

Clémence Guiot

Mieux comprendre
L'autisme

pour la journée mondiale de
sensibilisation à l'autisme



À QUOI ÇA RESSEMBLE, UN AUTISTE ?

C'est une question difficile, car
l'autisme est un **handicap invisible**.

On parle aujourd'hui de **trouble du spectre autistique (TSA)** pour parler d'autisme.



L'AUTISME, C'EST SURTOUT BEAUCOUP D'APRIORIS ET QUI CIRCULENT !

~~Génies excentriques~~

~~Complets idiots~~

~~Ne parlent pas~~

~~Se tapent la tête contre les murs~~

~~Dénués d'émotions~~

Je t'épargne
les meilleures



QUI SUIS-JE POUR T'EN PARLER ?

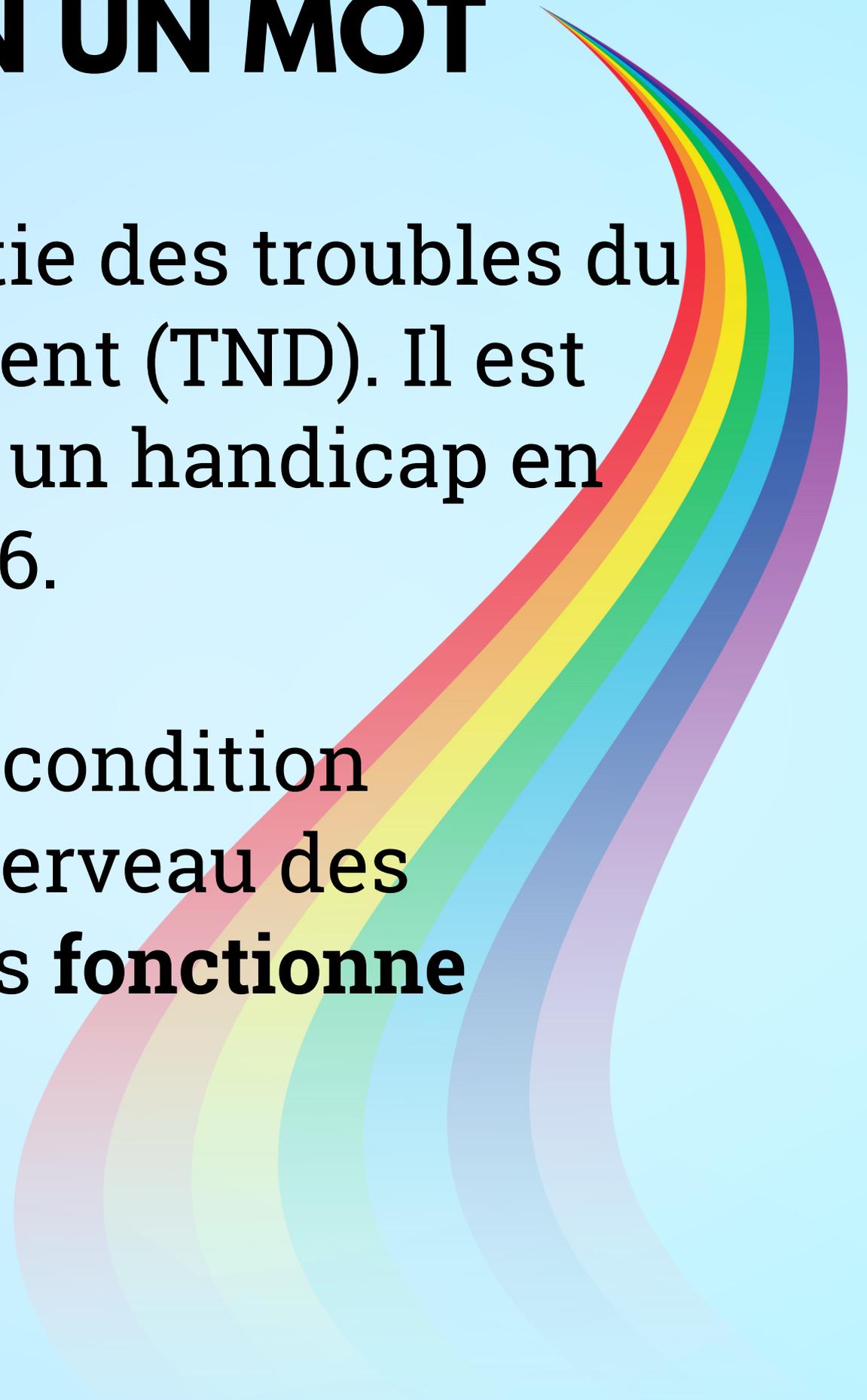


Salut ! Je m'appelle Clémence, je suis autiste sans déficience intellectuelle.

L'AUTISME EN UN MOT

L'autisme fait partie des troubles du neurodéveloppement (TND). Il est considéré comme un handicap en France depuis 1996.

L'autisme est une condition neurologique : le cerveau des personnes autistes **fonctionne différemment.**



L'AUTISME EN CHIFFRES

- 1 personne sur 100 concernée
- 7.000 naissances par an
- 200 gènes impliqués (connus à ce jour)
- 3 garçons autistes pour 1 fille



Les sources
sont à la fin

J'AURAI AUSSI PU TE PARLER DE...

Ces chiffres qui
me rendent



- 95 % des autistes au chômage
- 9 femmes autistes sur 10 ont subi des violences sexuelles
- 7,5 x plus de risques de se suicider

DES PARTICULARITÉS COMMUNES

L'autisme se caractérise par des particularités communes qui s'expriment différemment chez chaque personne.

C'est pour ça qu'on parle de **spectre** !



LES INVARIANTS

1. Difficultés dans les interactions sociales
2. Problèmes de communication
3. Troubles du comportement
4. Troubles sensoriels

