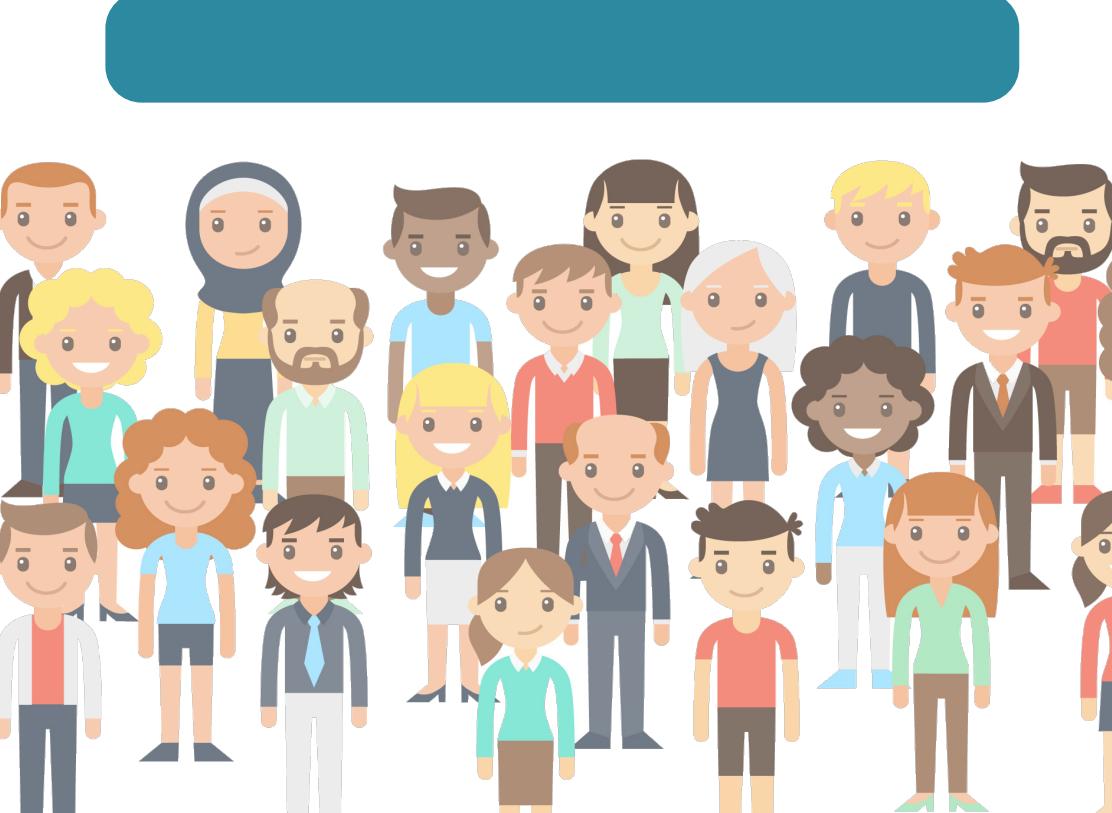


# Qu'est-ce que l'autisme ?

## Un guide de poche pour comprendre l'autisme



© 2018 - images d'illustration issues de freepik.com

 Vous avez encore des questions sur l'autisme ou sur ce que vous pouvez faire pour favoriser l'inclusion de ces personnes ? Tweet [@BastienBConfais](#) et nous ferons de notre mieux pour y répondre.

 Vous pouvez également visiter notre site web : <https://autisme.github.io> ou nous joindre par email : [autisme@confais.org](mailto:autisme@confais.org).

Plus d'informations



#autisme #inclusion

differentes autres.

disparat. Une personne avec autisme n'a pas l'air

stratégies d'adaptation, et non parce que l'autisme

c'est seulement parce qu'elles ont appris des

comportements autistiques en grandissant, mais

Certaines personnes montrent moins de

## traitement pour l'autisme ?

Existe-t-il un

domaine.

beaucoup de recherches sont faites dans ce

savons qu'il y a un lien génétique mais encore

Personne ne connaît vraiment la réponse. Nous

cause de l'autisme ?

