

Ce qu'il FAUT SAVOIR

Le syndrome d'Asperger et le TED non spécifié : Feuille de renseignements à l'intention des parents et des soignants



Thomas est un garçon de 10 ans qui s'est toujours beaucoup intéressé aux trains. Il en connaît tellement sur les trains qu'il peut en parler sans arrêt. Si vous souhaitez connaître l'horaire d'arrivée ou de départ d'un train à la gare locale, il pourrait vous le donner. Thomas a toujours fait ses devoirs sans difficulté et obtient de bons résultats à l'école sans faire beaucoup d'effort.

Mais, quand il est avec d'autres personnes, Thomas a beaucoup plus de problèmes. On dirait qu'il n'arrive pas à entrer en relation avec les autres. Il n'a pas d'amis et semble ne pas comprendre les « signaux sociaux » qu'on lui envoie. Il peut parler de trains pendant des heures sans s'apercevoir que les autres finissent par en avoir assez. Il parle sans tenir compte des autres personnes et sans leur permettre de parler à leur tour. Les autres pensent qu'il est égoïste et qu'il se pense le centre de la terre, parce qu'il semble incapable de voir les choses de leur point de vue. À mesure qu'il vieillit, il devient de plus en plus clair que Thomas est différent des autres de son âge. Un jour, après avoir été mis de côté une fois de plus par ses camarades de classe, il a dit, « Parfois, j'aimerais bien être comme les autres ».

(Si vous voulez des renseignements sur le trouble autistique, consultez le feuillet de renseignements intitulé « Ce qu'il faut savoir sur le trouble autistique ».)

Que sont le syndrome d'Asperger et le trouble envahissant du développement non spécifié?

Le syndrome d'Asperger (SA) et le trouble envahissant du développement non spécifié (TED non spécifié) appartiennent à un groupe de troubles appelé troubles du spectre autistique (TSA) ou troubles envahissants du développement (TED). Comme le syndrome d'Asperger et le TED non spécifié ont beaucoup de caractéristiques en commun, on les regroupe souvent, comme nous l'avons fait dans le présent feuillet de renseignements.

Ils changent comment une personne va :

- communiquer;
- comprendre les autres;
- entretenir des relations avec les autres;
- jouer avec les autres.

Qu'est-ce qui cause les TSA?

L'hérédité : dans une même famille, on peut trouver plusieurs cas d'autisme ou de TED;

Les vaccins ne causent pas l'autisme. Bien que les causes exactes des TED ne soient pas clairement établies, un grand nombre d'études sérieuses ont confirmé que les vaccins sont sans danger et n'ont aucun lien avec l'autisme.

Le spectre de l'autisme

Les TED vus comme un ensemble continu ou « spectre » nous aident à mieux comprendre ce qu'ils sont. Le spectre de l'autisme décrit un ensemble de troubles.

Le plus grave

Troubles du spectre autistique (autisme classique)

Les enfants autistes :

- ont du mal à entretenir des relations avec les autres;
- ont du mal à communiquer;
- ont des problèmes de comportement.

Plus de cinq enfants sur dix qui sont atteints d'autisme pourraient aussi avoir une déficience intellectuelle. Or, les personnes ayant une déficience intellectuelle auront, toute leur vie, une capacité moindre d'apprendre et de s'adapter à leur milieu.

Trouble envahissant du développement non spécifié (TED non spécifié)

Les personnes atteintes d'un TED non spécifié :

- éprouvent des difficultés de communication et d'interaction sociale;
- présentent certains des critères du trouble autistique, mais pas tous;
- ont parfois des retards de langage;
- ont parfois un problème de développement intellectuel.

Syndrome d'Asperger (SA)

Les enfants qui ont un syndrome d'Asperger :

- ont de la difficulté à entretenir des relations avec les autres;
- ont de la difficulté à interpréter le langage du corps des autres (comme les « expressions du visage », le ton de la voix ou les mouvements du corps);
- à voir les choses du point de vue des autres.

Ces problèmes les empêchent d'entrer en relation avec les autres.

Au contraire des enfants qui ont d'autres types de TED, les enfants qui ont un syndrome d'Asperger :

- ont une intelligence normale ou supérieure à la moyenne;
- ont une maîtrise normale ou supérieure du langage verbal (compréhension et expression d'idées à l'aide de mots);
- acquièrent des aptitudes à l'autonomie correspondant à leur âge;
- ont parfois un intérêt très marqué pour un domaine précis.

Le syndrome d'Asperger (SA) ressemble beaucoup au trouble de l'apprentissage non verbal. Dans les deux cas, les personnes atteintes éprouvent de graves difficultés sur le plan des techniques et des aptitudes de communication non verbale. Toutefois, les personnes atteintes du syndrome d'Asperger ont tendance à avoir des problèmes plus graves quant à la coordination des points de vue.

Que dois-je faire si je pense que mon enfant a un TED?

Si vous pensez que votre enfant a un TED, amenez votre enfant chez votre médecin de famille ou un pédiatre pour vérifier que ses symptômes ne sont pas causés ou aggravés par un problème médical. Le médecin vous dirigera peut-être vers des services d'évaluation du développement.

Les TED sont-ils courants?

Les TED sont plus fréquents chez les garçons. Dans les études visant à évaluer la fréquence des TED, les chercheurs ne s'entendent pas. Selon certains chercheurs, le pourcentage de TED dans la population générale serait de 3 pour 10 000; alors que d'autres évaluent ce taux à 1 sur 250.

Les caractéristiques des troubles envahissants du développement

Les enfants et les adolescents atteints d'un TED peuvent avoir de nombreux problèmes parmi les suivants :

1 Des problèmes de communication

Les enfants et les adolescents atteints d'un TED ont du mal à comprendre le langage non verbal. Ils peuvent être incapables de comprendre les « signaux sociaux » que la plupart des enfants comprennent facilement. Par exemple, ils ne remarqueront pas qu'ils parlent depuis trop longtemps ou que les autres commencent à s'ennuyer. Ils peuvent aussi avoir de la difficulté à utiliser le langage du corps, par exemple les expressions du visage, comme sourire quand ils rencontrent quelqu'un.

