

Stratégies de traitement et de soutien pour les adolescents et les adultes ayant reçu un diagnostic de syndrome d'Asperger ou d'autisme de haut niveau

Présentateur : J. Dale Munro, MSW, RSW, FAAIDD



AutismONTARIO
see the potential *voir le potentiel*

J. Dale Munro, MSW, RSW, FAAIDD

Thérapeute individuel, conjugal et familial

Clinicien associé

The Redpath Centre

(London, Ontario)

dalemunro@rogers.com

519-614-4490

www.redpathcentre.ca



Ma mission!

Programme

- Bâtir un système de soutien complet pour les adolescents et les adultes
- Discuter de l'intégration des services de counseling ainsi que des méthodes de traitement et de soutien
 - En se basant sur des preuves (si possible)
 - En s'inspirant des pratiques existantes
- Résultats :
 1. Mieux parler la « langue » de l'autisme
 2. Enseigner des stratégies



Mythes courants au sujet du TSA

- Se tiennent toujours à l'écart / Ne s'intéressent pas aux autres
- N'ont pas besoin d'avoir des relations avec les autres
- Manquent d'intuition et d'empathie
- Sont incapables d'établir un contact visuel
- Sont tous des génies intellectuels
- Sont « paresseux » et « pas motivés »
- Ne peuvent tirer bénéfice du counseling
- N'ont aucune chance de réussir sur le plan professionnel



Points forts et atouts

- Intelligentes, innovatrices, vision non conventionnelle du monde!
- Persévérantes, centrées sur leurs objectifs, à *leurs conditions*
- Travailleuses, honnêtes et loyales
- Ont le sens de l'humour
- Courageuses!
- *Avantages compétitifs* pour certains emplois



Seules et incomprises

- Question de droits civils
- Invisibles
- Ne réussissent pas à terminer leurs études, à développer des amitiés, à fréquenter quelqu'un, à conduire une auto ou à conserver un emploi
- Relations rompues
 - David



Problèmes typiques

- Solitude/pas d'amis
- Veulent être en couple
- Échec à l'école ou au travail
- Colère/rage
- Rôle parental
- Discorde au sein du couple
- Négation du diagnostic
- Hantise de la page blanche
- Dévisager/Faire peur
- Automutilation



Problèmes typiques (suite)

- Détestent l'autorité
- Homosexuelles et isolées
- Personnes très anxieuses, enclines à la panique
- Frustrées sexuellement
- Tendance à l'évitement et à la suspicion
- Passent leurs journées devant l'ordinateur
- Ont du succès / Sont isolées
- Corps enseignant ou professoral
- Dépressives / Suicidaires
- Problèmes de toxicomanie



Objectif : Voir au-delà du diagnostic!

- DSM 5 – Trouble du spectre de l'autisme
 - Ne fait plus mention du « syndrome d'Asperger »
- Quatre profils d'adultes
 - Ont de graves problèmes de santé mentale
 - Sont dépendants et ont des habiletés restreintes à la vie quotidienne
 - Travaillent et ont une bonne capacité d'adaptation
 - Sont instruits et vivent des réussites



Objectif : Être la personne la plus positive dans la pièce!

- Comprendre l'histoire
 - Bettelheim – nous hante encore
- Presque toutes les améliorations apportées aux services sont attribuables à l'action revendicatrice de familles résolues à obtenir gain de cause.
- Les personnes qui vivent avec un TSA ont tendance à interpréter comme du rejet tout reproche ou haussement de voix.



Pour amorcer une discussion

En cas d'inconfort face au diagnostic :

- Quel est votre héros de l'autisme?
- Pensons à des façons de tourner l'autisme à votre avantage!
- J'essaie de parler la langue de l'autisme...!



Objectif : Prendre conscience de l'intimidation vécue dans le passé!

- Faible estime de soi, crédulité, hypersensibilité à la critique, recherche d'approbation, naïveté sociale.
- Attirent les prédateurs : violence physique ou sexuelle, cyber-intimidation, taquineries.
- Résultats possibles : paranoïa, automutilation et trouble de stress post-traumatique (TSPT)
- JONATHAN



Objectif : Nommer d'autres problèmes possibles de santé mentale!

