

Autisme et accès de colère : une nouvelle étude conclut que c'est une question de comportement et non de frustration

N° 123, Septembre 2017

Par Maureen Bennie, Autism Awareness Centre Inc., <https://autismawarenesscentre.com>

Nous sommes tous passés par là : regarder notre enfant piquer une crise de colère incontrôlable et fondre en larmes devant nous. Ce genre d'incident a parfois lieu en privé, à la maison, mais lorsque vous avez un enfant autiste, ce sera plus souvent qu'autrement en public. Jusqu'à tout récemment, l'on croyait, à tort, que les piètres aptitudes à communiquer et les faibles compétences verbales observées chez les personnes autistes étaient l'une des causes de leurs accès de colère plus fréquents parce qu'elles étaient frustrées de ne pas pouvoir exprimer leurs besoins et leurs désirs. Même si c'est probablement frustrant d'être incapable de communiquer facilement, une nouvelle [étude](#) du Collège de l'État de la Pennsylvanie soutient que la frustration n'est pas la principale cause des accès de colère chez les personnes qui ont un trouble du spectre de l'autisme (TSA).

LES ACCÈS DE COLÈRE SONT RAREMENT ATTRIBUABLES AUX DIFFICULTÉS DE COMMUNICATION

Cheryl D. Tierney, professeure agrégée de pédiatrie au Collège de médecine, de l'Hôpital pour enfants de l'État de la Pennsylvanie, se prononce sur cette question :

« Une croyance erronée, largement répandue, veut que les enfants autistes aient davantage d'accès de colère parce qu'ils ont de la difficulté à exprimer leurs désirs et leurs besoins à leurs fournisseurs de soins et à d'autres adultes. On croit que leur incapacité à s'exprimer verbalement provoque ce type de comportements et que si nous pouvions améliorer leur langage verbal, les comportements indésirables s'estomperaient d'eux-mêmes. Mais nous avons découvert qu'un très petit pourcentage d'accès de colère étaient attribuable à l'incapacité

de bien communiquer avec les autres ou de se faire comprendre par les autres. »

Comment pouvons-nous aider à réduire les accès de colère chez les personnes autistes?

Madame Tierney affirme que pour réduire les accès de colère nous devons nous concentrer davantage sur l'amélioration des comportements plutôt que sur celle du langage verbal. Les parents doivent savoir que le comportement de leur enfant peut fort bien ne pas s'améliorer même si son langage se développe. Ils auront besoin d'un soutien supplémentaire pour voir le comportement de leur enfant devenir plus acceptable.

Les accès de colère sont un comportement normal chez tous les jeunes enfants. Ils sont souvent en lien avec l'acquisition de nouvelles compétences et le développement de l'autonomie, et se produisent lorsque quelque chose empêche un enfant de faire ce qu'il veut faire. L'enfant ne possède peut-être pas encore les habiletés requises pour exprimer autrement de fortes émotions. Par exemple, un enfant peut piquer une crise de colère parce qu'il est frustré de ne pas être capable de boutonner sa chemise ou parce qu'on lui a dit qu'il était l'heure d'aller se coucher alors qu'elle veut rester debout. Chez les enfants autistes, tout est plus compliqué parce qu'il faut tenir compte d'un élément supplémentaire : les effondrements qui peuvent ressembler à des accès de colère, mais qui exigent le recours à un ensemble de compétences et d'interventions tout à fait différent. Voici des conseils pratiques pour gérer les accès de colère d'enfants qui ont un TSA.