De nombreux enfants et adolescents atteints d'un TED utilisent le langage normalement et comprennent ce que les autres leur disent. Mais, certains ont de la difficulté à exprimer leurs pensées ou leurs sentiments. D'autres ont des problèmes de langage.

2 De la difficulté à établir des relations avec les autres

Pour vivre en société, il est utile de deviner ou de comprendre ce que les autres pensent ou ressentent. Par exemple, si nous savons qu'un ami a passé une mauvaise journée, nous sommes d'habitude capables de deviner que cet ami se sent probablement triste ou contrarié. Les enfants et les adolescents atteints de TED ont de la difficulté à avoir de la sympathie ou de la compassion envers les autres. Ils ont aussi de la difficulté à voir les choses du point de vue des autres. Ils sont donc incapables d'imaginer ce que peut ressentir un ami et ne savent pas comment exprimer de la sympathie. Il leur est ainsi difficile de se faire des amis. Avec de l'aide, de nombreux enfants TED apprennent à se « mettre à la place des autres », mais ce processus prend du temps.

3 Une façon inhabituelle d'utiliser les jouets et les objets

Les enfants atteints d'un TED s'intéressent aux jouets, mais ils jouent souvent avec ceux-ci d'une manière différente de celle des autres enfants. Par exemple, un enfant qui joue avec un train alignera les wagons l'un derrière l'autre sans arrêt, portera un intérêt obsessionnel à certaines parties du jouet ou démontera puis remontera le jouet sans arrêt.

4 Routines fixes et rituels

Les enfants et les adolescents atteints d'un TED ont un penchant pour les activités très répétitives (p. ex., ordonner les objets). Ils peuvent être très contrariés si on essaie de les arrêter. Les jeunes qui ont un trouble obsessionnel compulsif (TOC) ont également des rituels de ce type. Dans certains cas, le TOC est diagnostiqué avant le TED.

Les enfants et les adolescents atteints d'un TED peuvent aussi avoir les caractéristiques suivantes :

- **Un trouble du processus sensoriel.** Leur cerveau a du mal à traiter l'information transmise par les sens. Ainsi, certains enfants ont une hypersensibilité (sont très sensibles) aux sons, au toucher ou au mouvement. Ils peuvent ressentir une grande détresse ou tout faire pour éviter certaines situations.

Par exemple, ces enfants peuvent être bouleversés :

- lorsqu'ils entendent des bruits forts;
- lorsqu'il y a beaucoup de monde autour d'eux;
- lorsqu'on les touche;

Termes...

Empathie : Être capable de comprendre les sentiments ou les problèmes d'une autre personne.

Langage verbal : Ce que nous disons. Le fait de parler.

Langage non verbal : Comment nous disons les choses (langage du corps, ton de la voix, expressions du visage et gestes)

Signaux sociaux : Signes qui expriment comment on se sent et ce que l'on pense. Ils servent souvent d'indices sur l'action, comme savoir qu'il est temps de laisser l'autre personne parler.

- lorsqu'ils sentent les étiquettes des vêtements;
- lorsqu'ils goûtent des aliments ayant une certaine texture.

À l'inverse, d'autres enfants ont une hyposensibilité (ne sont pas sensibles) aux sons, au toucher et au mouvement et rechercheront le bruit, les sensations tactiles (toucher) ou le mouvement. Par exemple, un enfant pourra crier, tenter de toucher à tout ou se tourner sur lui-même. **Chez beaucoup d'enfants, ces troubles sensoriels sont graves et peuvent causer des difficultés plus importantes si on ne s'occupe pas de ces problèmes.**

- **Des difficultés liées aux changements de routine ou de milieu.** Elles peuvent être causées par un trouble du processus sensoriel. Beaucoup de parents nous disent que leur enfant a du mal à passer d'une activité à une autre. Le moindre petit changement à l'horaire ou dans la routine entraîne des problèmes. Les parents savent qu'ils doivent informer leur enfant à l'avance de tout changement lié aux activités prévues ou à la routine. Les enfants atteints d'un TED sont généralement plus à l'aise quand la routine et leur milieu demeurent le plus stables possible. Le changement de soignant ou d'enseignant peut être particulièrement stressant pour certains enfants.
- **Un trouble de l'attention et une tendance à se laisser distraire.** Les enfants et les adolescents atteints d'un TED sont facilement distraits et ont de la difficulté à concentrer leur attention. Il est important de trouver la source du problème. Par exemple, un enfant peut être incapable de demeurer attentif parce qu'il est bouleversé par le bruit autour de lui (comme le bourdonnement de lampes fluorescentes ou le fait de se trouver dans une salle de classe remplie d'enfants). Dans ce cas, le fait de baisser le niveau de bruit aidera l'enfant à se concentrer.

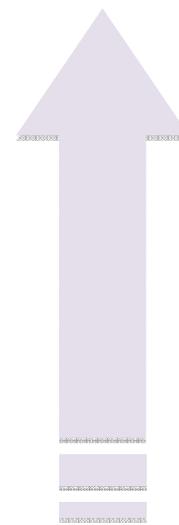
Certains enfants et adolescents atteints d'un TED ont aussi un trouble déficitaire de l'attention (TDA) ou un trouble d'hyperactivité avec déficit de l'attention (THADA). Les traitements utilisés d'habitude en cas de THADA peuvent être utiles chez ces enfants.

Un trouble de l'humeur (p. ex., la colère ou l'anxiété). Lorsque les choses nous dépassent, nous sommes parfois en colère, anxieux ou contrariés. Les enfants atteints d'un TED sont plus facilement contrariés à cause des difficultés qu'ils doivent surmonter. Vous pouvez aider votre enfant en tentant de trouver les sources de son stress (est-il lié au travail scolaire, aux professeurs, aux camarades de classe, aux parents, aux frères et sœurs?). Il sera ainsi plus facile de mettre au point un plan pour l'aider à faire face aux situations stressantes.

