

Troubles du Spectre de l'Autisme (TSA) (personnel)

1 – Bon à savoir / connaissances générales

- Diagnostic tardif chez les femmes à cause du masking/mimétisme (en moyenne vers leur 20 ans et certaines à 40-50 ans)
- C'est une neuroatypie
- Un centre ressources autisme est présent en Nouvelle Aquitaine, au Centre hospitalier de Charles Perrins (le CERA)
- Certaines personnes avec un TSA présentent des retards de développement
- 1/100 personne se situe sur le spectre de l'autisme
- La nature et l'intensité des symptômes diffèrent d'une personne à l'autre et peuvent évoluer au cours du temps

2 – Manifestations du handicap

- La flexibilité est indispensable dans le domaine professionnel: *« C'est un choix et en même temps j'ai pas l'impression d'avoir eu beaucoup le choix parce que le monde du travail ça aurait été vraiment impossible pour moi » ; « J'organise mon travail comme j'en ai besoin donc ça a ses avantages mais cette flexibilité moi elle était indispensable vis-à-vis de mes handicaps »*

- Les tâches administratives sont incompatibles avec le TSA: *« Moi la partie administrative, relancer des gens, me rappeler de qui est-ce que je dois contacter, de tout un tas d'interlocuteurs c'est... bah particulièrement difficile du fait de mon handicap donc c'était pas très aidant et j'ai aussi su communiquer là-dessus sur mes besoins en mode « Là ça va pas l'faire vous pouvez pas m'donner cinq personnes à contacter et moi j'dois faire les démarches toute seule. » » ; « Le fait d'avoir plein de gens à contacter, à solliciter (...) whouah ! Fin c'est, fin j'me suis sentie vraiment très désemparée à c'moment là de, j'peux pas gérer tout ça en plus c'est par mails interposés donc faut, une fois que t'as envoyé le mail tu sais pas, faut attendre la réponse. Moi j'préfère avoir la réponse immédiate parce qu'être dans l'attente pour moi ça m'permet pas d'boucler l'truc et de passer à autre chose »*

- L'hypersensibilité est l'un des symptômes du TSA: *« La sociabilité fin le réseautage au sein des, du monde de, fin voilà de la recherche ça c'est difficile parce que, ben pour des raisons liées à mon handicap le fait de devoir être dans un endroit bruyant, de garder l'attention pendant plusieurs heures, beaucoup de stimulations, devoir sociabiliser avec les gens. » ; « Je fais de la danse. J'en fais depuis toujours. (...). Ça a jamais été un problème, mon handicap, parce que j'ai souvent été avec des profs très bienveillantes. Maintenant, quand ça l'a été, je pouvais aussi communiquer en disant « Là, la lumière, elle me pète les yeux. » ou alors « Non là j'suis fatiguée, je vais m'asseoir. » » ; « Je m'adapte éventuellement quand je ne peux plus regarder les écrans parce que ça me fait trop mal aux yeux, c'est là que j'atteins la limite de mes capacités. »*

- Un autre symptôme du TSA est le déficit de lecture des codes sociaux: *« J'ai quand même des compétences en sociabilité et en communication ce qui est pas le cas de toutes les personnes qui ont le type de handicap que j'ai, donc j'ai beaucoup de chance à ce niveau là de pas avoir de difficultés à communiquer sur mes besoins si j'en ai, et surtout juste à sociabiliser créer du lien, c'est quelque chose que j'aime bien faire aussi. »*

- Des intérêts restreints sont présents chez les personnes avec un TSA: *« Mon handicap, il affecte directement la manière dont je me rapporte à mes centres d'intérêt. J'ai des intérêts très forts, très restreints, très... fin voilà qui prennent beaucoup de place dans ma vie. »*

- Le masking/camouflage des symptômes du TSA est souvent rencontré chez les femmes: *« J'ai des capacités, moi, à compenser, j'ai des capacités à le camoufler, et à, fin, me gérer, moi, pour ne pas avoir de difficultés »*

- Une certaine forme d'errance médicale peut être vécue par les personnes avec un TSA: *« Une fois que j'ai su que c'était ça, ça a été assez rapide de me poser le diagnostic, de pouvoir avoir un accompagnement, mais ça m'a pris, genre, 22-23 ans avant de le savoir. Donc, en ce sens, oui, il y a eu quand même de l'errance, où j'étais longtemps avec des problèmes psy, pas savoir d'où ça venait, pas exactement comprendre comment les traiter, comment aider, etc. »*

