la production de phrases
- ✓ Expose l'adolescent à un vocabulaire contextualisé et varié
- ✗ Vocabulaire limité par la taille du support
- ✗ Ne remplace pas un outil robuste
- ✗ Ne permet pas de couvrir tous les messages ni tous les contextes
- ✗ Modification pas instantanée en format papier

Il n'existe pas de solution miracle ! Le choix d'un outil de CAA dépend de nombreux critères : les spécificités propres à l'adolescence, les besoins, les capacités et l'appétence à communiquer du jeune, ainsi que les moyens de la famille.

Un seul outil ne suffit pas toujours. Chaque dispositif possède ses avantages et ses limites, et les outils peuvent être utilisés seuls ou de manière complémentaire dans le quotidien d'un adolescent.

## Ressources



### Des sites pour s'informer et se former



**caapables.fr**

Un site très riche proposant des formations, des articles, des infographies ainsi que de nombreux outils pratiques



**practicalaac.org**

Le site de référence américain pour la CAA



**assistiveware.com**

De nombreux articles et conseils à trouver dans la section "Apprendre la CAA"



**causette.com**

Un blog de vulgarisation et de partage

### Des associations et initiatives



### Des comptes inspirants à découvrir



**@lesfaceties\_demilie**



**@lafabriqueapictos**



**@gallelelogo**



**@ortho\_paillette**

Groupes Facebook : CAA Francophone / PODD Francophone / TD Snap Core First Francophone / Collectif CAA - Ma voix, mes droits

### Créer soi-même des supports de CAA

#### Trouver les pictogrammes ?



- **Arasaac**, la banque de pictogrammes de référence
- Le site **Global Symbols** qui regroupe différentes banques de symboles gratuites.

#### Mettre en page ?



- **AraWord** pour transcrire des phrases en pictogrammes sur un document
- **Board Builder** ou **Picto-Selector** pour construire des tableaux pictographiques
- **TLab** sur [techlab-handicap.org](http://techlab-handicap.org) pour créer des TLA
- Mais aussi Word, Libre Office et Canva !