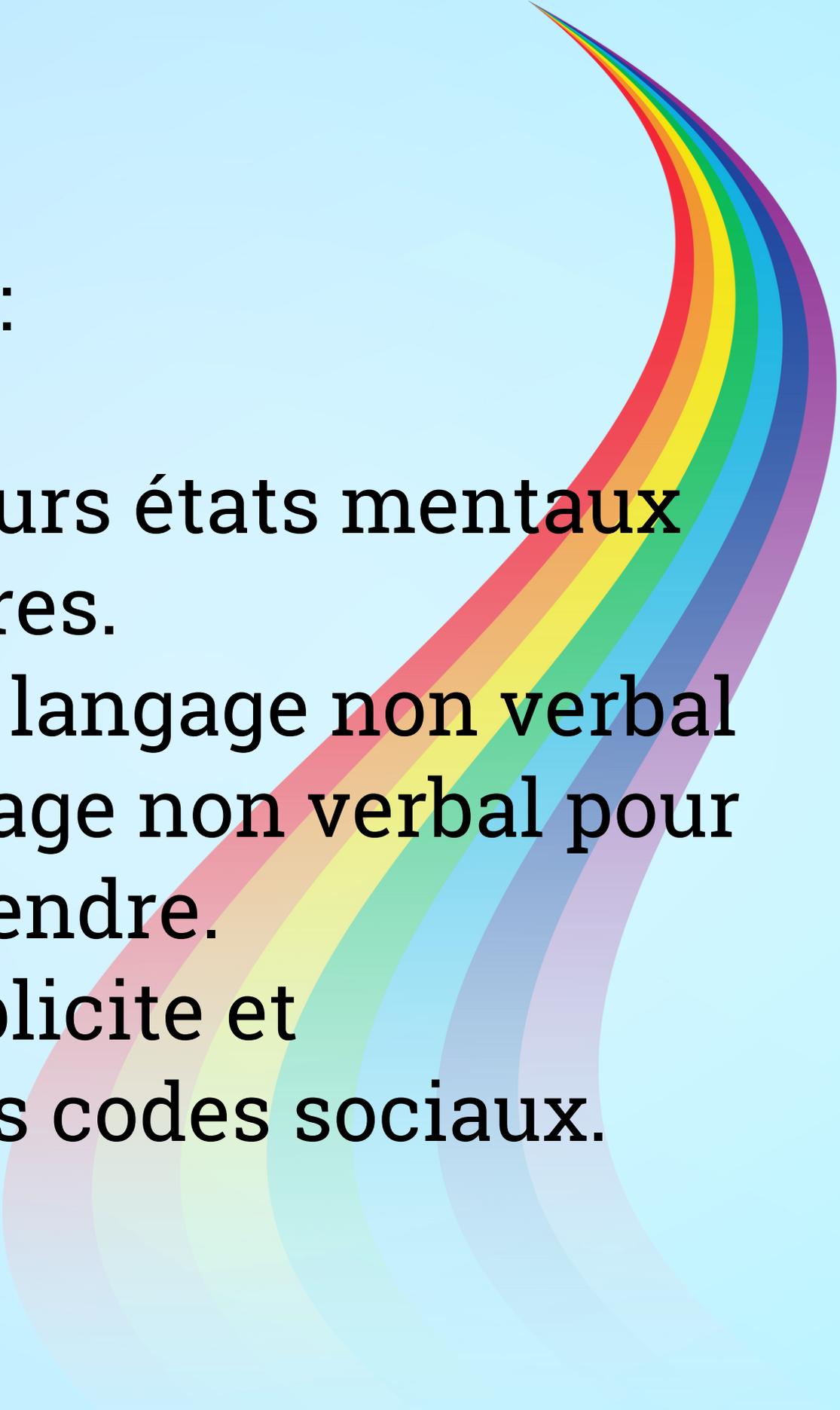




1 DIFFICULTÉS DANS LES INTERACTIONS SOCIALES

Les personnes autistes ont des difficultés dans le champ des interactions sociales (on parle d'ailleurs de l'autisme comme d'un **handicap social**).

Elles ont du mal à :

