




**LES TROUBLES
DU SPECTRE
AUTISTIQUE,
LES CONNAÎTRE POUR
MIEUX EN PARLER !**

Une production réalisée à l'occasion de la journée mondiale de sensibilisation à l'autisme le 2 avril dans le cadre du réseau des référents handicap animé par l'  agefiph

activ box
SENSIBILISATION & HANDICAP

SOMMAIRE

- 3** QUE SONT LES TROUBLES DU SPECTRE AUTISTIQUE (TSA) ?
- 6** FOCUS SUR LES MANIFESTATIONS DES TROUBLES AUTISTIQUES
- 10** QUELQUES QUESTIONS RÉPONSES SUR LES TSA
- 11** BIEN ACCOMPAGNER LES TSA DANS L'ENTREPRISE
- 13** MIEUX COMPRENDRE LA PERCEPTION SENSORIELLE LIÉE AUX TSA
- 15** CAS D'ENTREPRISE : CGI
- 16** SERVICES ET DISPOSITIFS RESSOURCES

LES TROUBLES DU SPECTRE AUTISTIQUE, LES CONNAÎTRE POUR MIEUX EN PARLER !

Nous tenions à remercier tout particulièrement Stéphanie FOUQUET, directrice d'Asperteam, pour sa précieuse contribution et le temps accordé lors de l'élaboration de ces supports.

QUE SONT LES TROUBLES DU SPECTRE AUTISTIQUE (TSA) ?



L'autisme est un trouble des mécanismes impliqués dans la mise en place des réseaux du cerveau. Il affecte le fonctionnement du cerveau, les perceptions sensorielles et entraîne des difficultés de communication et d'interaction sociale.

Le cerveau d'une personne autiste fonctionne à sa manière, avec des connexions différentes de celles des personnes neurotypiques. Cela induit une autre façon de raisonner et de réagir.

Neuroatypique et neurotypique : neurotypique est un mot créé par les personnes autistes pour qualifier les personnes qui ne le sont pas. Le terme **neuroatypique**, que nous utiliserons dans ce document, permet de parler des personnes concernées par les TSA tout en soulignant positivement le fonctionnement particulier de leur cerveau.



Afin de tenir compte de la grande diversité des comportements et des réactions des personnes neuroatypiques, **on parle moins « d'autisme » et davantage de troubles du spectre autistique (TSA).** En effet, ces troubles autistiques peuvent être plus ou moins importants suivant les personnes. De même, il existe des TSA avec ou sans déficience intellectuelle, des TSA légers comme des formes plus sévères...

QUE SONT LES TROUBLES DU SPECTRE AUTISTIQUE (TSA) ?

DÉFINITION

Le TSA est un trouble chronique qui amène le cerveau à fonctionner à sa manière, avec des connexions différentes des personnes neurotypiques. **Cela induit des perceptions différentes, une autre façon de raisonner et de réagir.** Souvent génétique, l'autisme n'est pas une maladie : on naît neuroatypique et l'on vit avec en évoluant, en compensant, en s'adaptant, y compris dans le milieu professionnel. Et parfois même, l'autisme ne se voit pas du tout !

**L'autisme n'est pas
une maladie, c'est
un handicap !**

QUE SONT LES TROUBLES DU SPECTRE AUTISTIQUE (TSA) ?

LE SPECTRE AUTISTIQUE

La difficulté tient dans la grande diversité des comportements et des réactions des personnes neuroatypiques. **Chaque personne développe son propre profil avec des troubles plus ou moins prononcés.**

PETIT APERÇU DU SPECTRE DE L'AUTISME



FOCUS SUR LES MANIFESTATIONS DES TROUBLES AUTISTIQUES

La façon dont un TSA se manifeste est très variée en raison de la multitude des symptômes, du degré de TSA présenté, des pathologies et troubles éventuellement associés, de la présence ou non d'une déficience intellectuelle...

