



LISTE DES TÂCHES

ANOREXIE (PERTE D'APPÉTIT OU REFUS DE S'ALIMENTER)

1. RAPPEL DE MANGER À HORAIRE FIXE
2. VA AU GARDE-MANGER À L'HEURE DE SON REPAS POUR VOUS INCITER À MANGER
3. CHERCHER DE LA NOURRITURE POUR VOUS À UN ENDROIT DÉSIGNÉ

AUTOMUTILATION

1. INTERRUPTION DU COMPORTEMENT
2. REDIRIGER UN COMPORTEMENT

CAUCHEMAR

1. VOUS RÉVEILLE QUAND VOUS ÊTES AGITÉ
2. VOUS RASSUREZ À VOTRE RÉVEIL
3. POINT DE PRESSION À VOTRE RÉVEIL

CRISE DE PANIQUE

1. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
2. POINT DE PRESSION
3. GUIDER À LA SORTIE OU VERS UN LIEU PLUS ISOLÉ

DÉBORDEMENT SENSORIEL (GÉNÉRAL)

1. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
2. POINT DE PRESSION
3. REDIRIGER UN COMPORTEMENT

DIFFICULTÉ À ÊTRE RATIONNEL

1. -RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT

DÉBORDEMENT SENSORIEL (LUMINOSITÉ)

1. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
2. POINT DE PRESSION
3. REDIRIGER UN COMPORTEMENT
4. SE MET EN POSITION POUR QUE VOUS PUISSIEZ CACHER VOTRE VISAGE DANS SA FOURRURE (OBSTRUCTION DE LA LUMIÈRE)
5. GUIDER À LA SORTIE OU VERS UN LIEU PLUS SOMBRE

DÉBORDEMENT SENSORIEL (TROP DE SONS)

1. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
2. POINT DE PRESSION
3. GUIDER À LA SORTIE OU VERS UN LIEU PLUS SILENCIEUX

DÉSORIENTATION/ CONFUSION

1. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
2. POINT DE PRESSION
3. GUIDER VERS UNE PERSONNE CONNUE

DIFFICULTÉ À GÉRER SES ÉMOTIONS (COLÈRE/FRUSTRATION)

*LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE

1. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL (EX. : LORSQUE VOUS LEVEZ LE TON, VOTRE CHIEN VOUS SOLLICITE POUR VOUS INCITER À RESTER CALME).

DIFFICULTÉ À GÉRER SES ÉMOTIONS (CONFRONTATION)

*LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE

1. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL (EX. : LORSQUE VOTRE INTERLOCUTEUR LÈVE LE TON, VOTRE CHIEN SOLLICITE VOTRE ATTENTION POUR DIMINUER L'ANXIÉTÉ DE LA SITUATION.)

DIFFICULTÉ À GÉRER SES ÉMOTIONS (PATIENCE)

*LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE

1. REDIRIGER UN COMPORTEMENT (EX. : AU LIEU VOUS AGITER D'IMPATIENCE, VOUS CARESSEZ LE CHIEN)

DIFFICULTÉ À GÉRER SES ÉMOTIONS (PLEURE FACILEMENT)

*LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE

1. -INTERVENIR FACE À UN SIGNAL
2. -POINT DE PRESSION

DIFFICULTÉ SOCIALE

*LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE

1. DIRE "BONJOUR" SUR DEMANDE POUR AIDER À BRISER L'ANXIÉTÉ D'ABORDER UN ÉTRANGER EN PREMIER

DISSOCIATION/ABSENCE

1. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
2. GUIDER VERS UNE PERSONNE CONNUE

