

Conférence de madame Brigitte Cartier-Nelles

Samedi 12 novembre 2011

## **1. Petit rappel**

L'autisme est un trouble neurobiologique entraînant un fonctionnement cognitif particulier et un traitement différent de l'information. La pensée autistique se caractérise par des difficultés à se mettre à la place d'autrui, une attention particulière aux détails, une résistance aux changements, des comportements parfois stéréotypés.

Certains comportements auparavant autorisés deviennent inappropriés à l'adolescence, entraînant des difficultés d'adaptation.

*Exemple : faire des bisous à tout le monde ; cela passe quand on est enfant mais plus à l'adolescence. Il faut donc que l'enfant autiste « apprenne » dans quelles circonstances, cela peut encore se faire.*

## **2. Questions à l'adolescence**

- Comment augmenter leur autonomie au quotidien ?
- Que va-t-il devenir ? Limite d'âge dans les institutions ?
- Comment l'enfant autiste vit-il le changement corporel et hormonal ? Comment lui expliquer ?
- Comment aborder la sexualité ?
- Comment le protéger des dangers potentiels ? Ne pas être trop confiant avec des adultes par exemple.
- Comment évolue l'autisme et ses comportements caractéristiques ?

A l'adolescence, il faut viser l'autonomie au maximum tant du point de vue hygiène corporelle, déplacements, loisirs...Il faut aussi réfléchir à une orientation future, à la façon d'expliquer les changements corporels...

L'adolescence est aussi une période où un recours à des traitements médicamenteux est souvent nécessaire. On constate souvent une augmentation des traitements. Comme pour les personnes neurotypiques, c'est aussi une période transitoire qui s'apaise après.

**La difficulté** : il y a moins de repères chronologiques pour constater « l'entrée » dans l'adolescence. Pour certains cette entrée peut être plus précoce ou au contraire plus tardive. Cette période est aussi souvent plus longue que pour un ado « normal ».

On constate aussi souvent que la personne autiste se rapproche d'une personne de même sexe et la crainte pour les parents d'une évolution vers l'homosexualité. En fait, ce serait plutôt lié à leur développement cognitif : ils se tournent vers ce qu'ils connaissent.

### 3. Autisme à l'adolescence : aspect social

#### A. Généralités

- **Planification de l'avenir** : réflexion sur la suite par rapport à la limite d'âge dans certaines institutions
- **Aspiration à plus d'autonomie** : on voit aussi apparaître à l'adolescence des comportements où les enfants essaient de créer des espaces d'indépendance mais les choix dans lesquels ils veulent décider ne sont pas toujours adéquats. Il faut donc les guider dans leurs choix et encourager ces « zones d'indépendance » quand c'est possible.  
*Exemple : le choix des vêtements*
- **Changements** dans les liens familiaux
- **Manque de jugement et de savoir-faire social** : l'adolescent ne peut pas se défendre, il peut devenir sujet de moqueries avec comme conséquence des situations qui peuvent être source de souffrance, difficultés pour les autistes de comprendre le comportement des adolescents
- **Hyperréalisme** : ne mentent pas ! Aucune sensibilité pour adapter leurs pensées aux autres.  
*Exemple : si un ado demande à l'enfant autiste comment il trouve son tee-shirt, il répondra moche si c'est ce qu'il pense.*
- **Comportement** : certains comportements disparus peuvent réapparaître comme « faire pipi au lit ». Phase qui peut revenir pendant quelques mois et puis disparaître à nouveau.

#### B. Outils et stratégies

- Toujours faire le plus possible d'activités pour enseigner les compétences sociales et donc apprendre comment se comporter  
Exemple : faire les courses
- **Loisirs** : les autistes ne manquent pas d'imagination pour leurs loisirs mais ils ne savent pas comment s'organiser. Il faut leur fournir les moyens d'organiser leurs loisirs. Dans les institutions, il a été constaté que les problèmes liés à la masturbation pouvaient survenir justement pendant des « temps morts » quand les personnes atteintes d'autisme ne savent pas quoi faire.
- Il faut essayer de garder un espace de liberté mais en le structurant : proposer un choix qui sera laissé à la personne. Sur un plan de la journée par exemple, mettre aussi des activités que la personne autiste aura envie de faire
- **Règles** : les enfants autistes apprécient les règles. Et s'il n'y en a pas, ils vont essayer d'en mettre. Il ne faut pas hésiter à clarifier la règle si elle n'est pas respectée, c'est probablement qu'elle n'est pas bien comprise.
- **Sujets de conversation** : bien expliquer les sujets dont on parle. Ne pas hésiter à clarifier en expliquant non seulement ce qu'on ne peut pas dire mais aussi expliquer ce qu'on peut dire.
- Donner à l'enfant autiste des **stratégies** (élaborées avec l'enfant quand cela est possible) pour essayer de « réguler » ses comportements : l'autorité n'est pas toujours idéale.

### 4. Autisme à l'adolescence : aspect émotionnel

- **Difficulté** : instabilité émotionnelle. Les ados autistes peuvent très vite passer d'un état émotionnel à un autre, ce qui est déstabilisant pour les autres.

- Importance de trouver pour l'ado autiste des outils, des stratégies pour l'aider à gérer son stress
  - Apprendre cette routine (ex : scénario imaginé, décompter de 10 à 1) en-dehors d'une situation difficile
  - Transposer cette routine dans une situation difficile
- **Enseigner des stratégies de contrôle** : aller quelque part pour se ressourcer, trouver quelque chose pour déplacer l'attention ailleurs...  
*Exemple : souffler sur des bougies, des bulles de savon : permet de faire de la respiration profonde, de se calmer*  
 Si on demande à un autiste de respirer profondément, il va au contraire respirer plus vite et donc hyper ventiler.
- Avec certaines personnes, il est possible de réfléchir avec elles pour trouver la « bonne routine » apaisante et voir si elle est adaptée dans toutes les circonstances.
- **Exercice physique** : excellent antistress, permet de diminuer de façon significative les troubles du comportement
- Apprendre aussi à reconnaître les signes qui annoncent les moments de stress : estomac qui se noue, transpiration, agitation des jambes...