1. **Déterminer s'il s'agit d'un accès de colère ou d'un effondrement autistique.** J'ai déjà signé un article sur la différence entre un effondrement autistique et un accès de colère ([lire l'article](#)) ainsi que sur l'importance d'ajuster les interventions en conséquence. De l'extérieur, les deux peuvent sembler similaires, mais les effondrements sensoriels ne résultent pas d'une frustration et ne visent pas non plus un objectif en particulier. Les effondrements sensoriels sont une réaction à une stimulation externe. Les accès de colère se produisent souvent lorsque votre enfant est fatigué, qu'il a faim ou qu'il ne se sent pas bien, mais ils poursuivent toujours un objectif et se déroulent toujours devant public. Un effondrement se produira qu'il y ait ou pas des gens autour. L'accès de colère vise à provoquer une réponse précise chez la personne à qui la demande est adressée. Apprendre à distinguer un effondrement autistique d'un accès de colère est une première étape pour aider votre enfant à apprendre à gérer l'une ou l'autre situation.
2. **S'il s'agit d'un accès de colère, rappelez-vous que chaque enfant est différent.** Ce qui fonctionne pour l'un de vos enfants ne fonctionnera pas nécessairement pour un autre. Essayez différentes méthodes pour voir laquelle donne les meilleurs résultats.
3. **Éloigner l'enfant de l'auditoire.** Un accès de colère prend souvent fin lorsqu'il n'y a plus d'auditoire, c'est-à-dire lorsque le parent se retire ou que l'enfant est éloigné du lieu public. Si vous savez que votre enfant a tendance à piquer des crises de colère en présence de grands groupes, commencez par lui faire rencontrer des groupes moins nombreux jusqu'à ce qu'il ait maîtrisé d'autres mécanismes d'adaptation et adopté des comportements adéquats. Si vous décidez de vous mettre en retrait, restez à portée de vue de votre enfant, mais ignorez-le jusqu'à ce qu'il retrouve son calme.
4. **Il est également possible d'attirer l'attention de l'enfant en colère sur autre chose.** Lorsqu'une activité semble susciter de la frustration chez l'enfant,

suggérez-lui de faire quelque chose qu'il sait déjà faire et qu'il fait bien. Commencez doucement à jouer avec un autre jouet et attendez que votre enfant vienne se joindre à vous. La musique et les animaux de compagnie sont aussi de formidables outils de distraction.

5. **Changer de sujet.** Par exemple, si l'enfant se fâche parce qu'il doit se brosser les dents ou aller se coucher, parlez-lui de quelque chose d'amusant que vous ferez avec lui le lendemain.
6. **Essayez des mesures incitatives.** Si l'enfant s'effondre en raison d'une activité qui est nécessaire, vous pouvez essayer de jouer à un petit jeu ou sortir un jouet spécial en espérant qu'il reprenne la tâche en cours lorsqu'il se sera calmé.
7. **N'oubliez pas de féliciter votre enfant lorsqu'il met fin à son accès de colère.** Ce peut être aussi une bonne idée de tenir compte de ses sentiments : « J'ai vu que tu étais vraiment frustré de ne pas être capable de mettre tes bas, je comprends que cela te contrarie. Bravo, tu as réussi à te calmer. Veux-tu que je t'aide à essayer de nouveau? » Dans la vie, il est très important d'apprendre à composer avec des émotions fortes. Il faut absolument féliciter les enfants lorsqu'ils réussissent à se calmer d'eux-mêmes.

N'oubliez pas que les accès de colère sont un phénomène normal. C'est à nous, parents et fournisseurs de soins, qu'incombe la tâche d'aider nos enfants à acquérir la capacité de gérer les émotions fortes auxquelles ils seront confrontés lors de l'apprentissage de nouvelles habiletés. La communication verbale EST importante, mais les mots ne sont pas toujours nécessaires pour apprendre à composer avec les hauts et les bas de la vie.

Étude citée

Susan D. Mayes, Robin Lockridge, Cheryl D. Tierney, « Tantrums are Not Associated With Speech or Language Deficits in Preschool Children with Autism » dans *Journal of Developmental and Physical Disabilities*, 2017; DOI: 10.1007/s10882-017-9546-0

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 ou par téléphone au 416 246 9592. © 2017 Autism Ontario 416.246.9592 www.autismontario.com