Quelle est la

aussi avoir un handicap physique ou mental.

Non, cependant, une personne avec autisme peut

un handicap mental ?

L'autisme est-il

juste différent. C'est un handicap invisible.

développe différemment - pas plus - pas moins -

Un trouble du développement. Le cerveau se

Qu'est-ce que l'autisme ?

Quelles sont les difficultés liées

Pourquoi les personnes avec autisme

rencontreront-elles souvent des

difficultés dans le traitement

sensoriel ?

Nos sens incluent le toucher, le goût, la vue,

l'ouïe, lodorat et même l'équilibre et la

compréhension et interagissons avec le

part important de la façon dont nous

conscience du corps. Ils constituent une

émotionnelle ou agressive.

sent trop anxieuse, elle devient très

lorsqu'une personne avec autisme se

communiquer ses besoins ni ses

sentiments. Ce n'est pas un caprice !

Cela s'appelle une « crise ». Elle ne peut

plus contrôler son corps et ne peut plus

parfois et ce n'est pas grave.

Invitez-les toujours à des événements où à des activités sociales

même si elles refusent continuer de proposer.

N'hésitez pas à demander à la personne ce qu'elle aime.

Tendez lui la main

une personne avec autisme peut avoir besoin d'être seule

Les personnes autistes veulent des amis et sont très loyales.

Leur utilisation des instructions visuelles et des directions.

Soyez clair, facile à comprendre et patient.

Utilisez des instructions visuelles et des directions.

Comment pouvez-vous aider une

personne autiste ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Accomplicez, donnez à la personne le plus d'informations sur ce

comment.

Avant un événement ou quand vous lui attribuez une tâche à

lui en faire part et dites-lui exactement ce qui va changer et

si vous savez que des changements vont avoir lieu, essayez de

tenez compte de ces besoins.

Rassurez-la.

Trouvez quelques sortes de besoins sensoriels d'une personne et

université. Soyez conscient de l'environnement sensoriel.

Dévalez un délective sensuel dans votre école ou votre

lieu de travail et de l'environnement sensoriel

Faites attention à l'environnement sensoriel

Qu'est-ce que la crise ?

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Utilisez des instructions visuelles et des directions.

Soyez clair, facile à comprendre et patient.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Interpréter une situation.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Accomplicez, donnez à la personne le plus d'informations sur ce

comment.

Avant un événement ou quand vous lui attribuez une tâche à

lui en faire part et dites-lui exactement ce qui va changer et

si vous savez que des changements vont avoir lieu, essayez de

tenez compte de ces besoins.

Rassurez-la.

Trouvez quelques sortes de besoins sensoriels d'une personne et

université. Soyez conscient de l'environnement sensoriel.

Dévalez un délective sensuel dans votre école ou votre

lieu de travail et de l'environnement sensoriel

Faites attention à l'environnement sensoriel

Qu'est-ce que l'autisme ?

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Utilisez des instructions visuelles et des directions.

Soyez clair, facile à comprendre et patient.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Interpréter une situation.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Accomplicez, donnez à la personne le plus d'informations sur ce

comment.

Avant un événement ou quand vous lui attribuez une tâche à

lui en faire part et dites-lui exactement ce qui va changer et

si vous savez que des changements vont avoir lieu, essayez de

tenez compte de ces besoins.

Rassurez-la.

Trouvez quelques sortes de besoins sensoriels d'une personne et

université. Soyez conscient de l'environnement sensoriel.

Dévalez un délective sensuel dans votre école ou votre

lieu de travail et de l'environnement sensoriel

Faites attention à l'environnement sensoriel

Qu'est-ce que l'autisme ?

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Utilisez des instructions visuelles et des directions.

Soyez clair, facile à comprendre et patient.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Interpréter une situation.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Accomplicez, donnez à la personne le plus d'informations sur ce

comment.

Avant un événement ou quand vous lui attribuez une tâche à

lui en faire part et dites-lui exactement ce qui va changer et

si vous savez que des changements vont avoir lieu, essayez de

tenez compte de ces besoins.

Rassurez-la.