**MAIS UN TSA SE DÉFINIT
AVEC CES TRAITS PRINCIPAUX :**



DÉFICITS DE LA COMMUNICATION ET DES INTERACTIONS SOCIALES

- Déficit de la réciprocité sociale ou émotionnelle
- Déficit des comportements non verbaux
- Déficit du développement, du maintien et de la compréhension des relations sociales



CARACTÈRE RESTREINT ET RÉPÉTITIF DES COMPORTEMENTS, DES INTÉRÊTS

- Mouvements répétitifs ou stéréotypés
- Intolérance aux changements, adhésion inflexible à des routines
- Intérêts restreints ou fixes, anormaux dans leur intensité ou leur but
- Hyper ou hypo sensibilité aux stimuli sensoriels

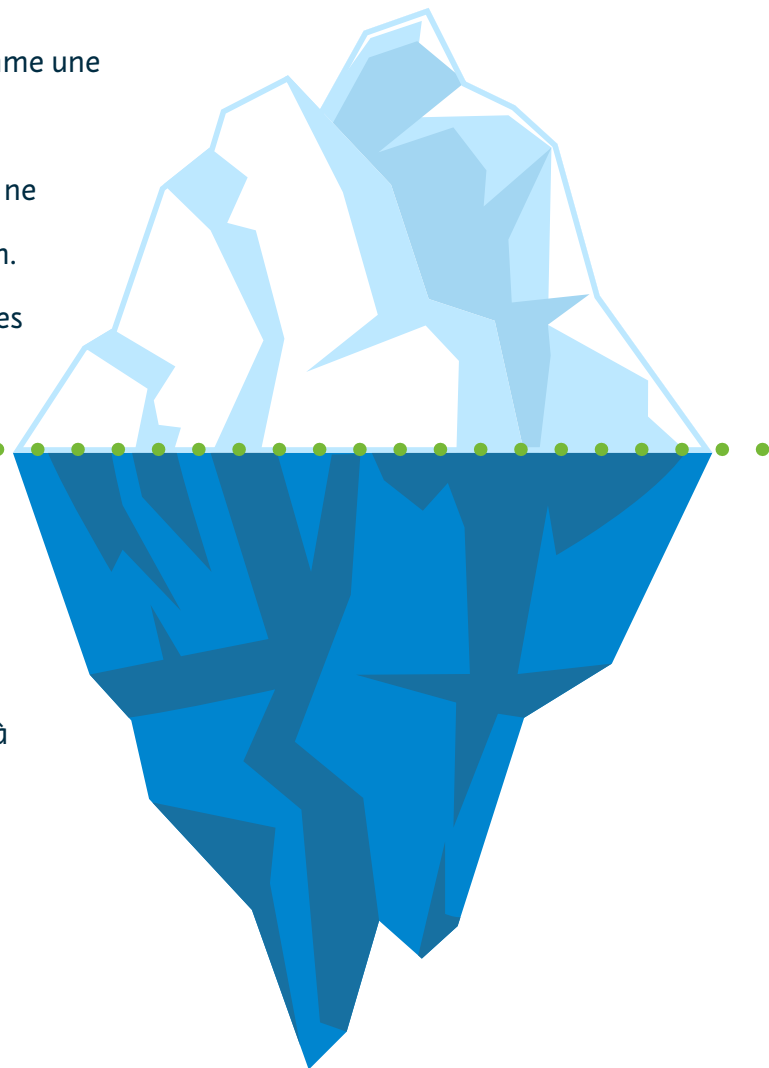
FOCUS SUR LES MANIFESTATIONS DES TROUBLES AUTISTIQUES

D'une part, il y a ce que l'on voit :

- Les troubles de la communication verbale, par exemple, l'utilisation d'un vocabulaire inapproprié ou décalé dans des situations données.
- Les troubles de la communication non verbale, comme une difficulté à regarder les personnes dans les yeux.
- Les troubles des interactions sociales, par exemple, ne répondre que par oui ou non dans une conversation.
- Les comportements répétitifs comme faire les choses toujours dans le même ordre.

Et ce que l'on ne voit pas :

- Des centres d'intérêts restreints pour, par exemple, une thématique ou une langue étrangère.
- Les troubles sensoriels comme une hyposensibilité à la chaleur et le risque de se brûler sans en ressentir la douleur.
- Les troubles cognitifs qui font que des tâches simples deviennent un véritable casse-tête ou que des imprévus provoquent un stress démesuré.