DOULEURS PSYCHOSOMATIQUES

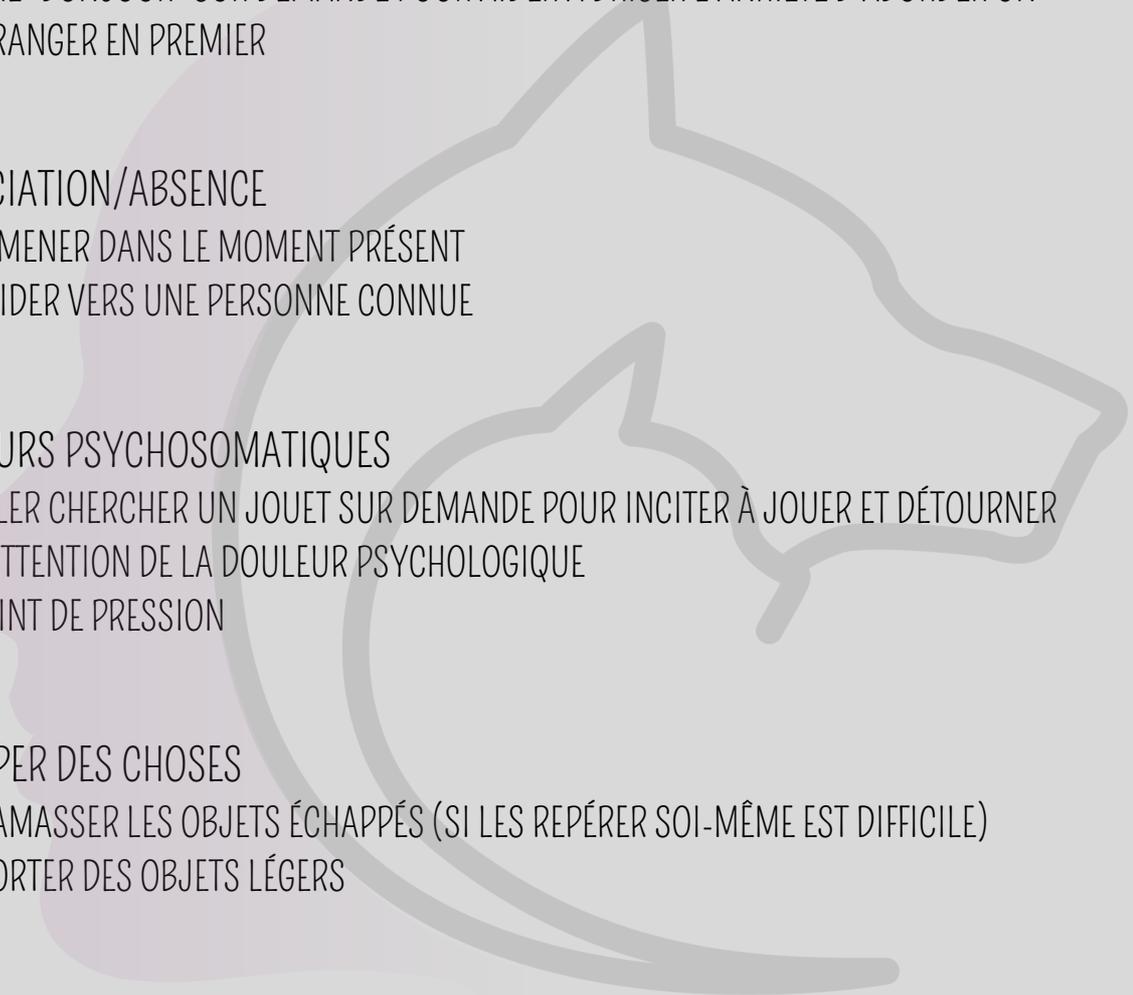
1. ALLER CHERCHER UN JOUET SUR DEMANDE POUR INCITER À JOUER ET DÉTOURNER L'ATTENTION DE LA DOULEUR PSYCHOLOGIQUE
2. POINT DE PRESSION

ÉCHAPPER DES CHOSES

1. -RAMASSER LES OBJETS ÉCHAPPÉS (SI LES REPÉRER SOI-MÊME EST DIFFICILE)
2. -PORTER DES OBJETS LÉGERS

ÉTOURDISSEMENT

1. SE MET EN POSITION POUR SOUTENIR L'ÉQUILIBRE
2. GUIDER À UN BANC POUR S'ASSEOIR
3. POINT DE PRESSION
4. ALLER CHERCHER DE L'AIDE SI VOUS TOMBEZ ET VOUS VOUS BLESSEZ



ÊTRE SUIVI/ SURPRIS PAR DERRIÈRE

1. AVERTIR LORSQUE QUELQU'UN EST DERRIÈRE VOUS
2. MARCHER DERRIÈRE VOUS S'IL Y A QUELQU'UN DERRIÈRE
3. ABOYER SUR DEMANDE SI SUIVI DANS LA RUE QUAND VOUS ÊTES SEUL

ÉVITEMENT DE LIEUX/SITUATIONS RAPPELANT UN TRAUMATISME

*LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE.

1. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
2. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL

FLASHBACK (VISUEL OU SENSORIEL)

1. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
2. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL
3. POINT DE PRESSION
4. GUIDER À LA SORTIE OU VERS UNE PERSONNE CONNUE

HALLUCINATION AUDITIVE

1. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL (EXEMPLE : LORSQUE VOUS SURSAUTEZ, LE CHIEN VOUS LÈCHE LA MAIN)
2. ALLER CHERCHER UN JOUET SUR DEMANDE POUR INCITER À JOUER ET DÉTOURNER L'ATTENTION

HALLUCINATION VISUELLE

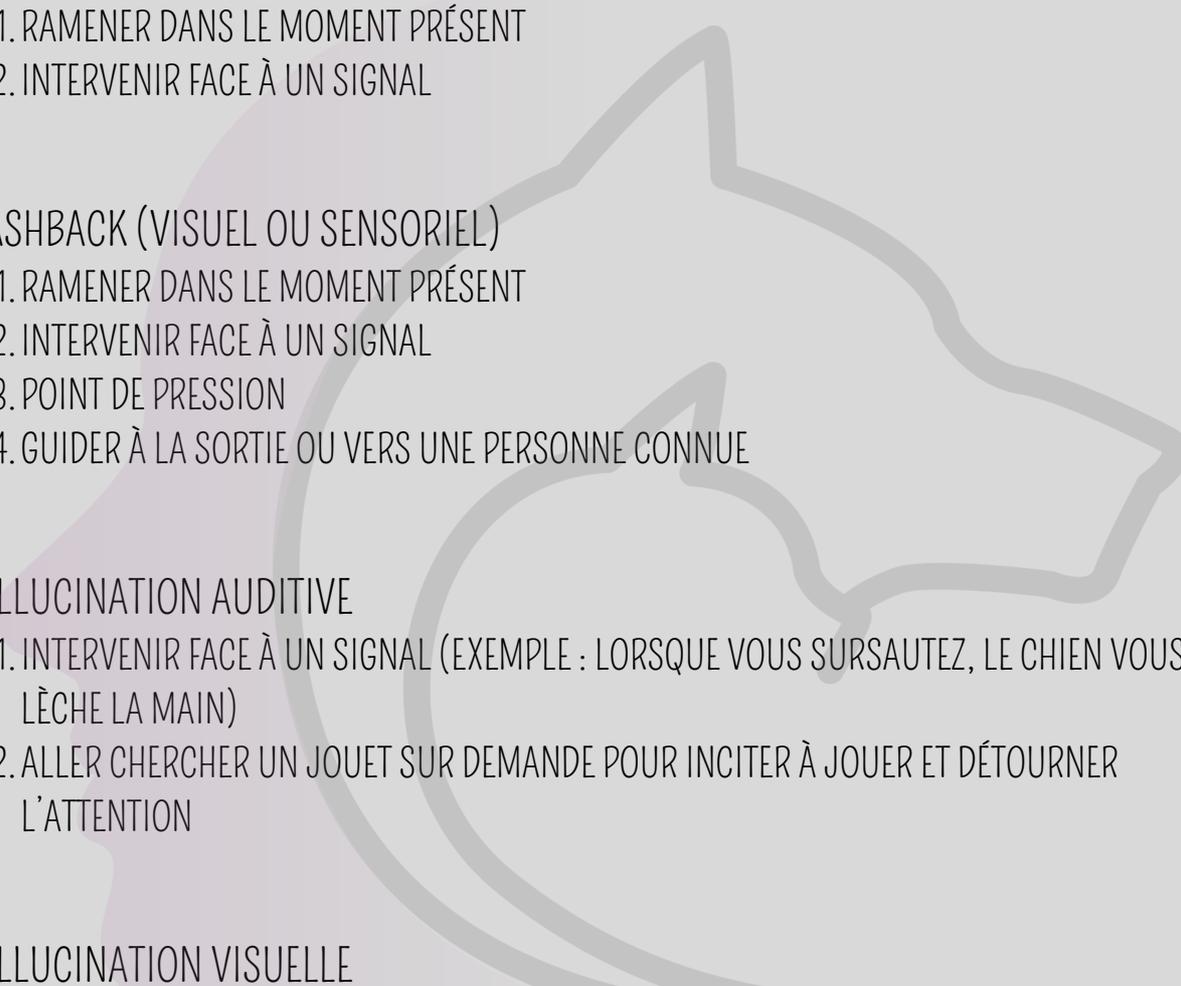
1. DIRE "BONJOUR" SUR DEMANDE POUR SAVOIR S'IL Y A UN RÉELLEMENT QUELQU'UN
2. DEMANDER AU CHIEN D'ALLER VOIR