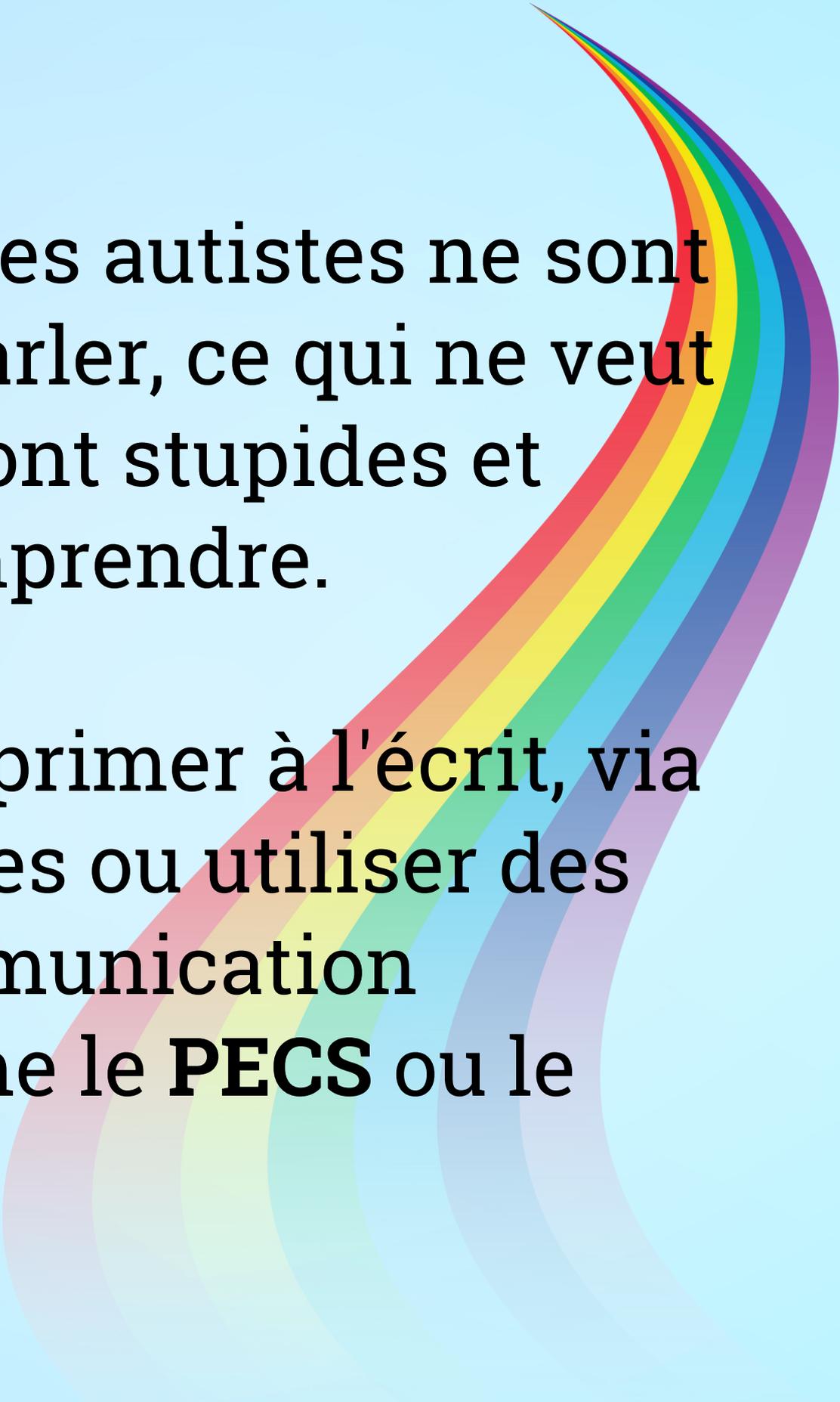
- comprendre leurs états mentaux et ceux les autres.
 - comprendre le langage non verbal
 - utiliser le langage non verbal pour se faire comprendre.
 - percevoir l'implicite et comprendre les codes sociaux.
- 



