Les programmes de loisirs communautaires et leurs résultats chez les enfants et les jeunes autistes

Faits saillants de la recherche

Quelle est l'importance de cette recherche pour la communauté de l'autisme?

Les programmes de loisirs communautaires, comme les camps, les activités de plein air et les programmes d'activités sportives ou de passe-temps, ne sont pas qu'un simple divertissement. Des recherches montrent qu'ils peuvent aider les enfants et les jeunes autistes à renforcer leurs habiletés sociales, à gérer leurs émotions, à favoriser des comportements positifs et à soutenir leur développement global.[1,2]

Ces recherches sont importantes parce que lorsqu'on parle de soutien, les gens pensent souvent uniquement aux services thérapeutiques ou médicaux. Cependant, les programmes de loisirs communautaires peuvent aussi aider les enfants autistes à acquérir de nouvelles habiletés, à s'intégrer aux autres et à améliorer leur bien-être.

Les recherches montrent également que les enfants autistes font face à des difficultés qui compliquent leur participation à ces programmes. Ces enfants risquent ainsi d'être privé·e·s d'occasions d'apprendre et de nouer des amitiés et d'activités bénéfiques pour leur santé et leur bonheur. Le fait de comprendre l'importance d'une telle participation peut contribuer à créer davantage d'occasions d'inclusion pour les enfants autistes, qui pourront ainsi développer leur autonomie et jouir d'une meilleure qualité de vie.[1,2]

Que montrent les recherches?

Les recherches indiquent qu'une participation à des programmes de loisirs communautaires peut contribuer aux aspects suivants :

Développement et bien-être :

- Amélioration de l'attention et de la concentration[2]
- Meilleure régulation émotionnelle et comportementale[2]
- Diminution de l'anxiété[2]
- Possibilité de développer l'autonomie[3,5]
- Amélioration de la confiance en soi et de l'image de soi[2,3,5]

Participation sociale :

- Amélioration des habiletés sociales[3,5]
- Plus grande confiance et estime de soi [3,5]
- Plus fort sentiment d'appartenance[3,5]
- Occasions de nouer des amitiés[3,5]
- Occasions de développer des habiletés de leadership[5]

Obstacles à la participation :
Les recherches révèlent également que les enfants et les jeunes autistes sont moins susceptibles que leurs pairs de participer aux activités de loisirs communautaires et peuvent se heurter à des obstacles à la participation. Voici quelques obstacles courants :

- Besoins sensoriels[1,4]
- Coûts financiers[1,6]
- Besoins de communication ou de soutien[1,4]
- Obstacles sociaux et institutionnels[1,6]
- Problèmes d'accessibilité[1,4,6]

Qu'est-ce que ça signifie?

Les programmes communautaires peuvent aider les enfants à s'épanouir.

Les programmes de loisirs communautaires peuvent représenter un élément important d'un système plus global de soutien aux enfants et aux jeunes autistes. Sans remplacer les services cliniques, ils peuvent offrir des occasions de développer des habiletés, de nouer des relations et de gagner en confiance dans des contextes de la vie réelle.[1,2,3,5]

L'inclusion est tout aussi importante que le développement des habiletés.

Les recherches révèlent également qu'un meilleur accès aux programmes récréatifs ne fait pas seulement qu'aider les enfants et les jeunes autistes à développer des habiletés, mais permet aussi de créer des programmes qui sont accessibles, inclusifs et adaptés à une diversité de besoins.[1,4,6]

Qu'est-ce qui manque encore ou n'est pas clair?

Malgré le caractère prometteur des recherches actuelles, il reste des questions importantes auxquelles les chercheurs et chercheuses s'efforcent de répondre :

- On ignore toujours quels types de programmes récréatifs donnent les meilleurs résultats pour différents enfants et jeunes.[1,2,5]
- Il y a relativement peu de recherches visant à déterminer si les bénéfices perdurent à long terme.[3,5]
- Il faut mener des recherches supplémentaires pour comprendre comment mieux aider les familles à accéder à ces programmes.[1,4,6]
- On sait encore relativement peu de choses sur la manière dont les ressources familiales, les soutiens communautaires et la conception des programmes influencent la participation.[1,4,6]
- De nombreuses études visent des échantillons de petite taille, et des recherches supplémentaires devront être effectuées pour mieux comprendre les résultats à long terme et les expériences de participation.[2,5]

Références :

1. Askari, S., Anaby, D., Bergthorson, M., Majnemer, A., Elsabbagh, M., et Zwaigenbaum, L. (2015). Participation of children and youth with autism spectrum disorder: A scoping review. Review Journal of Autism and Developmental Disorders, 2(1), 103–114.
2. Fan, M. S. N., Li, W. H. C., Ho, L. L. K., Phiri, L., et Choi, K. C. (2023). Nature-based interventions for autistic children: A systematic review and meta-analysis. JAMA Network Open, 6(12), e2346715.
3. Flynn, R. M., Ricker, A. A., Dolezal, C., Kunin, M., et Mellins, C. A. (2020). Residential summer camp for youth with special needs: A longitudinal approach to investigating differences in social skills. Journal of Outdoor Recreation, Education, and Leadership, 12(2), 182–198.
4. Little, L. M., Sideris, J., Ausderau, K., et Baranek, G. T. (2014). Activity participation among children with autism spectrum disorder. American Journal of Occupational Therapy, 68(2), 177–185.
5. Nagai, S., Ikejiri, T., Hakariya, H., et Otsuka, Y. (2026). A scoping review of camp activities for children with developmental disorders. JMA Journal, 9(3), 583–591.
6. Tonkin, B. L., Ogilvie, B. D., Greenwood, S. A., Law, M. C., et Anaby, D. R. (2014). The participation of children and youth with disabilities in activities outside of school: A scoping review. Canadian Journal of Occupational Therapy, 81(4), 226–236.

Publié en juillet 2026.