3 – Préjugé sur le TSA

- Le TSA est incompatible avec les métiers de l'enseignement: *« Je pensais que c'était à cause de moi, peut-être de mon handicap c'est moi qui faisait pas très bien, et en fait j'ai compris que c'était juste l'expérience de prof un peu universelle que globalement essayer de faire réagir une assemblée de trente euh jeunes adultes euh en disant « Bon alors ! Allez-y, et vous qu'est-ce que vous-en pensez ? » personne ne lève la main, fin voilà c'est normal. » ; « J'ai eu à faire des accompagnements de projets sur des petits groupes ça se passait très bien. » ; « J'ai fini par réussir et notamment enseigner c'était quelque chose que je redoutais beaucoup mais en fait ça va. (...) C'était moins difficile que ce que j'pensais. »*

4 – Justes pratiques

- Se renseigner sur le trouble (CERA de CP) et en parler autour de soi

- Laisser la parole aux personnes directement concernées par le TSA plutôt qu'à leurs proches/entourage: *« Moi y'a un gros souci dans la représentation de mon handicap vis-à-vis des personnes qui sont valides et au sein des personnes aussi qui sont proches de personnes concernées et je pense notamment à l'autisme, où il y a une représentation qui est très... Fin la parole est monopolisée par les proches, par les parents, par, voilà et pas du tout représentative et toujours avec des récits très inspirationnels de « ah la la, ça a changé ma vie, machin » »*

- Utiliser les bons termes: *« C'est important de dire personnes handicapées parce que la plupart des personnes handicapées sont pas d'accord avec la formulation « personne en situation de handicap » ou « personne porteuse de handicap » parce que, ben, c'est pas un sac que je porte sur mon dos, c'est pas une situation, non, c'est tout le temps là, on dit pas les handicapés, mais on peut dire les personnes handicapées et c'est ok, c'est même nécessaire, quoi. »*

Mots de la fin: *« J'ai fait des formations sur l'handicap dans le cadre de ma thèse où on dit « Ah là là, il faut avant tout, ce sont des personnes qui sont qui ont aussi des talents, qui sont très douées, il faut aussi » fin des trucs très condescendants, comme ça très paternalisants et aussi très validistes de manière générale sur... Pourquoi est-ce qu'il faut mettre l'accent sur le fait qu'on est capable de faire des trucs mieux, voire différemment, enfin que les personnes valides, pour accepter qu'on soit légitime d'occuper... de vivre ? »*

- Liens utiles:

- Centre Ressources Autisme et troubles du développement (Centre Hospitalier Charles Perrens) : <https://cra.ch-perrens.fr>
- TikTok : « Qu'est-ce que l'autisme ? » (Le Monde) : <https://www.tiktok.com/@lemondefr/video/7354831509863288096>
- Dossier technique Troubles du spectre de l'autisme, CNSA, 2016 : [https://handicap.paris.fr/wp-content/uploads/2018/06/Troubles-du-spectre-de-l'autisme.-Guide-d'appui-CNSA.pdf](https://handicap.paris.fr/wp-content/uploads/2018/06/Troubles-du-spectre-de-l-autisme.-Guide-d-appui-CNSA.pdf)
- Page « Accéder aux études supérieures quand on est une personne autiste ou avec TND » : <https://maisondelautisme.gouv.fr/fiches-pratiques-autisme/etudier-autisme/>
- Page : Le programme national Atypie-Friendly : <https://atypie-friendly.fr/>
- Guide de bonnes pratiques pour soutenir les étudiant.e.s sur le spectre de l'autisme dans les établissements d'enseignement supérieur: https://www.hes-so.ch/fileadmin/documents/HES-SO/Documents_HES_SO/pdf/la_HES-SO/conseil-enseignants/Ressources/E-french_best_practice_guide_03_etu.pdf
- Service PHASE: <https://rendezvous.u-bordeaux.fr/centre/service-phase-accompagnement-%C3%A9tudiants-besoins-sp%C3%A9cifiques>

Quiz de connaissances