2

TROUBLES DE LA COMMUNICATION

Comprendre et se faire comprendre est difficile. Certaines personnes autistes ont du mal à parler, à reproduire les intonations ou à adapter leur discours au contexte social.



Certaines personnes autistes ne sont pas capables de parler, ce qui ne veut pas dire qu'elles sont stupides et incapables de comprendre.

Elles peuvent s'exprimer à l'écrit, via la langue des signes ou utiliser des méthodes de communication alternatives comme le **PECS** ou le **Makaton**.



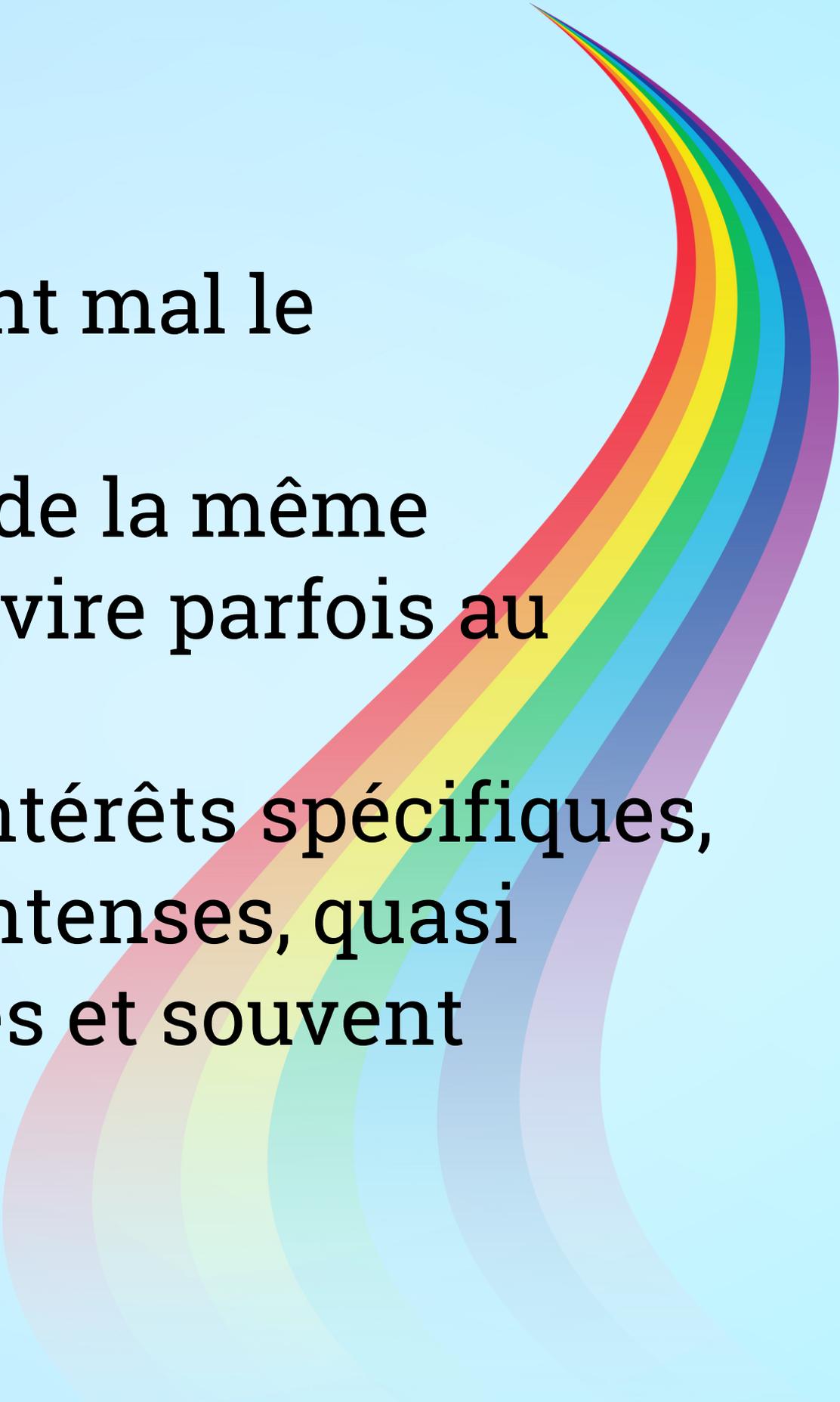
3

TROUBLES DU COMPORTEMENT

Les personnes autistes ont des **comportements spécifiques**, qui sortent de la norme.

De manière générale, leurs comportements tendent à être répétitifs et rigides, avec des routines et des rituels.

Par exemple :

- Elles supportent mal le changement.
 - Elles font tout de la même manière (et ça vire parfois au TOC).
 - Elles ont des intérêts spécifiques, des passions intenses, quasi obsessionnelles et souvent originales.
- 