« Comorbidité »

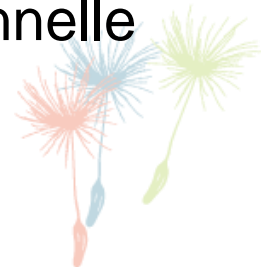
- Anxiété, panique, TSPT
- Troubles alimentaires
- Troubles de l'humeur
- TDAH (trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité)
- Suspicion et paranoïa
- Toxicomanie



Évaluation rapide

Pronostic positif

- ✓ Fort soutien familial
- ✓ Travaille d'équipe chez les parents ou le couple
- ✓ Bonne adaptation à l'école ou au travail
- ✓ Pas d'antécédents de violence
- ✓ Prend des décisions responsables (p. ex. en matière de sexualité et par rapport à son groupe de pairs)
- ✓ Les intérêts particuliers engendrent des loisirs sains
- ✓ Accepte d'avoir un TSA ou en est fière
- ✓ Pas de toxicomanie
- ✓ Pas de casier judiciaire
- ✓ A au moins un ami
- ✓ Est d'accord pour solliciter une aide professionnelle

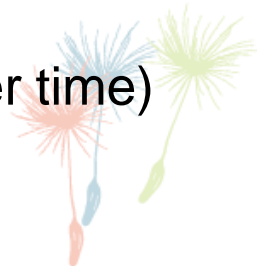


Objectif : Apprendre ce qu'est une fonction exécutive!

Problèmes concernant :

- Les initiatives
- L'organisation
- La planification
- Le suivi
- La flexibilité
- La capacité de faire des choix
- La réorientation de l'attention
- Le respect des rendez-vous
- Les tâches multiples
- Les transitions
- La généralisation des apprentissages
- La mémoire de travail
- L'autosurveillance
- La régulation des émotions et des comportements
- La flexibilité mentale
- Les devoirs et les corvées
- MARY – La « vitesse Asperger » (Asperger time)

- « **Secrétaire de direction** »
- **Agendas électroniques**



Objectif : Comprendre la cécité mentale et contextuelle!

Difficulté avec les aspects suivants :

- « *Lecture de la pensée* », les indices sociaux, 412 émotions
- L'expression de l'empathie
- Parler trop fort ou à voix basse
- Les interprétations littérales [*« Let's toast the bride! »*]
- Les taquineries, le sarcasme, le mensonge et la contrainte
- Participation aux activités de groupe
- Le fait d'être considéré comme impoli, ne s'excuse jamais
- L'épuisement – *Les gens me fatiguent (ou m'épuisent)!*
- GORDON



Objectif : Développer les talents autour des *intérêts particuliers*

Enseignement axé sur des faits...

- Les trains
- La température
- Les collections
- Les sports
- L'histoire
- Les mathématiques, les sciences
- L'astronomie
- Les autos
- L'architecture
- La technologie
- La science-fiction
- Les arts et la musique
- La géographie
- La religion
- La fabrication de bières et de vins
- La mécanique
- Bronies
- L'art japonais



Objectif : Prendre conscience des éléments sensoriels!

- Le toucher
 - L'audition ou l'ouïe
 - La vue ou le visuel
 - Le langage oral
 - Le mouvement
- Synesthésie
- L'odorat
 - Le mouvement
 - L'équilibre
 - Le goût / le régime alimentaire
 - L'équilibre
- Se ferment en cas d'hyperstimulation!



Objectif : Créer un environnement favorable aux personnes TSA

- Éclairage
 - Moins de bruits...
 - Régimes alimentaires
 - Médication
 - Styles d'apprentissage
 - Rôles assignés dans les groupes
 - Technologie
 - Humour
 - Poignées de mains?
Câlins?
- « Pression verbale intense »→

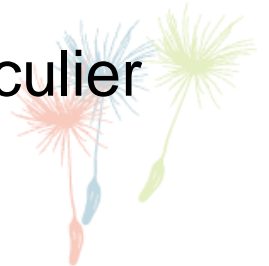
- Créativité (varie)
- Couleurs
- Parfums
- Vêtements
- Meubles
- Lieux pour vivre leur solitude
- Évitement des foules
- Famille et professeurs sensibles à ce qu'elles vivent...

Parler plus bas, plus lentement,
plus succinctement, conserver
un état d'esprit positif.



Objectif : Psychothérapie qui tient compte de l'autisme! (pro-autisme)

- Lancer une bouée de sauvetage!
 - Fournir un refuge sécuritaire
 - Être un hôte accueillant
- Bâtir des relations d'aide et de confiance!
 - Bavardage
 - Utiliser la reformulation et l'écoute empathique
 - Humour convenable (absurde, intellectuel)
 - Être plus directif, interrompre davantage
 - Prévoir du temps pour parler d'un intérêt particulier



Personnes colériques ou anxieuses...

Parler (Pression verbale intense)

- Plus bas, mais fermement
- Plus lentement
- Plus succinctement
- Garder une attitude positive
- Ignorer!

Câliner avec... vos yeux, votre voix, votre écoute et
un état d'esprit positif!



Qui peut tirer profit de la thérapie verbale?