Trouvez quelques sortes de besoins sensoriels d'une personne et

université. Soyez conscient de l'environnement sensoriel.

Dévalez un délective sensuel dans votre école ou votre

lieu de travail et de l'environnement sensoriel

Faites attention à l'environnement sensoriel

Qu'est-ce que l'autisme ?

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Utilisez des instructions visuelles et des directions.

Soyez clair, facile à comprendre et patient.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Interpréter une situation.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Accomplicez, donnez à la personne le plus d'informations sur ce

comment.

Avant un événement ou quand vous lui attribuez une tâche à

lui en faire part et dites-lui exactement ce qui va changer et

si vous savez que des changements vont avoir lieu, essayez de

tenez compte de ces besoins.

Rassurez-la.

Trouvez quelques sortes de besoins sensoriels d'une personne et

université. Soyez conscient de l'environnement sensoriel.

Dévalez un délective sensuel dans votre école ou votre

lieu de travail et de l'environnement sensoriel

Faites attention à l'environnement sensoriel

Qu'est-ce que l'autisme ?

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Utilisez des instructions visuelles et des directions.

Soyez clair, facile à comprendre et patient.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Interpréter une situation.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Accomplicez, donnez à la personne le plus d'informations sur ce

comment.

Avant un événement ou quand vous lui attribuez une tâche à

lui en faire part et dites-lui exactement ce qui va changer et

si vous savez que des changements vont avoir lieu, essayez de

tenez compte de ces besoins.

Rassurez-la.

Trouvez quelques sortes de besoins sensoriels d'une personne et

université. Soyez conscient de l'environnement sensoriel.

Dévalez un délective sensuel dans votre école ou votre

lieu de travail et de l'environnement sensoriel

Faites attention à l'environnement sensoriel

Qu'est-ce que l'autisme ?

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Utilisez des instructions visuelles et des directions.

Soyez clair, facile à comprendre et patient.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Ne jugez pas trop vite ! Vous pourrez seulement mal

percevoir.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

qui va se passer, qui sera là et ce qu'il faudra faire.

Comment pouvez-vous aider une

personne avec autisme ?

Interpréter une situation.

Participez à l'adaptation de l'accessibilité des besoins de ces

autismes.

Le changement est difficile à gérer pour les personnes avec

## es à l'autisme ? Quelles sont les difficultés de traitement sensoriel ?

### L'auto-stimulation se caractérise par des mouvements répétitifs qui régulent le système sensoriel du corps.

Chaque personne a sa propre manière de s'auto-stimuler, que ce soit en agitant ses mains, en tournant sur soi, en sautant sur place ou en faisant un son répétitif avec sa voix.

Si une personne ne peut pas s'auto-stimuler et répondre à ses besoins physiques, elle pourrait « se fermer ».

### Qu'est ce que l'auto-stimulation ?

Une personne autiste ressentira le besoin de s'éloigner de certaines situations d'inconfort ou de surcharge sensorielle

Lorsque vous vous sentez stressé, il vous arrive sûrement de taper des doigts, ronger vos ongles, mâcher un chewing-gum, n'importe quoi qui pourrait enlever la tension naturelle de votre corps.

Une personne avec autisme a aussi besoin de réguler ses sensations, mais peut-être d'une manière différente qui peut nous paraître inhabituelle.

### Comment comprendre le sentiment de surcharge sensorielle ?

- Vous avez 20 fenêtres ouvertes sur votre ordinateur.
- Vous devez garder la trace de toutes ces fenêtres. L'ordinateur chauffe.
- Il freeze – pas d'action – taper sur le clavier ne change rien.
- Il s'arrête. Le ventilateur tourne pour essayer de le refroidir. Vous ne pouvez rien faire d'autre que d'attendre.
- Voilà ce que cela fait d'être dans une situation de surcharge sensorielle.

- Les bruits forts me donnent mal aux oreilles et à la tête.
- Je commence à avoir des vertiges.
- Je dois essayer de comprendre ce qui se passe.
- On me pose des questions mais aucun mot ne sort.
- Trop de gens sont autour de moi. Je me sens oppressé.

