

## La dépression chez les adolescents TSA

No 99, Juin 2015

Par : Le < Center on Secondary Education for Students with ASD >

La dépression est plus fréquente chez les adolescents qui vivent avec un trouble du spectre de l'autisme (TSA) que chez les autres adolescents. Des taux de troubles dépressifs majeurs aussi élevés que 37 % ont été rapportés chez les adolescents TSA, comparativement à environ 5 % chez les adolescents de la population générale. Des études portant sur les signalements d'un trouble de l'humeur effectués par les parents ont révélé un taux de dépression frôlant les 50 % chez les adolescents autistes. De nouvelles recherches ont dévoilé l'existence d'un risque accru de pensées et de tendances suicidaires chez les adolescents TSA. Les parents et le personnel scolaire doivent donc être à l'affût de tout signe de dépression.

### Détecter la dépression

Il peut être difficile de détecter la dépression chez les personnes TSA, car certaines des caractéristiques d'un TSA ressemblent aux signes de dépression. Par exemple, certaines personnes TSA n'interagissent pas beaucoup avec leurs pairs ou n'ont pas beaucoup d'amis, deux éléments qui sont aussi reconnus comme des signes de dépression chez les adolescents. Un autre défi réside dans le fait que les caractéristiques d'un TSA peuvent en fait masquer les signes de dépression. Certains adolescents TSA manifestent peu leurs émotions; la dépression n'est donc pas aussi facile à observer qu'un air de tristesse sur leur visage. De plus, les difficultés de communication des personnes TSA réduisent parfois notre capacité de détecter une dépression chez elles. Même les élèves TSA qui communiquent en utilisant des phrases complètes peuvent avoir du mal à exprimer leurs sentiments.

Il est important que les enseignants et enseignantes connaissent bien leurs élèves TSA et informent les parents ainsi que les autres membres de l'équipe qui travaillent avec ces élèves de tout changement de comportement

qu'ils ont pu observer chez ces derniers. Les parents devraient périodiquement communiquer avec les enseignants et enseignantes de leur adolescent pour vérifier si des changements de comportement ont été observés chez lui. Les pages suivantes contiennent une liste de signes de dépression qui ont été relevés chez des adolescents TSA.

### Signes de dépression chez les adolescents TSA

#### Les émotions et les humeurs

Sautes d'humeur plus fréquentes, parfois accompagnées d'épisodes de colère, d'irritabilité, de tristesse et d'envie de pleurer plus intenses

- Au cours des deux dernières semaines, Terri a pleuré tous les jours, après le dîner, pour que sa mère et son père viennent la chercher à l'école.

Tendance à se dévaloriser ou fixation sur les erreurs

- Alexis remarque qu'il est différent de ses pairs et cette prise de conscience provoque chez lui une grande inquiétude. Il répète souvent qu'il n'est pas « normal » et qu'il ne sera jamais « normal ».

Besoin excessif d'être rassuré

- Joël a de plus en plus peur des trous noirs dans lesquels il craint de disparaître et a besoin d'être souvent rassuré à ce sujet.

Perte d'intérêt ou d'entrain pour des activités qui étaient auparavant ses préférées

- Rolando a toujours aimé se baigner au YMCA, mais dernièrement, la piscine ne

l'attire plus et il ne veut même pas mettre son maillot de bain.

## Les comportements et les habiletés

### Agression

- Caleb n'est habituellement pas agressif, mais au cours du dernier mois, il a frappé sa petite sœur à plusieurs reprises et a poussé sa mère parce qu'il était frustré.

### Indécision

- Taneisha semble soudainement dépassée par tous les choix qui s'offrent à elle à la cafétéria et il lui est arrivé de rester « prise » dans la file d'attente.

### Diminution perceptible de soins d'hygiène personnelle

- Adam commence sa routine du matin très lentement depuis quelque temps et il lui arrive souvent de partir pour l'école sans se brosser les dents, sans se débarbouiller ou sans se peigner.

### Perte d'une habileté acquise antérieurement

- Charlotte, qui a l'habitude de se rendre à la cafétéria et d'en revenir sans aide, a été récemment aperçue errant dans les couloirs et disant à tout le monde qu'elle était perdue.

### Changements dans les symptômes de l'autisme qui peuvent inclure un comportement plus stéréotypé ou une attirance moindre pour des intérêts restreints

- Kevin avait l'habitude de battre des mains et de se bercer sur le plancher lorsqu'il était jeune. Depuis qu'il a entrepris ses études secondaires, il a recommencé à se bercer chaque jour après l'école.

### Pensées suicidaires, évocation du suicide ou comportement autodestructeur

- Durant la semaine de la poésie, Jacques a composé un poème qui parle de solitude et de suicide.

## Suggestions pour le personnel de l'école et les parents

1. Effectuez périodiquement des vérifications auprès de l'adolescent TSA. Même si certaines personnes TSA ont de la difficulté à exprimer des émotions

et des sentiments, il est important de discuter avec elles pour savoir comment elles se sentent. Vous pouvez procéder à vos vérifications en vous servant de représentations visuelles des émotions, notamment d'un indicateur de l'émotion ressentie ou d'une échelle d'évaluation en 5 points.