Les personnes qui présentent les caractéristiques suivantes :

- Un niveau minimal de concentration.
- Une mémoire raisonnablement bonne, un peu d'intuition.
- Sont capables de généraliser à l'extérieur du bureau de consultation.
- Peuvent nommer quelques sentiments, verbalisent bien.
- Se présentent aux séances de thérapie assez fidèlement.
- Peuvent rester assises 30 minutes ou plus.
- N'ont pas de pensées délirantes extrêmes.
- Ont peu de questionnements à répétition.



Utilisation d'une échelle subjective en thérapie

- Notes subjectives sur une échelle de 0 à 10
- Stimule la conversation
- Couvre rapidement plusieurs questions de nature délicate
- Collecte et analyse de données
- Possibilité de fournir un feedback immédiat
- Très flexible
- Donne à la personne un sentiment de pouvoir

(Munro, 2015)



L'établissement de « règles » en thérapie

- Un style d'apprentissage axé sur les règles
 - Ne pas envahir l'espace personnel des autres
 - Ne pas fixer du regard
 - Ne pas faire de commentaires sur l'apparence physique des autres
 - Ne pas faire de blagues sexistes, racistes ou homophobes
 - Ne pas faire d'insinuations sexuelles
 - Ne pas toucher une personne ou la serrer dans vos bras, à moins qu'il ne s'agisse d'un proche.

Luke Jackson



Autoévaluation des frontières personnelles...

Le comportement n° 5 est contraire à la loi

5. Comportement menaçant ou causant des blessures physiques
4. Comportement effrayant
3. Comportement étrange
2. Comportement raisonnable
1. Comportement social très informel

Kari Dunn Buron (2007)



Objectif : Aborder les préoccupations relatives à la sexualité

- Solitude
- Asexualité, LGBTQ, hétérosexualité, fluidité sexuelle
- Besoins sensoriels atypiques
- Contrôle des naissances
- Plaisir sexuel et expression
- Sites Web d'initiation à Internet



Objectif : Utiliser des stratégies cognitivo-comportementales!

- La thérapie cognitivo-comportementale
- L'anxiété et la colère
- **Comment vos pensées peuvent vous jouer des tours!**
 - Le tout noir et tout blanc
 - La pensée catastrophe
 - La lecture de la pensée
 - L'étiquetage



Maintenir l'intelligence à un niveau maximal!

Simone

- « Effondrements » (Rudy Simone)

 - 1. Tempérament

 - 2. Dépression

Rappeler à la personne de garder la tête froide!

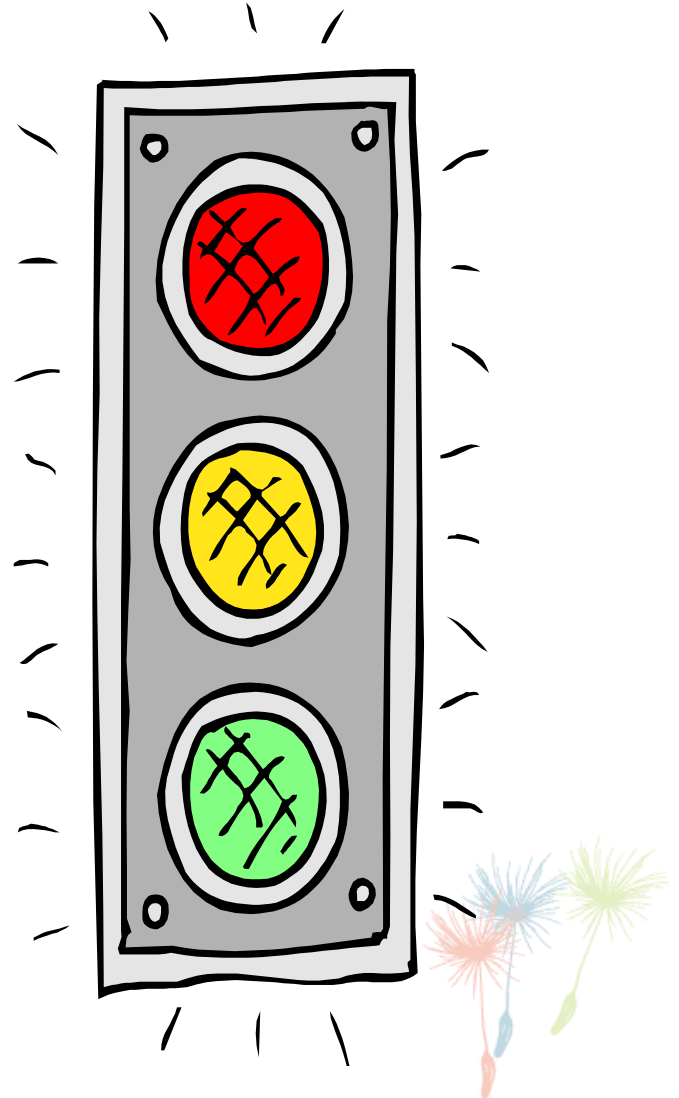
- Anxiété : baisse de 30 points du QI

- Colère : baisse de 60 points du QI (Attwood)



Utiliser des appuis visuels

**Arrêtez, réfléchissez
et... allez-y**



Autres stratégies de gestion de la colère...