Les bons côtés des TED

Si les enfants et les adolescents atteints d'un TED ont certaines difficultés, ils ont aussi beaucoup de points forts. De façon générale, ils :

- **suivent les règles et obéissent aux lois.** Ils se servent aussi des règlements et des lois pour comprendre les choses;
- **s'intéressent davantage aux objets qu'aux personnes.** Cela peut aider les jeunes atteints d'un TED à réussir très bien en sciences, en génie ou en informatique. Beaucoup d'enfants et d'adolescents atteints d'un TED développent un intérêt pour d'autres domaines comme les arts, la musique, le théâtre ou les sciences sociales;
- **concentrent leur attention pendant de longues périodes,** même pour accomplir des tâches qui nous semblent banales ou ennuyantes;
- **demeurent objectifs,** car ils ne sont pas sensibles à la pression des pairs ou à l'opinion d'autrui (les jeunes atteints d'un TED ne sont pas influençables – p. ex., tenue vestimentaire, consommation de drogues);
- **ont des facultés visuelles très développées.** Nombreux sont ceux qui ont une mémoire visuelle exceptionnelle (voire une mémoire photographique des objets qu'ils ont observés). Ce type de mémoire peut être très utile dans certains domaines comme le génie, le design ou d'autres secteurs qui font appel aux aptitudes visuelles;



- **ont des facultés auditives et des aptitudes verbales très développées.** Certains enfants et adolescents atteints d'un TED ont une mémoire auditive (mémoire des sons qu'ils ont entendus) hors du commun ou un talent de communicateur, des caractéristiques utiles chez les écrivains, rédacteurs, guides touristiques ou conférenciers;
- **ont des aptitudes pour le raisonnement logique et un fort esprit d'analyse,** des qualités recherchées chez les comptables, les ingénieurs et les informaticiens;
- **ont beaucoup de connaissances dans les domaines qui les intéressent,** ce qui peut faire d'eux des experts dans le domaine qu'ils préfèrent;
- **ont des principes de travail exemplaire,** car ils sont généralement ponctuels, fiables, dignes de confiance et très précis.

Comment traite-t-on les TED?

La plupart des gens comprennent ce que sont les sentiments et les « règles » qui gouvernent les relations humaines sans avoir à y réfléchir. Ce n'est pas la même chose pour les enfants et les adolescents atteints d'un TED. Ils doivent apprendre à décoder petit à petit notre monde. Les thérapies peuvent aider les enfants et les adolescents atteints d'un TED à :

- mieux communiquer;
- améliorer leurs aptitudes sociales;
- gérer leurs émotions;
- savoir comment agir.

Les thérapies et les autres sortes de soutien faciliteront la tâche des familles, des amis et des enseignants. Certains enfants et adolescents atteints d'un TED ont aussi besoin d'être traités pour d'autres maladies comme le THADA ou les troubles de l'humeur. Les principaux traitements des TED comprennent :

Des programmes de développement des aptitudes sociales et des aptitudes à la vie quotidienne

Ces programmes aident les enfants et les adolescents atteints d'un TED à améliorer leurs aptitudes sociales pour qu'ils puissent entretenir des relations avec les autres et bien s'entendre avec eux.

Les programmes de développement des aptitudes sociales apprennent aux jeunes à :



- reconnaître les pensées et les sentiments – les personnes atteintes d'un TED ont souvent beaucoup de mal à comprendre ce que les autres pensent ou ressentent;
- réagir adéquatement aux émotions des autres;
- exprimer leur pensée ou leurs sentiments de façon adéquate et au bon moment;
- éprouver de l'empathie (ressentir de la sympathie envers les autres) et à voir les choses du point de vue des autres;
- apprendre à entretenir une conversation, comme écouter les autres et attendre son tour pour parler.

Formation en communication sociale

Ces programmes font souvent partie de ceux qui visent le développement des aptitudes sociales. Les enfants atteints d'un TED ont souvent de la difficulté à communiquer parce qu'ils ont des problèmes sur le plan du langage non verbal.

Quels sont les traitements qui fonctionnent?

La grande variété de traitements offerts peut entraîner une certaine confusion. Étudiez chacun d'entre eux avec soin. Certains traitements très publicisés se révèlent inefficaces lorsqu'ils font l'objet d'études par des chercheurs qualifiés. Pour choisir un traitement, posez les questions suivantes :

1. Le traitement peut-il avoir des effets néfastes?
2. Le traitement est-il adapté au niveau de développement de mon enfant?
3. Quels seront les effets sur mon enfant et notre famille si le traitement n'est pas efficace?
4. L'efficacité du traitement a-t-elle été évaluée par des chercheurs qualifiés? Les résultats ont-ils été confirmés par une autre étude?
5. Le traitement s'adapte-t-il sans problème à la routine de mon enfant? Soyez prudents lorsque des traitements « ignorent » certains aspects de la vie ou de l'apprentissage de votre enfant.

Bien que les enfants atteints d'un TED utilisent le langage verbal normalement, ils ont du mal à communiquer avec les autres à cause d'un trouble du langage non verbal.

L'apprentissage de la communication peut les aider à :



- interpréter les signaux sociaux;
- comprendre comment utiliser le bon ton de voix au bon moment;
- attendre leur tour avant de parler;
- montrer de l'intérêt envers les autres et ce qu'ils disent.

Une intervention par l'intégration sensorielle

Ce type d'intervention vise à aider les enfants atteints d'un TED qui ont des troubles du processus sensoriel. Un ergothérapeute évalue l'enfant et établit son programme d'activités sensorielles (sorte de « régime pour les sens »). Ces interventions sont utiles, mais n'aident les enfants que pour une partie des problèmes liés au TED. Elles n'aident pas les enfants et les adolescents atteints d'un TED sur le plan des problèmes reliés aux aptitudes sociales.

Ce genre d'intervention ne doit donc pas être la seule forme de traitement d'un TED. Les thérapies et les programmes centrés sur les activités sensorielles doivent être envisagés seulement :

- après y avoir bien réfléchi;
- accompagnés d'autres traitements qui ont fait leurs preuves;
- s'ils ne nuisent pas aux traitements qui ont fait leurs preuves.