HYPERPHAGIE (MANGE TROP OU MANGE PAR ANXIÉTÉ)

1. INTERROMPRE LORSQUE VOUS MANGEZ EN DEHORS D'HEURES PLANIFIÉES DE REPAS

HYPERSUDATION (TRANSPIRATION EXCESSIVE)

1. GUIDER À LA SORTIE OU VERS UN ENDROIT PLUS FRAIS
2. POINT DE PRESSION



HYPERVENTILATION

1. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL
2. POINT DE PRESSION

HYPERVIGILANCE

*LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE

1. AVERTIR LORSQUE QUELQU'UN VIENT VERS VOUS
2. TOURNER AUTOUR DE VOUS SUR DEMANDE
3. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL (EXEMPLE : LORSQUE VOUS SURSAUTEZ, LE CHIEN VOUS LÈCHE LA MAIN)

IDÉES FIXES/PERSISTANTES

*LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE

1. ALLER CHERCHER UN JOUET SUR DEMANDE POUR INCITER À JOUER ET DÉTOURNER L'ATTENTION DE VOS IDÉES

INSOMNIE

*LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE

1. POINT DE PRESSION
2. INCITER À ALLER VOUS COUCHER À UNE HEURE PRÉCISE
3. EMPÊCHER DE VOUS LEVER AVANT UNE HEURE PRÉCISE

MALAISE VAGALE (PERTE DE CONNAISSANCE MOMENTANÉ)

1. POINT DE PRESSION
2. RESTER À VOS CÔTÉS S'ASSURER QUE VOUS ÊTES EN SÉCURITÉ
3. ABOYER POUR DEMANDER DE L'AIDE
4. ALLER CHERCHER DE L'AIDE

MANQUE DE CONCENTRATION

1. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
2. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL (EX : SI VOUS REGARDERZ PARTOUT, LE CHIEN VOUS DONNE UN COUP DE PATTE)

MANQUE DE ROUTINE

1. LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE
2. SOLLICITER VOTRE ATTENTION À DES HEURES PRÉCISES (REPAS, BROSSAGE DE DENT, PROMENADES, ETC.)
3. IMPOSER DE SE LEVER ET D'ALLER DORMIR À HEURE PRÉCISE

MANQUE D'HYGIÈNE

1. INCITER À ALLER VOUS LAVER (EX : EN ALLANT CHERCHER LA SERVIETTE)

MIGRAINE

1. POINT DE PRESSION
2. ALERTE PRÉ-MIGRAINE DE PRENDRE VOTRE MÉDICAMENTATION (DÉTECTION D'ODEUR-APPRENTISSAGE COMPLEXE)

MUTISME SÉLECTIF

1. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
2. DIRE "BONJOUR" SUR DEMANDE POUR AIDER À BRISER L'ANXIÉTÉ D'ABORDER UN ÉTRANGER EN PREMIER

OUBLIE (PERTE DE MÉMOIRE BRÈVE)