2. Soyez attentif aux changements de comportement. Cette vigilance est importante, car les personnes TSA possèdent souvent des caractéristiques qui servent à mimer la dépression ou à la masquer. De leur côté, les parents devraient prêter attention aux habitudes alimentaires et de sommeil de leurs ados et rester à l'affût de tout changement d'humeur et de comportement, tant à la maison que dans la collectivité. Pour leur part, les enseignants et enseignantes pourraient surveiller les changements d'humeur ou de comportement de leurs élèves en classe ou porter une attention particulière durant d'autres périodes, comme celles des transitions, du dîner ou des activités de groupe.
3. Communiquez régulièrement avec les membres de l'équipe. Étant donné que les changements de comportement peuvent être subtils ou se manifester différemment dans certains contextes, il est important que les familles et les membres du personnel scolaire restent en contact les uns avec les autres. Ils doivent s'informer mutuellement de tout changement de comportement de l'adolescent à la maison, à l'école et dans la collectivité.
4. Sollicitez l'aide de professionnels. Si vous craignez qu'un adolescent TSA soit en dépression, consultez un professionnel. Les parents peuvent s'adresser à un professionnel de la santé (qui connaît bien le trouble du spectre de l'autisme) et déterminer ensuite s'il y a lieu d'orienter leur enfant vers un professionnel de la santé mentale. Les membres du personnel des écoles ou des conseils scolaires ont possiblement accès à des conseillers, conseillères et psychologues qui ont été formés à détecter la dépression et qui pourront peut-être aider l'élève.

### Pour vous préparer à rencontrer un professionnel de la santé, dressez une liste des éléments suivants :

- Des moments de stress intense ou des changements récents vécus par l'adolescent ou l'adolescente.

- De tous les changements observés dernièrement chez l'adolescent ou l'adolescente, même si ces changements ne semblent pas liés à la dépression.
- Des informations obtenues lors de discussions avec d'autres personnes qui sont présentes dans la vie de l'adolescent ou de l'adolescente, comme des membres du personnel de l'école.
- De tous les médicaments, vitamines, remèdes à base de plantes médicinales et suppléments que prend l'adolescent ou l'adolescente.
- Des questions supplémentaires que vous aimeriez poser.

## Les traitements pour la dépression

La dépression peut être traitée de différentes façons, notamment par une psychothérapie, des médicaments et même l'exercice physique. Pour la dépression, les traitements ou les interventions doivent être de nature globale et supervisés par un professionnel agréé (psychiatre, psychologue, professionnel de la santé mentale).

Pour de plus amples renseignements sur les traitements, consultez les ressources énumérées ci-dessous.

## Le suicide

Les membres du personnel scolaire ou les parents qui pensent que l'adolescent ou l'adolescente se trouve en danger immédiat de s'automutiler ou de faire une tentative de suicide doivent appeler le 911 ou le numéro d'urgence

local sur-le-champ. S'ils croient pouvoir le faire en toute sécurité, les parents peuvent aussi décider de conduire eux-mêmes leur adolescent ou leur adolescente au service des urgences de l'hôpital le plus proche. Chaque service possède du personnel de gestion des crises qui a reçu une formation spéciale pour aider à composer avec ce genre de situation.

## Ressources

### Autism Speaks ([www.autismspeaks.org](http://www.autismspeaks.org))

<http://www.autismspeaks.org/what-autism/treatment/treatment-associated-psychiatric-conditions>

<http://www.autismspeaks.org/blog/2013/05/13/whats-connection-between-autism-and-depression>

<http://www.autismspeaks.org/blog/2013/05/13/8-critical-measures-counter-suicide>

### American Psychological Association

<https://apa.org/topics/depress/index.aspx>

### American Academy of Child and Adolescent Psychiatry

[http://www.aacap.org/aacap/Families\\_and\\_Youth/Facts\\_for\\_Families/Facts\\_for\\_Families\\_Pages/The\\_Depressed\\_Child\\_04.aspx](http://www.aacap.org/aacap/Families_and_Youth/Facts_for_Families/Facts_for_Families_Pages/The_Depressed_Child_04.aspx)

### National Institute of Mental Health

<http://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml>

## Citation

Hedges, S., T. White et L. Smith. *Depression in adolescents with ASD (Autism at-a-Glance Brief)*, Chapel Hill, The University of North Carolina, Frank Porter Graham Child Development Institute, CSESA Development Team, mai 2014.

*Autism at-a-Glance est une série de documents mis à la disposition des praticiens et des familles par le Center on Secondary Education for Students with ASD (CSESA); ces documents ont été conçus à l'intention des membres du personnel des écoles secondaires, qui offrent un soutien aux élèves autistes ainsi que des membres des familles d'adolescents qui vivent avec un TSA. Chaque document de la série Autism at-a-Glance traite brièvement de sujets concernant les élèves TSA des écoles secondaires et contient des conseils pratiques ainsi qu'une liste de ressources pouvant être utiles aux personnes qui œuvrent dans les écoles et dans les collectivités ainsi qu'aux membres des familles.*

*Le présent article a été rédigé dans le but d'aider le personnel des écoles secondaires et les familles à comprendre les symptômes de la dépression et à les reconnaître lorsqu'ils se manifestent chez les adolescents TSA.*

**AVERTISSEMENT :** Ce document reflète les opinions de l'auteur. L'intention d'Autisme Ontario est d'informer et d'éduquer. Toute situation est unique et nous espérons que cette information sera utile; elle doit cependant être utilisée en tenant compte de considérations plus générales relatives à chaque personne. Pour obtenir l'autorisation d'utiliser les documents publiés sur le site Base de connaissances à d'autres fins que pour votre usage personnel, veuillez communiquer avec Autisme Ontario par courriel à l'adresse [info@autismontario.com](mailto:info@autismontario.com) ou par téléphone au 416 246 9592. © 2013 Autism Ontario 416.246.9592 [www.autismontario.com](http://www.autismontario.com)