En cas d'hypersensibilité auditive (grande sensibilité aux sons), il est utile de :

- suggérer à l'enfant de porter des bouchons d'oreille;
- mettre les enfants au courant à l'avance des situations qui pourraient être bruyantes;
- prévoir un endroit calme pour relaxer en cas de bruit trop fort.

En cas d'hypersensibilité tactile (grande sensibilité au toucher), il est utile :

- d'enlever les étiquettes des vêtements;
- de donner un plus grand espace individuel à l'enfant;
- d'utiliser la « pression profonde » (comme l'emploi de couvertures ou de vestes « lourdes ») pour aider ces enfants à se calmer.

Des programmes de gestion du comportement

Les enfants et des adolescents atteints d'un TED ont souvent des problèmes de comportement, comme l'agressivité, l'automutilation (blessure que l'enfant se fait subir à lui-même) ou des comportements dérangeants ou inappropriés. Les programmes, centrés sur le comportement positif peuvent agir sur les problèmes de comportement; ils sont le meilleur choix au départ. Ces programmes sont centrés sur les objectifs de l'enfant (les facteurs qui motivent le comportement) et les bons moyens pour y arriver.

Des médicaments

Les médicaments peuvent aider les enfants et les adolescents atteints d'un TED en cas de :

- trouble obsessionnel compulsif (TOC);
- trouble d'hyperactivité avec déficit de l'attention (THADA);
- problèmes d'impulsivité;
- troubles du sommeil;
- trouble d'anxiété;
- dépression.

Une « thérapie par la parole »



Les thérapies cognitivo-comportementales peuvent aider certains enfants à changer leur façon de voir les choses. Cela peut changer comment ils se sentent et comment ils agissent. Les relations avec les membres de la famille, les pairs et les professeurs peuvent être une source de stress pour les enfants et les adolescents atteints d'un TED. La thérapie par la parole vise à trouver la source du stress et à agir sur le problème pour gérer le stress. La thérapie par la parole est souvent très utile en cas d'anxiété ou de dépression.

Comment aider les enfants et les adolescents atteints d'un TED – à l'école

Faites reconnaître les besoins particuliers de votre enfant. Il est utile que les besoins particuliers des élèves atteints d'un TED soient reconnus par un Comité d'identification, de placement et de révision (CIPR). Ce groupe est formé d'enseignants, de professionnels du milieu communautaires, de membres du personnel de soutien de l'école et de la famille.

Demandez qu'un plan d'enseignement individualisé (PEI) soit fait pour votre enfant. Le CIPR proposera un plan d'intervention pour votre enfant. Ce plan décrira les grandes lignes du programme individuel adapté à votre enfant ainsi que les moyens à utiliser pour l'aider. Beaucoup des jeunes atteints d'un TED peuvent, avec du soutien, fréquenter une classe régulière. Certains conseils scolaires offrent des classes spéciales aux enfants atteints d'un TED qui ont de la difficulté à être dans une classe régulière.

Demandez qu'une évaluation psychopédagogique soit faite pour votre enfant. Ce type d'évaluation peut être très utile. Cette évaluation peut servir à l'élaboration du plan d'enseignement de votre enfant. Si votre enfant n'a pas été évalué, un psychologue scolaire pourra lui faire passer des tests très détaillés pour évaluer ses forces et ses faiblesses d'apprentissage. Ces examens peuvent aussi révéler certains troubles d'apprentissage.

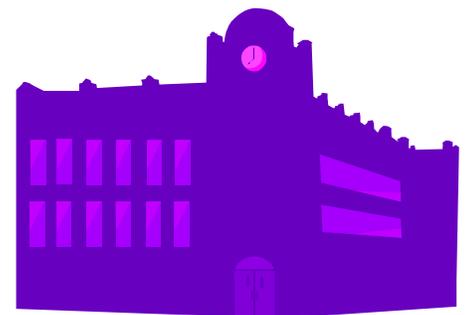
Obtenez de l'aide. Travaillez avec l'école pour que votre enfant obtienne l'aide dont il a besoin. Les ordinateurs portables, les appareils auditifs ou d'autres outils technologiques peuvent aider certains enfants. De plus, il est parfois possible d'obtenir un soutien additionnel de spécialistes :

- Assistant en éducation (aide-enseignante);
- Ergothérapeute;
- Physiothérapeute;
- Orthophoniste;
- Thérapeute du comportement.

Rendez la tâche de votre enfant plus légère à l'école secondaire. Dans bien des cas, le fait de remplacer certains cours par des périodes de ressourcement est profitable pour les jeunes atteints d'un TED.

Aider les enfants et les adolescents atteints d'un TED – à la maison et l'école

Voici des moyens que les parents et les enseignants peuvent utiliser pour aider les enfants et les adolescents atteints d'un TED à venir à bout de certaines difficultés. Chaque enfant est différent, c'est pourquoi vous devrez adapter votre approche en fonction de chaque enfant.



8:00 l'autobus

9:00 science

10:00 € musique

11:00 € bibliothèque

12:00 € dîner

Gérer le changement

Certains enfants ou adolescents ont besoin d'avoir la même routine tous les jours, car même un petit changement peut les bouleverser.

Les parents et les enseignants peuvent aider les enfants ou adolescents en :

- **respectant un horaire régulier**, pour que chaque journée se déroule de la même façon, dans la mesure du possible;
- **distribuant aux élèves un horaire** de la journée. Pour certains élèves, un horaire affiché au tableau suffit, alors que pour d'autres, il est préférable qu'ils aient une feuille imprimée à leur bureau;
- **informant les enfants à l'avance de tout changement à l'horaire**. Par exemple, un enseignant peut avertir les élèves qu'il sera probablement absent quelques fois dans l'année et qu'un remplaçant s'occupera d'eux. Si votre enfant doit changer d'école, faites-lui visiter la nouvelle école (plusieurs fois si nécessaire), rencontrer les enseignants et faire le trajet pour s'y rendre;
- **donnant un avertissement quand un changement va se produire**. Par exemple, « Dans 5 minutes, nous allons terminer cette activité et nous préparer à manger »;
- **offrant un choix autant que possible**. Par exemple, « Tu peux arrêter l'activité maintenant ou dans une minute ».



inquiet

Améliorer les aptitudes sociales de l'enfant

Comme nous l'avons déjà vu, les enfants et les adolescents atteints d'un TED ne comprennent pas toutes les subtilités entourant les règles sociales qui permettent de bien s'entendre avec les autres. Ils peuvent ainsi sembler être centrés sur eux-mêmes et parler « aux » autres plutôt « qu'avec » eux. Il arrive aussi qu'ils disent des choses sans le vouloir, comme « Ton chandail est très laid ».