1. ALLER CHERCHER UNE PETITE TROUSSE (BLOC-NOTES ET CRAYON) SUR DEMANDE

OUBLIE DE MÉDICAMENTATION

1. RAPPEL À DES HEURE PRÉCISES DE PRENDRE VOTRE MÉDICAMENTATION
2. ALLER CHERCHER VOTRE MÉDICAMENTATION À DES HEURES PRÉCISES

PALPITATION CARDIAQUE (TACHYCARDIE)

1. ALERTE LORS DU CHANGEMENT DE RYTHME CARDIAQUE
2. POINT DE PRESSION

PEUR DE DORMIR

*LA PRÉSENCE DU CHIEN AIDE SOUVENT DE FAÇON PASSIVE

1. POINT DE PRESSION
2. INCITER À ALLER VOUS COUCHER À UNE HEURE PRÉCISE
3. EMPÊCHER DE VOUS LEVER AVANT UNE HEURE PRÉCISE

PEUR DE FAIRE LA FILE D'ATTENTE

1. AVERTIR LORSQUE QUELQU'UN EST DERRIÈRE VOUS
2. SE PLACER DERRIÈRE VOUS SI QUELQU'UN S'Y MET EN POSITION
3. SE PLACER ENTRE VOUS ET LE CAISSIER

PEUR DES FOULES (OCHLOPHOBIE)

1. TOURNER AUTOUR DE VOUS SUR DEMANDE
2. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL
3. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT
4. GUIDER EN DEHORS D'UNE FOULE

PEUR DES LIEUX CLÔT (CLAUSTROPHOBIE)

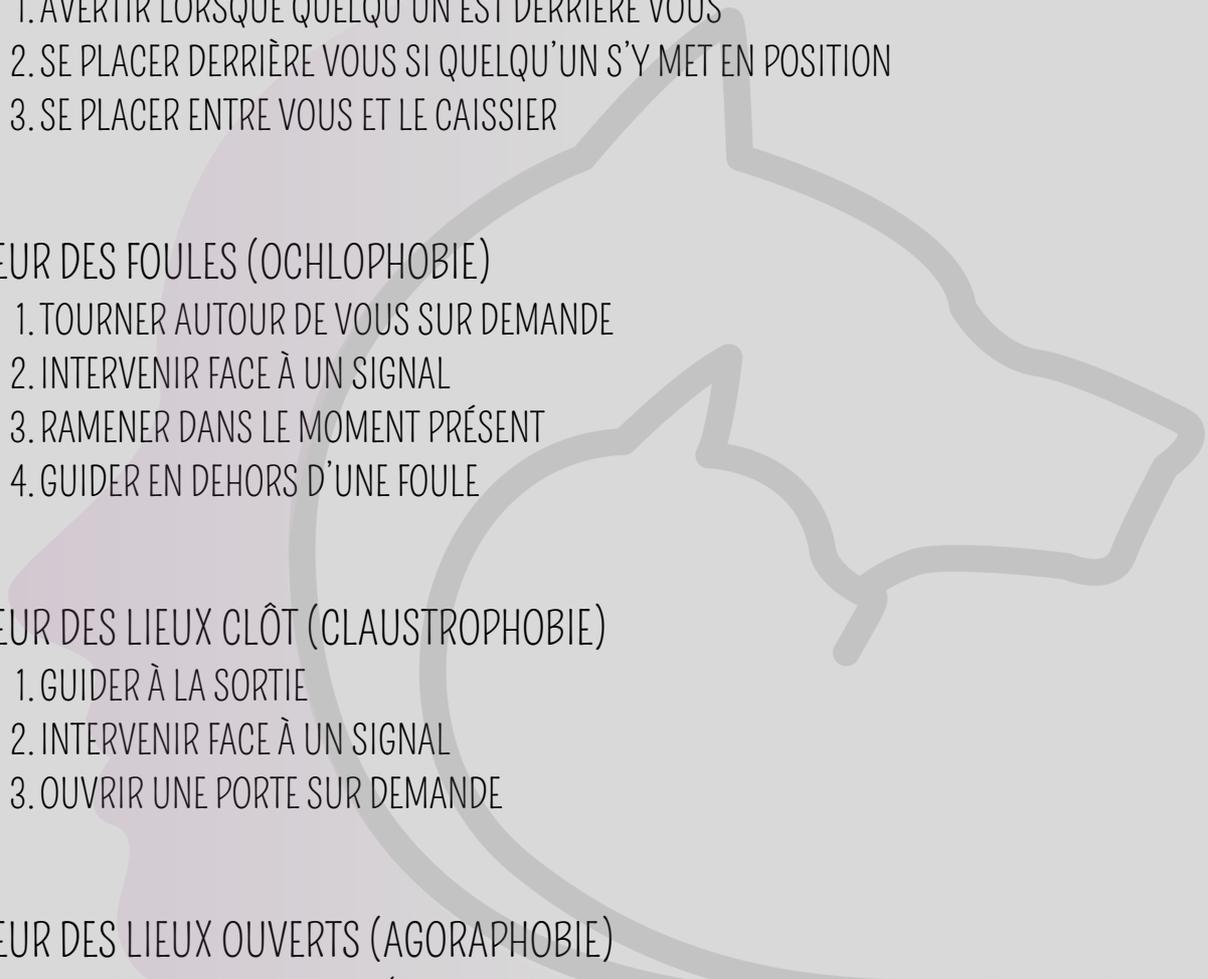
1. GUIDER À LA SORTIE
2. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL
3. OUVRIR UNE PORTE SUR DEMANDE