**Arrêtez, je veux partir d'ici !**

Un témoignage d'une personne autiste

### Contact d'un coup gentil sur l'épaule

**Hypersensible** : Peut être ressenti comme un coup de poing.



**Hposensible** : Ont besoin d'une forte pression et pourraient se sentir irrités par un contact léger.

### Odeurs que vous ne remarquez pas

**Hypersensible** : Sont insupportables, provoquent des maux de têtes ou des nausées.



**Hposensible** : Ne les remarquent pas ou peuvent chercher à mieux les sentir.

### Goûts qui vous paraissent normaux

**Hypersensible** : Peuvent être assimilés aux contenus des poubelles.



**Hposensible** : Les personnes pourraient chercher à les sentir plus, ou apprécier la nourriture épicee.

**Sons** auxquels vous pourriez ne pas faire attention



**Hypersensible** : Sont comme des bulldozers qui passent dans leur tête.

**Hposensible** : Pourraient avoir besoin d'augmenter le volume ou pourraient rechercher les niveaux sonores élevés.

### Lumières qui vous semblent supportables



**Hypersensible** : Sont éblouissantes, aveuglantes et ont un effet désorientant.

**Hposensible** : Les personnes peuvent mal voir ou peuvent avoir besoin de plus de lumière.

**Rester immobile** est facile pour vous car votre cerveau sait où vous vous situez dans l'espace



**Hypersensible** : Peut provoquer des vertiges ou un besoin de bouger, de tourner ou de sauter.

**Hposensible** : Les personnes peuvent avoir besoin de s'asseoir ou de s'allonger pour interpréter plus facilement l'espace autour d'eux.

## Parole

Quelles expressions faciales sont difficiles à interpréter ?  
Cette personne pleure-t-elle de joie ou de tristesse ?  
Cette personne est-elle en train de rire d'une blague ou se moque-t-elle de moi ?  
Cette personne j'aî fait ou dit quelque chose de stupide ?

## Communication sociale

Certaines personnes ont un discours excellent mais ont des difficultés à entretenir une conversation.  
Une conversation entre deux personnes implique beaucoup d'éléments différents.  
L'un parle, l'autre répond.  
Les expressions faciales en disent beaucoup plus sur ce que l'autre personne veut dire. Lire les personnes avec autisme.

## Quelles sont les difficultés de communication ?

Certaines personnes parlent peu ou ne parlent pas mais utilisent des images, des signes ou la technologie pour communiquer.

- Ce n'est pas parce que quelqu'un ne parle pas qu'il n'a rien à dire !
- D'autres sont entre les deux.

Certaines personnes ont une communication très littérale. Le langage ambigu leur est difficile à comprendre.

Dites ce que vous pensez. Dites-le clairement.

## Langage

Si vous n'êtes pas autiste, votre cerveau peut s'habituer à tout cela avec très peu d'efforts. Si vous êtes autiste, cela sera dur et vous demandera du temps.

## Qu'est-ce que signifie que de ne pas tenir compte du contexte ?

Pour certaines personnes avec autisme, il est très difficile d'interpréter des situations sociales et de tenir compte du contexte.

## Imaginatîon sociale

Une mauvaise compréhension ou l'interprétation peut être perçue comme de l'insolence. Certaines personnes avec autisme ont une communication très littérale. Le langage ambigu leur est difficile à comprendre.



## Fais ça si

Vous n'avez pas dit que vous voulez absolument que je fasse, donc ne soyez pas énervés après moi si je choisis de ne pas le faire.

Varialement je vois juste une forte pluie.

## Il pleut des cordes



Vous n'avez pas dit que vous voulez régles (interprétation du langage). Une nouvelle activité exige de nouvelles (trirement sensoriel).

Un nouvel endroit est différent visuellement, a une odeur différente et demande des instructions faciles, une tonalité de voix et des intérêts différents.

• Shabiller à tout cela prend du temps si vous êtes autiste.

• Un groupe de personnes qui ont toutes des expressions faciles, une tonalité de voix et des intérêts différents.

vous êtes autiste.