Les parents et les enseignants peuvent :



- **aider l'enfant à avoir des aptitudes sociales**, de façon individuelle (attention à ce que l'enfant ne se sente pas mis de côté) ou en classe, dans le cadre de l'enseignement donné au groupe;
- **indiquer les comportements positifs**. Donnez-lui des « indices » ou rappelez gentiment à votre enfant qu'il doit dire « bonjour », « merci » ou laisser un autre enfant parler;
- **créer et répéter des « scénarios sociaux »** (il pourra les utiliser dans différentes situations sociales). Créez et répétez des exemples de « situations sociales » qui expliquent comment agir et pourquoi;
- **utiliser le renforcement positif**. Il est important de souligner les aptitudes sociales positives d'un enfant, même si ces gestes sont évidents pour les autres;
- **Éviter de taquiner, ridiculiser ou faire honte à un jeune atteint d'un TED**, peu importe le degré de frustration que vous ressentez.
- **surveiller les interactions avec les pairs à l'école**, et intervenir si des camarades se moquent de l'enfant. Les enfants et les adolescents atteints d'un TED risquent davantage qu'on se moque d'eux, qu'on les intimide ou qu'on les mette de côté. Les enseignants peuvent aider à renforcer l'estime de soi de ces enfants en utilisant leurs forces pour aider les autres (faire la lecture à des élèves pour qui cette tâche est difficile). Le fait de désigner un ou deux « protecteurs » (camarades empathiques) pour guider les élèves atteints d'un TED peut aussi être très utile.

Réduire les difficultés liées à la communication non verbale

- **Ne forcez pas l'enfant à établir un contact visuel.** Beaucoup d'enfants ou adolescents atteints d'un TED évitent les contacts visuels parce qu'ils trouvent cela trop difficile à supporter. Les forcer à vous regarder ne règlera rien. Il ne faut jamais blâmer ou punir un enfant qui refuse de vous regarder dans les yeux.
- **Ne comptez pas seulement sur le langage du corps.** Vous devez expliquer ce que vous voulez dire, car les enfants et les adolescents atteints d'un TED ont de la difficulté à interpréter le langage du corps. Si un enfant parle depuis très longtemps de son sujet favori, vous pouvez lui dire « Merci pour toutes ces informations. Je dois partir maintenant ». L'enfant ne comprendra pas si vous regardez constamment votre montre.
- **Entraînez-le à interpréter les indices non verbaux.** Regardez la télévision sans le son ou observez les gens discuter de loin. Demandez à votre enfant de décrire l'action et ce que ressentent ces gens. Aidez votre enfant à interpréter ce qu'il voit, « Tu vois, elle a les sourcils froncés - elle a l'air fâchée ».
- **Exprimer vos sentiments avec des mots.** Les enfants et les adolescents atteints d'un TED ont de la difficulté à faire la différence entre la voix de quelqu'un de joyeux et celle de quelqu'un qui est fâché. Vous ne pouvez pas compter sur le ton ou la force de votre voix pour lui exprimer vos sentiments. Expliquez ce que vous ressentez avec des mots. « Je trouve cette situation très frustrante ».
- **Travaillez les expressions du visage.** Les enfants et les adolescents atteints d'un TED pourraient sourire ou rire quand ils sont anxieux ou, au contraire, sembler s'ennuyer quand ils sont heureux. Encouragez-les à utiliser un miroir pour s'entraîner à avoir l'expression du visage qui correspond à leur humeur.

Pensée concrète et sens propre (premier sens d'un mot)

Les enfants et les adolescents atteints d'un TED réfléchissent en termes concrets et comprennent le sens propre des mots. Ils ont de la difficulté à comprendre les sarcasmes (jeux de mots blessants) ou les blagues.

Les parents et les enseignants peuvent aider en :

- **limitant l'emploi des métaphores** (façon de décrire qui fait appel à une image – comme dans l'expression « cette chambre est une vraie porcherie »). Vous pouvez utiliser des métaphores, mais il faudra en expliquer le sens. Vous pouvez dire « Il faut que tu te retrousses les manches en math », mais il faudra expliquer, « je suis inquiet au sujet de tes résultats en math – alors, il faut que tu fasses bien tes devoirs et que tu poses des questions quand il y a quelque chose que tu ne comprends pas »;
- **racontant des blagues.** Souvent, les enfants et les adolescents atteints d'un TED apprécient l'humour et aiment les jeux de mots, alors n'hésitez pas à leur en raconter et à expliquer leur sens. Précisez ce que vous dites quand vous utilisez des sarcasmes ou des expressions imagées;
- **exprimant les choses simplement.** Souvent, les enfants et les adolescents atteints d'un TED ont de la difficulté à comprendre les idées abstraites. Essayez d'exprimer vos idées en divisant vos idées ou utilisez des photographies pour les expliquer. Par exemple, Temple Grandin, une auteure et conférencière atteinte d'un TED, a remarqué que l'image d'un colombe, d'un calumet de la paix ou de la signature d'un traité de paix l'aidait à comprendre le concept de paix;
- **vérifiant si l'enfant a compris.** Les enfants et les adolescents atteints d'un TED ont souvent de la difficulté à comprendre ce qu'ils entendent ou ce qu'ils lisent, et ce, même s'ils sont de bons lecteurs ou qu'ils répètent ce que vous dites. Posez-leur des questions pour vérifier qu'ils ont bien compris.



=

paix

Troubles de l'attention

Certains enfants et adolescents atteints d'un TED :

- sont facilement distraits;
- ont des difficultés de concentration;
- ont un trouble déficitaire de l'attention (TDA) ou un trouble d'hyperactivité avec déficit de l'attention (THADA).