PEUR DES LIEUX OUVERTS (AGORAPHOBIE)

1. GUIDER LE LONG DU MUR (POUR NE PAS SE SENTIR OPPRESSER PAR LA TAILLE DE L'ENDROIT)

PEUR DES TRANSPORTS EN COMMUN

1. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL
2. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT



PEUR DU CONTACT PHYSIQUE

1. AVERTIR LORSQUE QUELQU'UN EST DERRIÈRE VOUS
2. TOURNER AUTOUR DE VOUS SUR DEMANDE

PEUR DU NOIR

1. ALLUMER LA LUMIÈRE SUR DEMANDE
2. POINT DE PRESSION
3. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT

PEUR QU'UN ÉTRANGER SOIT ENTRÉ PAR INFRACTION

1. FAIRE LE TOUR DU LIEU POUR S'ASSURER QU'IL N'Y A PAS D'INTRUS
2. ABOYER SUR DEMANDE (DISSUASIF)
3. ALLUMER LES LUMIÈRES EN RENTRANT DANS UNE PIÈCE

PEUR DES BRUITS FORTS OU DES BRUITS SOUDAINS

*(EXEMPLE : COUP DE FUSIL, FEU D'ARTIFICE, OBJET ÉCHAPPÉ, PORTE QUI CLAQUE, ETC)

1. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL (EXEMPLE : LORSQUE VOUS SURSAUTEZ, LE CHIEN VOUS LÈCHE LA MAIN)
2. RAMENER DANS LE MOMENT PRÉSENT

RÉFLEXE DE FUITE

1. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL
2. TIRER VOS VÊTEMENTS POUR VOUS INCITER À RESTER/RALENTIR SI VOUS TENTEZ DE PARTIR

SOMNAMBULISME

1. ABOYER POUR VOUS RÉVEILLER
2. ALLER CHERCHER DE L'AIDE
3. TIRER VOS VÊTEMENTS POUR VOUS RETENIR
4. FERMER LA PORTE SI VOUS VOUS LEVEZ ET NE SEMBLEZ PAS CONSCIENT

TENDANCE À S'ISOLER QUAND ÇA VA MAL

1. TIRER VOS VÊTEMENTS POUR VOUS INCITER À REJOINDRE LES AUTRES PERSONNES
2. ABOYER POUR DEMANDER DE L'AIDE

TERREUR NOCTURNE

1. VOUS RÉVEILLE QUAND VOUS ÊTES AGITÉ
2. VOUS RASSUREZ À VOTRE RÉVEIL
3. POINT DE PRESSION À VOTRE RÉVEIL
4. ABOYER POUR DEMANDER DE L'AIDE

TIC NERVEUX

1. INTERVENIR FACE À UN SIGNAL
2. REDIRIGER UN COMPORTEMENT

TREMBLEMENT

1. INTERVENANT FACE À UN SIGNAL

AUTRES :