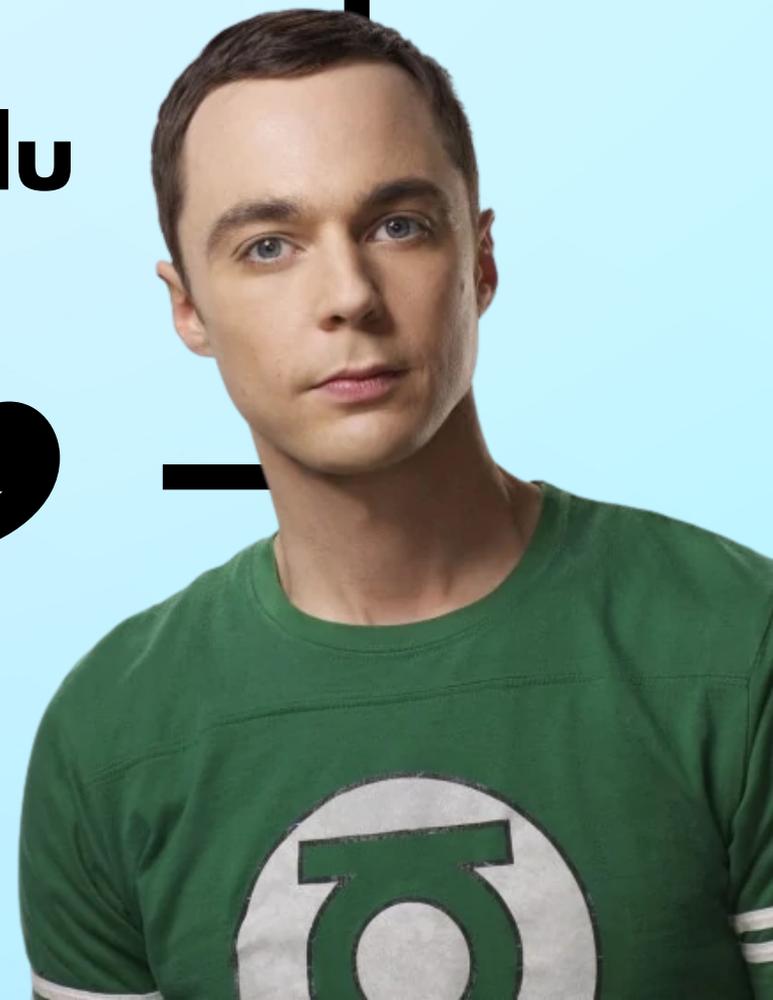
“

Moi c'est Sheldon. Je fais une fixette sur les trains. Je rends la vie infernale à mon coloc avec mon comportement obsessionnel et tyrannique. Je n'ai aucun second degré et peu d'empathie. Mais on m'aime bien quand même !

Bref, j'incarne le cliché du génie qui est autiste.

Sheldon de Big Bang Theory

”





4

TROUBLES SENSORIELS

Les personnes autistes ont communément des **hypersensibilités** ou des **hyposensibilités**.

Elles perçoivent avec plus de force et d'intensité les stimuli ou, au contraire, il faut des stimuli plus forts que la moyenne pour déclencher une réaction !

“

Les bruits et la lumière trop vifs sont douloureux et m'angoissent. Les odeurs fortes me donnent la nausée et la migraine. En revanche, je ne ressens pas la sensation de satiété. J'ai aussi du mal à situer mon corps dans l'espace !



”

L'AUTOSTIMULATION

L'autostimulation (ou stéréotypie) désigne un **geste répétitif** que la personne autiste fait encore et encore. Il peut s'agir de mouvements de bras, de mouvements du corps, de bruits avec la bouche, de frottements, etc.