## 5. Autisme à l'adolescence : aspect biologique

- Changement hormonaux
- Changements corporels, résistance au changement : quand l'enfant autiste change physiquement, il se peut qu'il y ait moins d'acceptation de son entourage.
- Difficulté à comprendre, accepter les changements physiques ou à en parler
- Augmentation des crises comitiales : crises d'épilepsie
- Apparition du cycle menstruel pour les filles
- Augmentation des problèmes de comportement liée à une plus grande angoisse,
- Troubles du comportement lié à la prise de conscience de la force physique
- Découverte de la sexualité, problèmes de comportements sexuels inadaptés socialement, influence des troubles sensoriels sur les comportements sexuels
- Adolescent peut aussi être plus posé dans la vie quotidienne, plus intéressé par les contacts sociaux
- Période plus propice à de nouveaux apprentissages

## 6. Sexualité

### A. Apprentissages importants

- pudeur
- Hygiène personnelle
- Sécurité
- Habiletés sociales : respect des limites, initier, distance
- Communication fonctionnelle : choix, préférences, douleurs

⇒ Ces apprentissages importants sont à débiter le plus tôt possible, avant la puberté !

### B. Autres apprentissages

- Parties corporelles et leur fonctionnement : cycles de la vie, anatomie...
- Éducation sexuelle à proprement parler : valeurs, techniques...
- Différents types de relation : collègue, copain, ami poches, petit ami...
- Moyens de contraception
- MST

⇒ Ces apprentissages sont à faire en fonction de la compréhension de l'adolescent et en fonction des besoins !

### C. Sexualité

Pratiquement toutes les personnes autistes connaîtront des pulsions sexuelles. Pour les autistes, les parents doivent accepter l'idée que la plupart du temps, la sexualité se traduira par la masturbation.

La grande difficulté est de trouver des personnes ressources car ce n'est pas aux parents d'apprendre cet aspect aux enfants. Certains autistes n'arriveront jamais à l'orgasme (éjaculation pour les garçons) car ils n'ont pas eu un bon apprentissage. Risque de frustration et donc de problèmes de comportement. Risque aussi de douleurs : utilisation d'objets inadaptés...Leurs particularités sensorielles, hyposensibilité et hypersensibilité, font qu'ils auront des difficultés à atteindre l'orgasme car moins de ressenti, et donc ils risquent de se blesser ou de se faire mal (résistance à la douleur).

### D. Comportements inadéquats

- Désir de ne pas être touchés
- Masturbation compulsive
- Masturbation à l'aide d'objets insolites
- Masturbation en public
- Troubles d'anxiété
- Les relations intimes entraînent pour eux de l'incertitude : risque d'anxiété, voire des dépressions. Difficile à détecter car manque de communication sur leurs sentiments
- Les autistes ont des routines sexuelles rigides et stéréotypées
- Tout ce qui est hors routine et non explicite pose problème
- Leur problème avec les relations intimes amoureuses est qu'elles sont faites de signaux très subtils et non de règles claires.

Un grand nombre d'adultes autistes vont plutôt rester seuls et s'ils se mettent en couple c'est plus par conformité, pour faire comme tout le monde. Par expérience, pour un autiste asperger c'est plus facile de se mettre en couple avec une personne sur le spectre car il se sentira mieux compris.

Une vie sexuelle intime comme on l'entend pour nous touchera maximum 15 % de la population autistique.

### E. Contraception

Pour les filles, l'usage d'un contraceptif présente plusieurs avantages :

- Règles prévisibles
- Prévenir la douleur, l'humeur
- Limitation des risques

Certains contraceptifs comme les implants sous cutanés présentent aussi l'avantage d'être implantés set valables pour une certaine période.

#### F. Majorité

A 18 ans, la personne autiste est majeure et donc considérée comme responsable de ses actes. Des soucis peuvent apparaître notamment avec un comportement sexuel inadapté (masturbation dans un lieu public par exemple) et donc risque de condamnation alors que pour cette personne, ce n'était pas du tout son intention, une mise sous tutelle pourrait être demandée par les autorités.

Pour les parents, ce qu'il est conseillé de faire, serait une demande de « prolongation d'autorité parentale », 2 ans environ avant la majorité, ce qui permet de protéger l'adulte autiste par rapport à ce qu'il pourrait faire.

### 7. Références bibliographique

- SEGAR Marc : *Faire Face*, Autisme Alsace
- GRAY Carol : *Livre des scénarios sociaux*, Autisme France Diffusion.
- VERMEULEN Peter : *Je suis spécial*, De Boeck
- DUNN BURON Karin, CURTIS Mitzi : *L'incroyable échelle à 5 points*, Autisme France Diffusion
- ELOUARD Patrick : *L'apprentissage de la sexualité pour les personnes autistes*, Autisme France Diffusion
- HENAULT Isabelle : *Sexualité et syndrome d'Asperger*, De Boeck
- ECKENNODE Laurie, FENNEL Pat, HEARVEY Kathy : *Tasks Galore for the Real World*

### 8. Liens Internet

- Autisme suisse roamnde [www.autisme.ch](http://www.autisme.ch)
- Procap [www.procap.ch](http://www.procap.ch)
- Autisme France Diffusion [www.autismediffusion.com](http://www.autismediffusion.com)