FOCUS SUR LES MANIFESTATIONS DES TROUBLES AUTISTIQUES

Les manifestations concrètes des TSA chez une personne neuroatypique peuvent être :

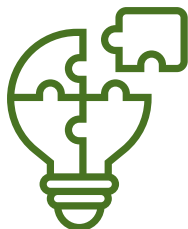
Une hypersensibilité sensorielle à la vue

Exemple : pour elle, la luminosité d'un néon est perçue aussi violemment que celle des rayons du soleil.



Une hyposensibilité sensorielle à l'ouïe

Exemple : elle aime se retrouver dans des environnements bruyants qui vont la stimuler.



Une hyper perception des détails

Exemple : Interrogée pour donner son avis sur la manière dont un collègue est habillée, la personne neuroatypique ne répondra pas sur la silhouette mais relèvera la couleur des chaussettes, la forme de la veste ou l'absence de ceinture.

Une élocution particulière

Exemple : elle peut avoir un langage très formalisé, voire plat. Elle peut être passive dans les échanges verbaux et ne répondre que par oui ou non. Dialogue : « comment ça va aujourd'hui ? » / « ça va ».



Le décodage des émotions de l'échange verbal est complexe

Exemple : elle peut ne pas comprendre les images ou expressions du quotidien. « Avec tout ce travail, je suis sous l'eau » est une image qui ne peut être correctement interprétée par une personne neuroatypique, sinon au sens propre ou après un travail de compréhension et de traduction.



FOCUS SUR LES MANIFESTATIONS DES TROUBLES AUTISTIQUES

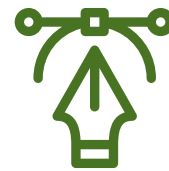


Attrait pour les comportements répétitifs

Exemple : elle peut regarder sa montre sans arrêt ou vérifier la position de ses stylos sur son bureau.

Maladresse physique

Exemple : elle peut être naturellement maladroite, mal à l'aise dans son corps. La tenue du stylo est crispée et s'en ressent sur l'écriture (dysgraphie).



Interactions sociales complexes

Exemple : elle peut être socialement maladroite et avoir des difficultés à initier les interactions (savoir s'il faut serrer la main plutôt que faire la bise, dire salut ou bonjour...)

Résistance au changement

Exemple : elle peut avoir des difficultés à s'adapter à un nouvel environnement après un déménagement.



À l'âge adulte, la multiplication de situations de burn-out peut être le révélateur d'un TSA. Une personne n'ayant pas connaissance de son handicap a pu chercher à le compenser sans aide et provoquer une surcharge émotionnelle.

QUELQUES QUESTIONS RÉPONSES SUR LES TSA

TSA et employabilité : est-ce compatible ?

Bien sûr ! Dès lors que les acteurs internes et médicaux ont créé un environnement adapté aux besoins du collaborateur concerné, tout est possible ! L'intégration du collaborateur doit être réalisée dans la co-construction. Son environnement de travail sera adapté pour qu'il puisse se sentir sécurisé.



Quels sont les métiers possibles pour une personne neuroatypique ?



Presque tous ! Les personnes neuroatypiques ont des modes de fonctionnement spécifique. Parce qu'elles n'ont pas de vision globale des activités il est difficile pour elles d'exercer des fonctions de management ou de gestion de projet par exemple. Le travail demandé sera d'autant mieux réalisé que les responsabilités confiées seront claires. Elles développent des compétences et des qualités précieuses dans l'entreprise : capacité de systématisation, sens du détail, innovation, persévérance, respect des règles...

Les personnes neuroatypiques sont-elles toutes des experts en informatique ?

Évidemment non ! Mais effectivement, leur profil est intéressant pour ces métiers : elles ont des aptitudes pour repérer les erreurs. Les personnes neuroatypiques aiment avant tout les process : la répétition ne les ennue pas. Ainsi, elles peuvent travailler dans tous les secteurs et sur différents types de métiers, dès lors que le poste est adapté à leurs compétences.



Le télétravail est-il envisageable ?

Parfaitement ! Le télétravail permet au collaborateur d'être dans un environnement connu, donc déjà sécurisé, sans obligations sociales. Il est important que les règles soient claires pour réaliser ses missions (attendus, délais, etc..).