UN MOYEN DE SE RÉGULER PAR LE GESTE

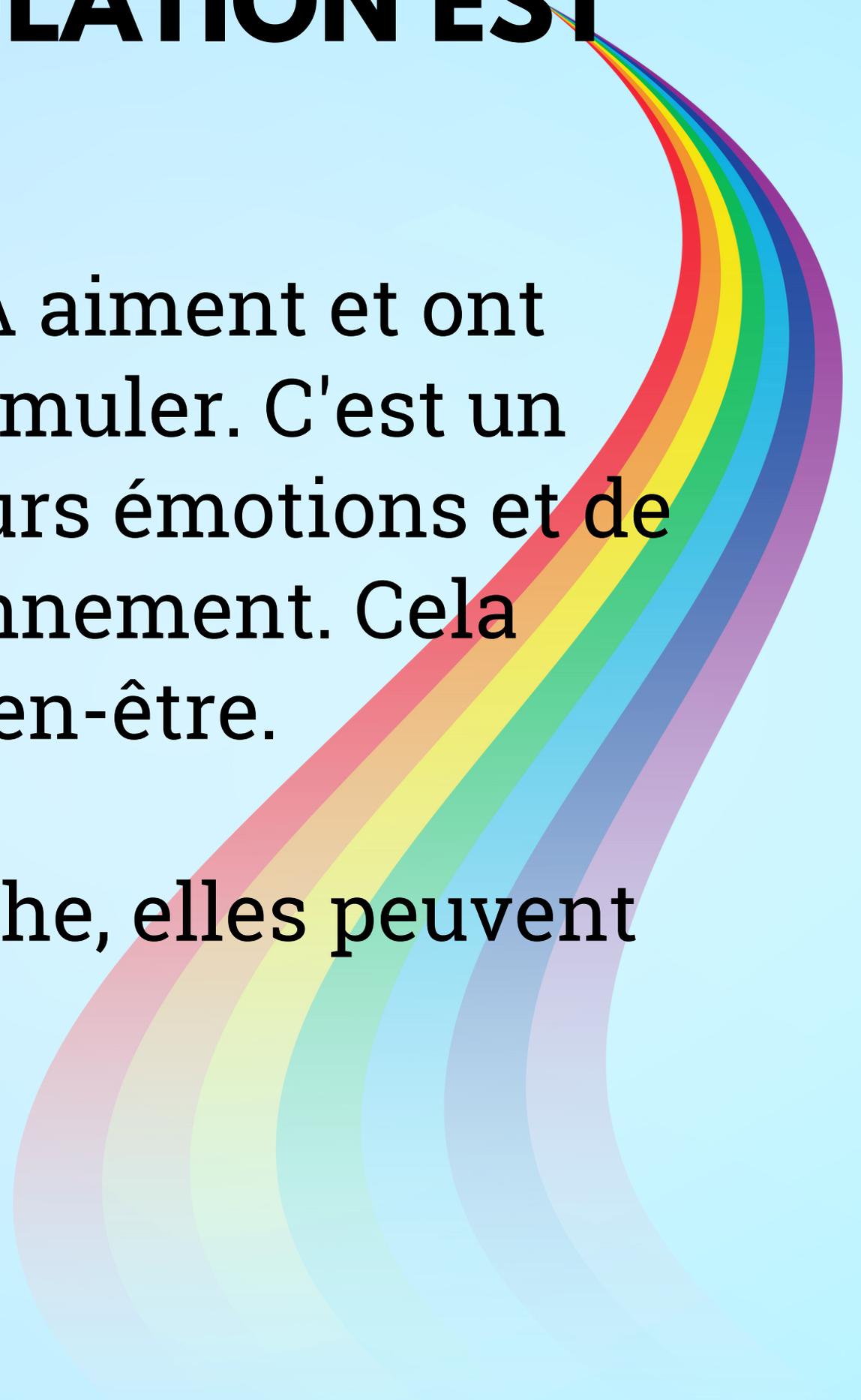
Ces gestes répétitifs ont une utilité :

- Ils aident à se concentrer.
- Ils sécurisent car ils ajoutent un élément fixe et rythmique dans l'environnement, sur lequel la personne a prise.
- Ils aident à vaincre les troubles sensoriels (notamment ceux liés à l'équilibre et à la perception de son corps).

L'AUTOSTIMULATION EST VITALE

Les personnes TSA aiment et ont besoin de s'autostimuler. C'est un moyen de gérer leurs émotions et de supporter l'environnement. Cela contribue à leur bien-être.

Si on les en empêche, elles peuvent entrer en **crise**.



LES CRISES AUTISTIQUES

Le stress et la fatigue peuvent être tels qu'ils provoquent une crise autistique.

Il y a des crises où la personne autiste est comme vidée de sa substance. Elle s'éteint, se replie sur elle-même.

D'autres crises sont explosives, avec des cris, de l'automutilation voire de la violence.

QUE FAIRE EN CAS DE CRISE ?

