

Méthode ABA

Analyser les comportements pour mieux les accompagner



Les fiches Solutions-Ergo

1

🔍 QU'EST-CE QUE C'EST, ET POURQUOI C'EST IMPORTANT ?

La méthode ABA (Applied Behavior Analysis, ou Analyse Appliquée du Comportement) est une approche issue des sciences du comportement. Elle est souvent utilisée dans l'accompagnement des enfants présentant des troubles du spectre de l'autisme (TSA), mais peut aussi bénéficier à d'autres profils. L'ABA repose sur un principe simple : en observant finement les comportements et les contextes dans lesquels ils apparaissent, on peut identifier ce qui les déclenche, ce qui les maintient... et comment les faire évoluer.

Ce n'est pas une méthode unique, mais plutôt un cadre d'analyse rigoureux, qui peut être appliqué de manière très structurée ou plus souple, selon les besoins de l'enfant et les choix des intervenants.

3

👉 COMMENT ÇA SE PASSE ?

En pratique, un programme ABA peut prendre plusieurs formes :

- DTT (Discrete Trial Training) : apprentissage structuré par petites unités (ex : "touche le nez" → réponse → renforcement)
- Incidental teaching : apprentissages intégrés au quotidien, lors des jeux ou routines
- Renforcement positif : valoriser les comportements adaptés (plutôt que punir les comportements non désirés)
- Guidance physique ou verbale, retirée progressivement (fading) pour favoriser l'autonomie
- Évaluation régulière : les données sont utilisées pour ajuster les stratégies en temps réel

L'ABA peut être utilisée à l'école, à la maison, en structure spécialisée... à condition que l'équipe soit formée, cohérente, et qu'un cadre éthique soit respecté.

2

🧠 LES GRANDS PRINCIPES DE L'ABA

- ✓ Observation rigoureuse des comportements (comportements cibles, fréquence, contexte)
- ✓ Identification des antécédents (ce qui précède le comportement) et des conséquences (ce qui suit)
- ✓ Mise en place d'un programme d'apprentissage structuré, fondé sur le renforcement positif
- ✓ Découpage des apprentissages en petites étapes accessibles
- ✓ Évaluation continue des progrès et ajustements réguliers

4

✳️ POINTS D'ATTENTION ET LIMITES

- 🔍 Souvent critiquée quand elle est appliquée de manière rigide, l'ABA peut devenir contre-productive si elle cherche à "normaliser" l'enfant à tout prix, ou si elle néglige son bien-être.
- 🧠 L'évolution des pratiques va vers des approches plus naturelles, plus respectueuses du rythme de l'enfant, en intégrant mieux les émotions, la communication spontanée et les préférences individuelles.
- 💛 Une démarche éthique et collaborative est indispensable, en lien étroit avec les familles et les autres professionnels.



5

✅ CE QU'IL FAUT RETENIR

- 👉 La méthode ABA est une approche comportementale structurée visant à favoriser les apprentissages et réduire les comportements problématiques en analysant les contextes et en renforçant les comportements adaptés.
- 👉 Lorsqu'elle est utilisée avec souplesse, bienveillance et éthique, elle peut être très utile pour structurer les interventions auprès d'enfants TSA ou ayant des troubles de comportement.
- 👉 Elle doit toujours être individualisée, régulièrement réévaluée, et mise en œuvre par des professionnels formés, en lien avec la famille.