L'intégration en équipe est-elle possible ?

Accueillir et maintenir dans l'emploi un collaborateur neuroatypique est une opportunité et un enrichissement pour tous (nouvelles compétences, nouveau regard sur l'activité...). Cela demande une sensibilisation de l'équipe pour que chacun trouve ses repères. L'encadrement doit être très investi au quotidien. Il sera un référent-repère pour accompagner son collaborateur en milieu ordinaire.



BIEN ACCOMPAGNER LES TSA DANS L'ENTREPRISE

Intégrer un collaborateur neuroatypique est une démarche gagnante pour l'entreprise et pour la personne. Principale condition : bien préparer les conditions d'accueil et d'accompagnement.

LE RECRUTEMENT

L'entretien d'embauche est souvent une première étape très difficile pour les personnes neuroatypiques. Cette situation peut générer de la souffrance : l'entretien professionnel est codifié : serrer la main, entretenir un échange, savoir valoriser ses compétences... ce qui s'avère un exercice très compliqué.

Conseils pour adapter un entretien avec une personne neuroatypique

- Choisir un lieu calme, sans « distraction » possible.
- Poser des questions précises, fermées.
- Ne pas utiliser de second degré ou d'expressions imagées.
- Ne pas se focaliser sur la première perception, ne pas juger.
- Réaliser un entretien asynchrone via une vidéo de présentation pour éviter l'entretien « live ».

Quand cela est possible, privilégiez une mise en situation sur le poste de travail plutôt qu'un entretien classique.

BIEN ACCOMPAGNER LES TSA DANS L'ENTREPRISE

L'INTÉGRATION

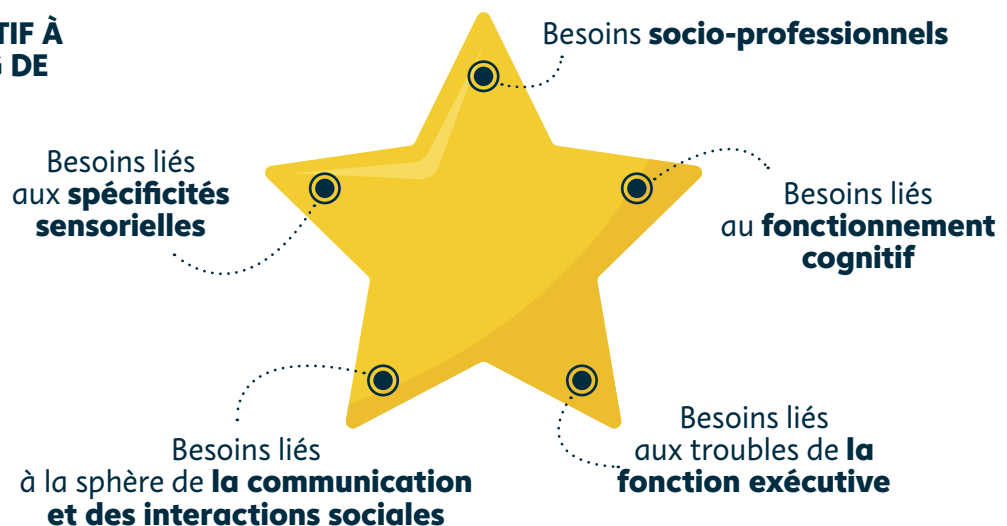
La communication est au centre de la stratégie d'intégration d'une personne neuroatypique.

Quelques conseils pour mieux intégrer le collaborateur dans l'emploi

- Cerner les besoins et les ses contraintes notamment celles liées aux sensibilités sensorielles (hypersensible ou hyposensible).
- Adapter son poste de travail et son environnement afin d'éviter la surcharge cognitive : horaires aménagés, salle de repos accessible, emplacement éloigné d'une source de lumière brutale ou d'une aire de passage, etc...
- Repérer les centres d'intérêt du collaborateur pour mobiliser cette soif de connaissance.
- Construire une équipe référente pouvant associer le service RH, le référent handicap, le manager de proximité, un tuteur, le médecin du travail... Leur rôle ? Assurer un suivi global du collaborateur neuroatypique pour que rien dans son environnement ne puisse venir perturber sa parfaite intégration et maintien dans l'emploi.
- Sensibiliser l'équipe qui va accueillir le collaborateur et faire des points réguliers.
- Mettre en place un coaching individuel avec un organisme externe ou un tuteur interne à l'entreprise.