- Animaux domestiques
- Expression artistique
- Tenir un journal écrit
- Écrire une lettre / Ne pas l'envoyer
- Régime sensoriel
- Médication (plus petites doses?)



Objectif : Utiliser des stratégies d'acceptation et d'engagement

« Thérapie d'acceptation et d'engagement (TAE) »

- Réparer les « esprits brisés »
 - Le bon vieux thérapeute gourou...
 - Pensée centrée sur le présent (p. ex. méditation, yoga)
 - Solitude restauratrice
- Adhésion aux vraies valeurs
- Pleine acceptation des sentiments, des problèmes de la vie et des diagnostics



Objectif : Combiner thérapie individuelle et thérapie familiale!

- Permission écrite de parler à la famille
- Travail de couple!
Travailler en équipe
Bâtir un réseau de soutien pour le partenaire (neurotypique)
- Qui est le client?
 - La personne?
 - Les parents ou un des parents?
 - Un beau-parent?
 - Un membre de la fratrie?
 - Les grands-parents ou un des grands-parents?



Stratégies familiales

- « La règle d'une minute »
- La reformulation est la règle du jeu!
 - « Tu es une personne très intelligente! »
 - « Il n'est pas paresseux. Il souffre de dépression. »
- Gérer les « faux espoirs » et les attentes
 - Trouver des secrétaires de direction
 - Les projeter sur un horizon de trois mois
- Établir des frontières adéquates
 - Desserrer les frontières
 - Resserrer les frontières



Objectif : Psychoéducation

- Trouble du spectre de l'autisme
- Services de soutien en santé mentale
- Méthodes de traitement
- Soins personnels
- Présentations
 - Inclure des personnes qui vivent avec un TSA



Objectif : Chercher d'autres possibilités de soutien!

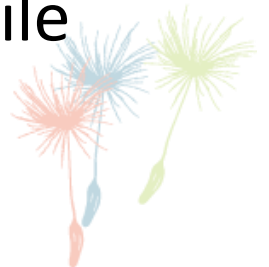
- Mentors
- Groupes de soutien pour les personnes TSA
- Groupes de thérapie cognitivo-comportementale
- Alcooliques anonymes
- Chiens d'assistance
- Groupe d'art dramatique ou troupe de théâtre
- Se joindre à un groupe (histoire, observation des oiseaux)
- Mettre un club sur pied (jeux, Animé, Brony)



Objectif : Trouver un emploi!

Habiletés de la vie quotidienne (Hawkins, 2004)

- Toilette, hygiène
- Manières (« s'il-vous-plaît » et « merci », ponctualité)
- Frontières (éviter les propos raciaux, le sexisme, les jurons)
- Flexibilité/s'adapter au changement
- Capacité de « décoder » les autres
 - Travailler fort pour plaire aux autres
 - Autoresponsabilisation
- « Un baccalauréat ès Arts est souvent moins utile que...) »



Objectif : Se servir de son imagination pour trouver un emploi!

Travail indépendant

- Une option pour certains

Thorkil Sonne (Specialisterne)

– Directeur d'une entreprise danoise de logiciels, son fils Lars vit avec un TSA

- Le potentiel inexploité : seulement 6 % des personnes qui ont un TSA trouvent un travail à temps plein
- Intérêt intense et profond pour les activités cérébrales
- Cette entreprise emploie 1 million de personnes dans le monde
- L'entreprise Specialisterne est établie ici, à Toronto, à Montréal, en Colombie-Britannique, aux États-Unis et dans d'autres pays.



Avantages concurrentiels des personnes qui ont un TSA

- Intelligentes, innovatrices, vision non conventionnelle du monde!
- Persévérantes, centrées sur leurs objectifs, à *leurs conditions*
- Travailleuses, honnêtes et loyales
- Ont le sens de l'humour
- Courageuses!
- Avantages compétitifs pour certains emplois

Et la liste continue encore et encore...



Conclusions

- Respecter l'intelligence
- Pression verbale intense
- Fais un câlin à...!
- J'espère ...
 - Que vous maîtrisez mieux le langage de l'autisme!
 - Et que vous connaissez maintenant des stratégies fort utiles!



**Si le monde vous avait été
confié, à vous, les
mondains, nous serions
encore en train de
converser dans les
cavernes!**

Temple Grandin