Il y a beaucoup de façons de les aider à améliorer leur concentration, p. ex. :

- Installer l'enfant à l'avant de la classe;



- Limiter les sources de distractions visuelles autour de l'enfant;
- Leur accorder du temps pour répondre. Certains enfants ont besoin de temps pour répondre à une question. Si vous les interrompez, ils risquent de perdre leur concentration et devront retrouver le fil de leur pensée;
- Prévoir du temps pour les stimulations positives. Les enfants et les adolescents qui ne sont pas assez stimulés peuvent gigoter ou avoir du mal à demeurer immobiles. Donnez-leur l'occasion d'aller faire une promenade, de s'asseoir sur un ballon d'exercice ou de manipuler une balle antistress.

Pour de plus amples renseignements sur les façons d'aider un enfant qui a de la difficulté à se concentrer, consultez notre feuille de renseignements sur le THADA.

Difficultés liées aux fonctions exécutives (fonctions qui permettent de commencer à faire quelque chose ou à effectuer quelque chose dans un but précis)

Certains enfants et adolescents atteints d'un TED ont des problèmes liés aux fonctions exécutives; ils ont du mal à :

- établir des priorités;
- planifier;
- gérer leur temps;
- gérer les notions de temps et d'espace.

Vous pouvez les aider en :

- divisant la période des devoirs en plusieurs petites séances;
- établissant un calendrier des devoirs;
- facilitant l'organisation des devoirs. Les élèves plus âgés désireront peut-être regrouper toutes leurs notes de cours dans un seul classeur. Chez les plus jeunes, le fait donner une couleur à chaque matière et d'apposer sur leurs livres un autocollant de la couleur correspondante à celui du classeur ou du « Duo-Tang » qu'ils utilisent pour cette matière leur facilitera la tâche;
- maintenant un lien étroit entre les parents et les enseignants. Les échanges de commentaires à l'aide du cahier de communication de l'enfant peuvent donner de bons résultats;
- acceptant le fait que les adultes jouent un rôle important dans ce domaine. Les adultes devront peut-être aider l'élève jusqu'à ce qu'il développe assez d'aptitudes.



Champs d'intérêt limités

Les enfants et les adolescents atteints d'un TED ont souvent un intérêt très marqué pour un domaine bien spécifique, comme les transports, la technologie, les dinosaures, la météo ou la musique. Des fois, ils aiment tellement le sujet qu'ils peuvent en parler sans arrêt, sans s'apercevoir que ce qu'ils disent n'intéresse pas les autres.

Il est possible de les aider en :

- **établissant des limites** concernant le temps pendant lequel un enfant ou un adolescent peut parler de ce sujet ou s'y consacrer. Par exemple, vous pouvez autoriser l'enfant à poser seulement trois questions chaque jour sur ce sujet, puis seulement à certains moments de la journée;
- **utilisant cet intérêt particulier pour favoriser les échanges avec des camarades** qui partagent leur passion ou en partant de cet intérêt pour l'intéresser à d'autres sujets. Par exemple, l'intérêt d'un enfant pour les trains peut le motiver à résoudre des problèmes mathématiques qui concernent les trains. Une histoire ou un article portant sur les trains peut servir de tâche de lecture. Vous pouvez aussi utiliser le sujet pour faire le lien avec d'autres domaines. Par exemple, comparer les trains aux autres moyens de transport.

Troubles de la motricité (mouvement)

Les troubles moteurs comprennent :

- les troubles de la motricité fine (liés à l'usage des mains et des doigts), lesquels entraînent des difficultés dans les tâches d'écriture, de recopiage ou la compréhension de ce qu'ils recopient;
- les troubles de la motricité globale (liés à l'usage des bras, des jambes ou aux mouvements corporels). Ces enfants paraissent « gauches » et ne réussissent pas bien dans les sports d'équipe.

Vous pouvez les aider en :

- demandant au conseil scolaire si vous pouvez avoir l'aide d'un ergothérapeute. Ce spécialiste peut aider sur le plan des problèmes de motricité fine et, dans certains cas, de motricité globale;
- proposant certains arrangements dans le cours d'éducation physique. Assurez-vous que l'enfant ou l'adolescent ne se trouve pas en situation de compétition avec les pairs et que les élèves ne choisissent pas les équipes eux-mêmes. Ces situations peuvent être pénibles pour les élèves atteints d'un TED, car ils sont généralement choisis en dernier. Trouvez d'autres moyens pour former les équipes;



Proposant certains arrangements liés à la motricité fine :

- utilisant des crayons/stylos adaptés ou des dispositifs qui facilitent leur manipulation,
- permettant à l'enfant d'écrire sur du papier quadrillé pour lui fournir des repères visuospatiaux,
- permettre aux élèves plus âgés d'utiliser un clavier pour prendre des notes ou rédiger des textes ou des examens,
- fournissant les photocopies des notes de l'enseignant et en accordant plus de temps pour recopier les notes écrites au tableau.

Problèmes liés au processus sensoriel

Certains enfants ou adolescents atteints d'un TED sont hypersensibles aux sons, à la lumière, au toucher ou au mouvement.

Vous pouvez les aider en :

- apprenant à mieux comprendre pourquoi l'enfant devient trop stimulé et comment il réagit. Ces enfants ou adolescents n'arrivent pas forcément à comprendre qu'ils sont trop stimulés. Les adultes peuvent leur apprendre à reconnaître certains indices pour qu'ils arrivent à mieux faire face à la situation;
- proposant des arrangements aux enfants qui sont très sensibles au toucher (pour minimiser sa surprise) :
 - permettant à l'enfant de se retirer dans un endroit isolé à certains moments,
 - plaçant l'enfant à l'avant ou à l'arrière d'une file d'attente. Le risque de bousculade est plus élevé en milieu de file,
 - donnant à l'enfant un casier au bout du couloir pour qu'il n'ait qu'un seul voisin,
 - touchant l'enfant avec fermeté plutôt que le frôler,
 - prévenant l'enfant que vous allez le toucher;
- proposant des arrangements aux enfants qui sont très sensibles aux sons :
 - vous renseignant sur les systèmes MF (modulation de fréquence) (l'enfant porte un casque d'écoute qui diffuse la voix de l'enseignant directement dans ses oreilles, ce qui permet de diminuer le bruit autour de lui),
 - plaçant l'enfant près de l'enseignant, mais loin des sources de distraction (porte ou fenêtre),
 - parlant lentement en faisant des phrases courtes,



- tenez compte de la façon dont l'enfant apprend. Par exemple, utilisez des indices visuels pour les enfants qui apprennent en se servant de la vue (apprenants visuels) ou fournissez des instructions écrites pour appuyer ce que vous dites.