LE DIAGNOSTIC DES BESOINS EN MILIEU PROFESSIONNEL

UN DIAGNOSTIC ÉVOLUTIF À
AJUSTER TOUT AU LONG DE
L'ACCOMPAGNEMENT



MIEUX COMPRENDRE LA PERCEPTION SENSORIELLE LIÉE AUX TSA

Les troubles cognitifs et sensoriels sont plus ou moins développés chez certaines personnes neuroatypiques mais ils peuvent toucher les 5 sens.

Les neurotypiques n'ont pas la même perception que les personnes neuroatypiques. Par exemple, le bruit de la route, des conversations même chuchotées, le bruit des secondes qui s'écoulent sur une horloge ont une résonance particulière. Un détail pour un neurotypique mais une gêne importante pour une personne neuroatypique : elles peuvent être source de souffrance et déclencher une surcharge émotionnelle, allant jusqu'à la violence physique pour stopper le stimuli.



La surcharge émotionnelle, si elle n'est pas prise en charge et donc stoppée, va provoquer un arrêt du fonctionnement sensoriel. Le cerveau met sur « pause » un ou plusieurs sens. Son fonctionnement est donc altéré. Cela explique notamment les réactions de repli sur soi, d'isolement.

LES 5 SENS EN PRATIQUE



VUE

Luminosité, couleur, stimulation visuelle



OUÏE

Bruits aigus ou de fond, volume sonore



TOUCHER

Codes sociaux de politesse, perception de matériaux



ODORAT

Impact des odeurs



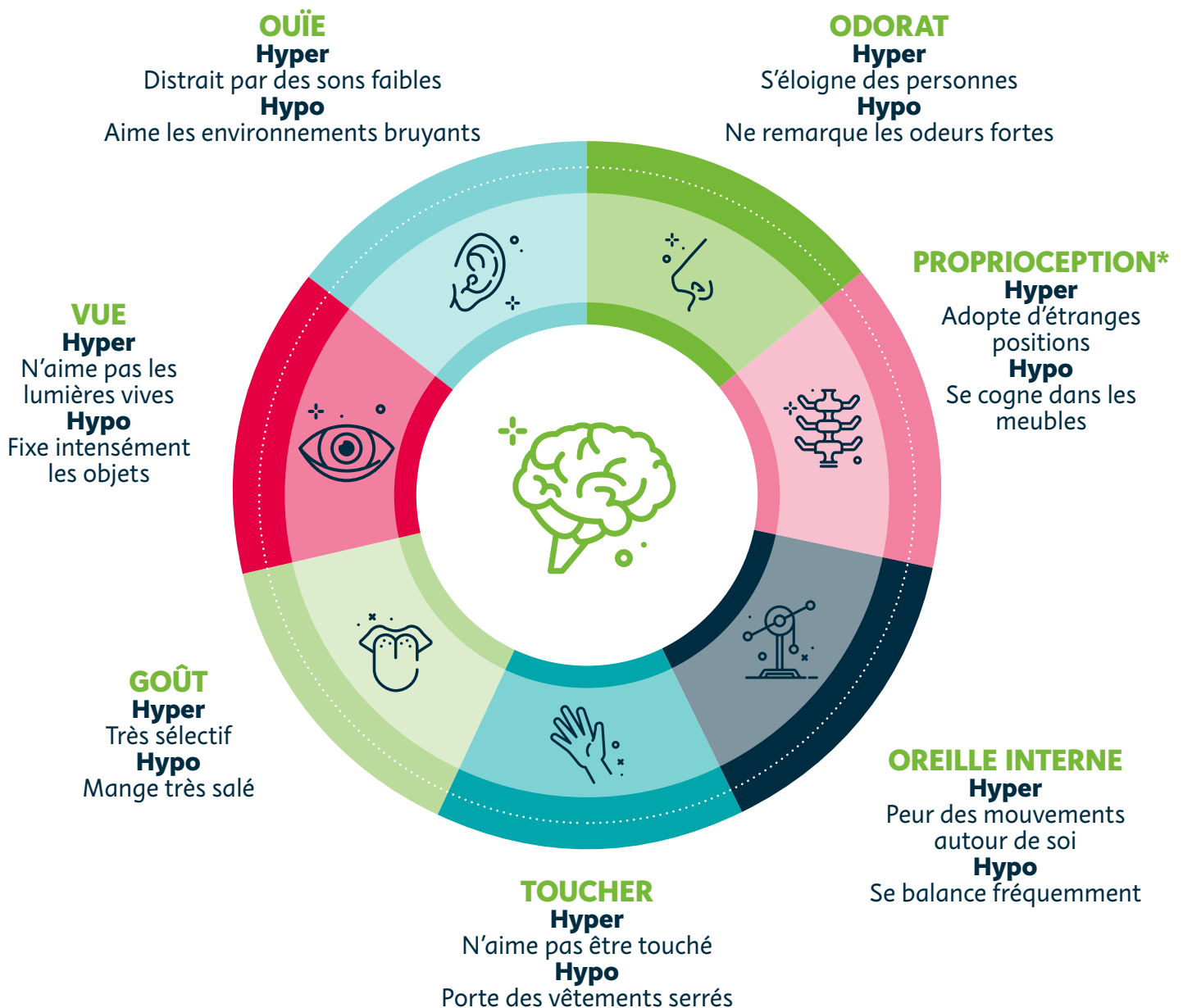
GOÛT

Particularités alimentaires

Dans un sens comme dans l'autre (hyper ou hypo sensibilité), le trouble de la perception sensorielle est une réalité perturbant le quotidien des personnes neuroatypiques.

MIEUX COMPRENDRE LA PERCEPTION SENSORIELLE LIÉE AUX TSA

EXEMPLE D'HYPERSENSIBILITÉ ET D'HYPOSENSIBILITÉ DES 5 SENS



* La proprioception ou sensibilité profonde désigne la perception, consciente ou non, de la position des différentes parties du corps.

CAS D'ENTREPRISE : CGI