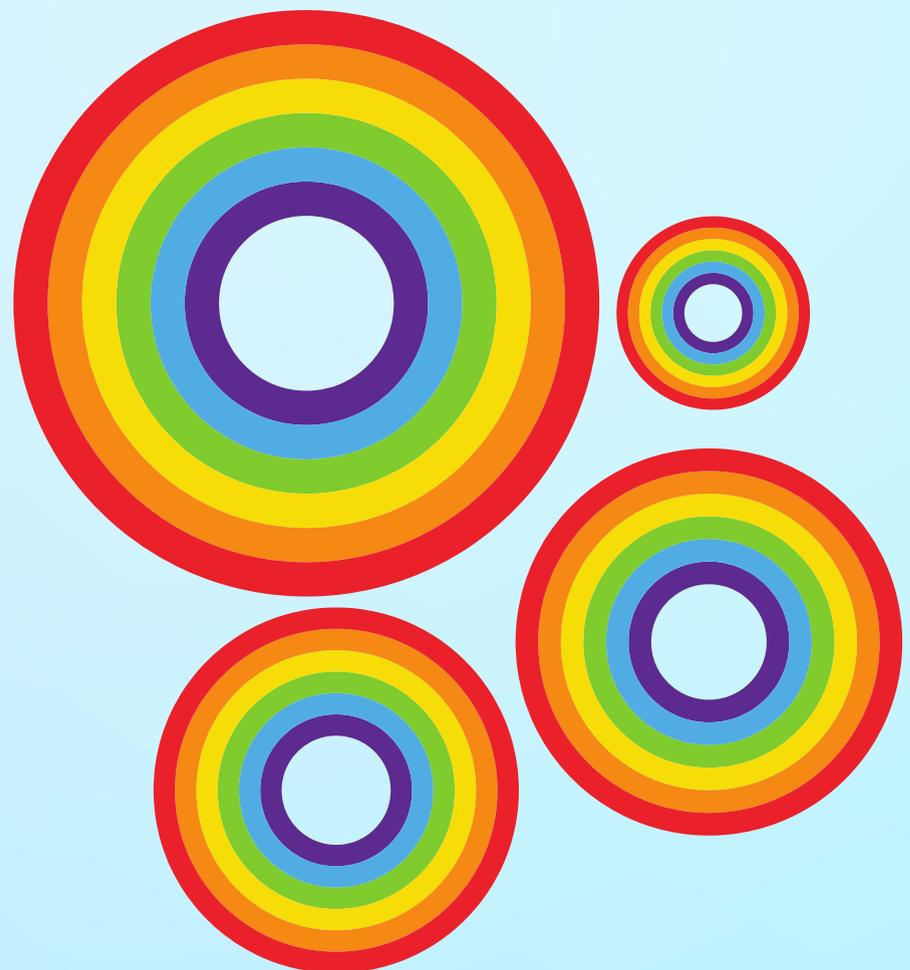
En crise, la personne autiste ressent une véritable **souffrance mentale**. Ce n'est pas un caprice.

Les personnes en crises ont besoin de calmer. Il faut éviter de les toucher, sauf pour les éloigner d'un danger.



LES MALADIES ASSOCIÉES

L'autisme prédispose à d'autres problèmes de santé qui nuisent à la qualité de vie.



EXEMPLES

- Troubles du sommeil
- Problèmes intestinaux
- Epilepsie
- Troubles psychiatriques et de l'humeur
- Troubles de l'attention
- Troubles de l'audition
- Syndrome d'Ehlers-Danlos
- ets.

SOURCES



<https://www.inserm.fr/dossier/autisme/>

<https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/fiches-maladies/autisme#symptmes-et-troubles-associes>

<https://comprendrelautisme.com/lautisme/les-pathologies-associees/>

<https://handicap.gouv.fr/autisme-et-troubles-du-neuro-developpement/strategie-nationale-autisme-tnd>

<https://www.cerveauetpsycho.fr/sd/psychologie-sociale/les-interactions-sociales-dans-lautisme-6776.php>

<https://informations.handicap.fr/>

<https://www.santelog.com/actualites/autisme-mortalite-prematuree-et-grande-vulnerabilite>



Cela t'a plu ?

J'aide les entreprises à trouver des idées de **contenus** à publier sur leur site et leurs réseaux sociaux et je sensibilise au **handicap**.

abonne-toi

Clémence Guiot

Consultante communication digitale

07.78.47.15.41

koineredaction@gmail.com

 Koïné
Rédaction