Difficultés liées à la maîtrise des émotions

Certains enfants ou adolescents atteints d'un TED ont de la difficulté à maîtriser leurs émotions. Ils ont des sautes d'humeur soudaines, allant de la « combativité » (irritabilité, colère et rages) à la « fuite » (anxiété, phobie, retrait). On observe parfois un état de prostration (l'enfant reste figé).

Vous pouvez les aider en :

- ayant un endroit tranquille et sécuritaire où l'enfant pourra retrouver son calme;
- amenant l'enfant à utiliser certains mots pour exprimer ses émotions pour que les autres puissent le comprendre et l'aider;
- apprenant à l'enfant des moyens pour maîtriser les émotions pénibles, comme :
 - respirer profondément (inspirer par le nez et expirer par la bouche),
 - se confier à son enseignant ou à ses parents pour obtenir de l'aide/soutien,
 - faire une pause ou avoir un endroit pour relaxer,
 - utilisez la stimulation à visée apaisante (manipuler une balle antistress, faire une promenade, écouter de la musique douce);
- surveillant les signes de dépression, car les enfants et les adolescents atteints d'un TED courent un plus grand risque de dépression.

Les enfants et les adolescents atteints d'un TED vivent peut-être un épisode dépressif s'ils :

- sont plus désorganisés qu'avant;
- se mettent à l'écart des autres;
- sont plus fatigués qu'à l'habitude;
- gèrent moins bien le stress qu'à l'habitude;
- pleurent plus souvent;
- parlent de suicide.

« Thomas aime toujours autant les trains, mais au moins... »

Le fait de découvrir que leur enfant était atteint du syndrome d'Asperger a permis aux parents de Thomas de voir les choses sous un autre angle et de trouver de nouvelles façons pour l'aider à gérer certains comportements.

Ses parents se sont beaucoup renseignés et se sont joints à un groupe de soutien de la région pour les parents d'enfants autistes ou qui présentent un syndrome d'Asperger.

Ils ont compris que Thomas n'est pas un enfant à problèmes et que ses difficultés à échanger avec les autres sont liées au syndrome d'Asperger. Ils ont remarqué que souvent il ne sait pas comment agir avec les autres et ont été en mesure de l'aider à mieux comprendre les règles entourant les relations sociales.

Ses parents l'ont inscrit à un cours centré sur l'apprentissage des aptitudes sociales pour enfants atteints du syndrome d'Asperger.

À l'école, les enseignants ont réagi au diagnostic de Thomas en faisant un plan d'enseignement individualisé (PEI) pour tenir compte de ses besoins particuliers.

Thomas s'intéresse autant aux trains. Ses parents ont choisi d'en apprendre plus sur le sujet, pour pouvoir discuter avec lui de ce sujet qui l'intéresse tant. Ils peuvent ainsi l'aider à développer ses aptitudes pour entretenir une conversation. Petit à petit, ils ont réussi à l'intéresser à d'autres domaines. Grâce à leurs encouragements, Thomas a commencé à s'intéresser aux ordinateurs. Ainsi, comme Thomas a davantage de sujets de conversation et de centres d'intérêts à partager avec ses camarades de classe, il a réussi à se faire un nouvel ami.



Thomas devra surmonter beaucoup de difficultés et d'obstacles. Mais avec l'aide de ses parents, il apprendra à faire face aux problèmes au fur et à mesure. Ils savent comment trouver de l'aide et surtout ils savent qu'ils ne sont pas seuls.

Obtenir du soutien dans la région d'Ottawa

En situation de crise

- Ligne de crise pour enfants, jeunes et familles de l'est de l'Ontario, 613 260-2360 (Ottawa) ou 1 877 377-7775 (numéro sans frais), www.icrs.ca.

Pour consulter un médecin

- L'organisation des services de santé mentale varie d'une province ou d'un territoire à l'autre. Mais, peu importe l'endroit où vous vivez, un bon point de départ est de consulter le médecin de votre enfant, car celui-ci est bien placé pour vous diriger vers les bonnes ressources.

eSantéMentale.ca

- Ce site Web vise à vous aider à trouver des ressources dans la région d'Ottawa, www.esantementale.ca.
- Le fait de consulter un médecin est un premier pas important si vous pensez que votre enfant présente un syndrome d'Asperger ou un trouble envahissant du développement. Le médecin pourra évaluer la situation et vous diriger vers des services spécialisés, au besoin.

Organismes et fournisseurs de services

- Le Centre de traitement pour enfants d'Ottawa (CTEO) offre des services diagnostiques et d'intervention aux enfants ayant des besoins particuliers reliés à des déficiences physiques, ou à des troubles du développement et du comportement, y compris ceux atteints d'un TED 613 737-0871, www.octc.ca.

- L'organisme Coordination des services propose des services de gestion de cas, de renseignement et d'orientation aux familles dont un membre a une déficience intellectuelle ou un trouble du spectre de l'autisme, 613 748-1788, www.scsottawa.on.ca.

- Autisme Ontario Ottawa organise des activités sociales et récréatives et offre des renseignements et du soutien aux enfants et à leur famille, 613 230-6305, www.autismontario.com/ottawa.

Ces services comprennent :

- Groupe de soutien pour les parents d'enfants atteints du syndrome d'Asperger;
- « Aspirations » (groupe pour les adultes et les plus de 16 ans), <http://aspirations.topcities.com>;
- Groupe Asperger (pour les 15 à 25 ans);
- Membres de la famille d'adultes atteints d'un TED;
- Groupe de soutien pour les parents d'autistes.