Seule une minorité de personnes neuroatypiques intègre le milieu professionnel. C'est peu, pourtant, grâce notamment aux plans gouvernementaux sur l'autisme, les entreprises prennent conscience de ce vivier de compétences, perçoivent la valeur ajoutée et développent des business model innovants pour mieux l'intégrer.

CGI : PLEIN PHARE SUR LE DIAGNOSTIC, UNE INITIATIVE INÉDITE !

Des enfants mal ou non diagnostiqués évoluent en milieu ordinaire, trouvent des compensations, s'adaptent et vivent, tant bien que mal avec leur handicap. Beaucoup d'adultes découvrent leur TSA, à travers un diagnostic tardif mais nécessaire ! Mais l'accès au diagnostic est long...

Spécialiste mondiale de conseil en technologie de l'information, CGI a lancé en 2020 un grand projet déployé auprès de ses 11 000 salariés : « Atypique@CGI ». Il s'agit d'un outil permettant de faciliter le diagnostic des TSA/TDAH (déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité). La durée du diagnostic est entre 1 à 3 mois, bien plus court que dans le circuit traditionnel. Un accompagnement vers la RQTH est également proposé. La question de la reconnaissance est en effet importante pour adapter le poste de travail et collaborer dans la durée.

SERVICES ET DISPOSITIFS RESSOURCES



INTERNET



Webinaire « Qu'est que l'autisme ? »
de Asperteam

Webinaire « Les bonnes pratiques de maintien dans l'emploi »
de Asperteam

Pensez à vous inscrire pour accéder aux deux webinaires cités ci-dessus

Une affiche à imprimer pour définir l'autisme

Le Guide Simon « Projet SIMON : l'entreprise devient accessible aux
personnes autistes » par Handisup

ASSOCIATIONS



Autisme France

Asperteam

Sésame Autisme

Asperger Aide France



Retrouvez plus d'informations sur le site
www.agefiph.fr



Découvrez le témoignage de Auticonsult



Découvrez le témoignage de Stef



Découvrez le témoignage de Thibault Girardon



Et beaucoup d'autres dans le centre de ressources du site agefiph.fr