- L'organisme Children at risk (enfants à risque) offre des services visant à aider les enfants atteints d'un TED à développer leurs aptitudes comportementales, sociales et relationnelles et à promouvoir leurs droits à l'aide de divers moyens – développement des aptitudes sociales ou habiletés fondamentales, groupe de soutien pour la fratrie, etc., 613 741-8255, <http://www.childrenatrisk.ca> (site en anglais seulement).

Aide financière

Cela peut coûter cher de prendre soin d'un enfant atteint d'un TSA. Le gouvernement de l'Ontario offre des programmes qui pourraient vous être utiles. Pour en savoir plus long, consultez notre feuillet de renseignements intitulé **Conseils financiers pour les parents d'enfants ayant des besoins spéciaux**. Vous pouvez aussi appeler le ministère des Services à l'enfance et à la jeunesse au 613 787-4067 ou visiter son site Web à l'adresse suivante : www.children.gov.on.ca/htdocs/French/topics/specialneeds/disabilities/index.aspx.

Consulter un psychologue

- Un psychologue peut rencontrer votre enfant et procéder à son évaluation pour déterminer s'il est atteint d'un trouble envahissant du développement (TED). Les frais exigés par les psychologues qui exercent en pratique privée sont couverts par certains contrats d'assurance maladie. En outre, les listes d'attente pour consulter un psychologue en pratique privée sont généralement moins longues que pour obtenir des services financés par les fonds publics.
- Pour trouver un psychologue en Ontario, vous pouvez communiquer avec le service de recommandation confidentiel de l'Ontario Psychological Association au 416 961-0069 (ou au numéro sans frais 1 800 268-0069). Le site Web de l'association www.psych.on.ca (en anglais seulement) permet de faire une recherche par nom, par ville, par langue, etc. dans le répertoire des psychologues.
- Pour trouver un psychologue à Ottawa, communiquez avec le service de recommandation de l'Académie de psychologie d'Ottawa, C.P. 4251, succ. B, Ottawa, 613 235-2529 www.ottawa-psychologists.org/find.htm. Notez que cette association ne compte pas tous les psychologues de la région parmi ses membres (adhésion volontaire).

Références

- Sofronoff, K., Attwood, T., Hinton, S. & Levin, I. (2007). A randomized controlled trial of a cognitive behavioural intervention for anger management in children diagnosed with Asperger Syndrome. *J. Autism Dev Disorder* 37: 1203-1214. Retrieved June 19, 2008 from <http://www.springerlink.com/content/7p733518uw20n536/fulltext.pdf>
- Baron-Cohen, Simon (2003). *The Essential Difference: The Truth about the Male and Female Brain*.
- Baron-Cohen, S., Wheelwright, S., Stott, C., Bolton, P., & Goodyer, I. (1997). Is there a link between engineering and autism? *Autism: An International Journal of Research and Practice*, 1, 153-163.
- Fombonne, E. (2005). Epidemiology of autistic disorder and other pervasive developmental disorders, *J. Clinical Psychiatry*;66[suppl 10]: 3-8.
- Holtmann, M., Bolte, S. & Poustka, F. (2005). ADHD, Asperger Syndrome and High-Functioning Autism (Letters to the Editor), *44(11):1101*.
- Freeman B. (1997). Guidelines for evaluating intervention programs for children with autism. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 27(6): 641-651.
- Perry, A. & Condillac, R.A. (2003). Evidence-based practices for children and adolescents with Autism Spectrum Disorders: Review of the literature and practice guide. Toronto: Children's Mental Health Ontario. Retrieved Nov 4, 2007 from http://www.kidsmentalhealth.ca/documents/EBP_autism.pdf
- .

Renseignements

Sites Web utiles

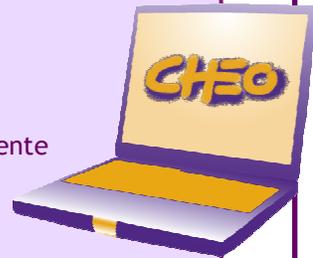
- <http://www.autismontario.com/client/aso/ao.nsf/francais> Le site d'Autisme Ontario présente une liste détaillée des ressources pédagogiques offertes
- www.asperger-integration.com Site français des plus complets sur le syndrome d'Asperger
- www.autisme.qc.ca Le syndrome d'Asperger : Fédération québécoise de l'autisme et des autres troubles envahissants du développement

Livres recommandés

- [Le syndrome d'Asperger: guide complet](#). Attwood, Tony Montréal : Chenelière, 2009.
- [Troubles envahissants du développement: guide de stratégies psychoéducatives à l'intention des parents et des professionnels](#). Mineau, Suzanne, Audrey Duquette, Katia Elkouby, Claudine Jacques, Ann Ménard, Pamela-Andrée Nérette et Sylvie Pelletier Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, 2006

Vidéos recommandées

« The Transporters » est un DVD produit avec le soutien financier du gouvernement britannique qui met en scène des trains pour enseigner les émotions aux enfants autistes, www.transporters.tv. Vous pouvez acheter le DVD ou visitez la bibliothèque de ressources familiales du CHEO. (anglais seulement)



Les auteurs

- Le comité d'information sur la santé mentale de l'Unité des services aux patients en santé mentale du CHEO, 613 737-7600, www.cheo.on.ca. Un remerciement spécial à Dre Margaret Flintoff, psychologue et chef de la Clinique des doubles diagnostics du CHEO, et le D^r Michael Cheng, psychiatre au CHEO.
- Heather Fawcett, Autisme Ontario, section d'Ottawa

Licence Creative Commons

Vous avez l'autorisation de partager, de reproduire et de diffuser cette œuvre dans sa totalité sans modification. Cette œuvre ne peut être utilisée à des fins commerciales. Veuillez communiquer avec le Comité d'information sur la santé mentale si vous voulez adapter le contenu en fonction des besoins de votre communauté.



Avis de non-responsabilité : L'information contenue dans ce fascicule est de nature générale, et peut s'appliquer ou non à votre enfant ou adolescent. Votre fournisseur de soins de santé constitue votre meilleure source d'information sur la santé de votre enfant.

Offert par :