

## Trouble du spectre autistique (TSA)

### Guide destiné à favoriser les contacts avec des personnes atteintes d'un trouble du TSA.

Environ 1% de la population est atteinte d'un TSA. Beaucoup de ces personnes n'ont été ni examinées ni diagnostiquées. Ce guide fournit des informations sur le tableau clinique du handicap, tout particulièrement dans le domaine de l'activité physique et du sport, et est destiné à faciliter les contacts avec les personnes atteintes de TSA.

Le spectre autistique n'est pas une maladie, comme beaucoup le pensent, mais un trouble du développement. Le mot «autisme» vient du grec et signifie : «très centré sur soi».

Il n'y a pas de réponse universelle concernant la cause de l'autisme. Certaines maladies infectieuses pendant la grossesse ou l'âge plus avancé de la mère à la naissance de l'enfant peuvent être des facteurs de risque. Cependant, la déficience est le plus souvent héréditaire. Elle peut également sauter des générations.

La déficience ou sa manifestation peuvent prendre de nombreuses formes. C'est pourquoi on parle également d'un spectre. On peut tout de même distinguer 3 sous-catégories, qui présentent cependant en partie une (grande) similitude.

Autisme infantile	Syndrome d'Asperger (autisme de haut niveau)	Autisme atypique
<p>Des anomalies sont déjà visibles chez les nourrissons et/ou pendant les trois premières années de la vie.</p> <p>Parfois, les personnes atteintes d'autisme infantile affichent des performances cachées dans le domaine de la mémoire, dans les disciplines techniques, dans la musique et dans d'autres domaines.</p> <p>Les principaux symptômes de l'autisme infantile dépendent des changements en matière de développement psychologique.</p>	<p>Pas de retard de développement (par rapport à l'autisme infantile). Il se manifeste généralement plus tard que l'autisme infantile. Par ex. à l'entrée au jardin d'enfants en raison d'anomalies sociales.</p>	<p>L'autisme atypique se distingue de l'autisme infantile et de l'autisme de haut niveau (syndrome d'Asperger) soit par un début tardif (il se manifeste généralement après 3 ans), soit par des symptômes «partiels», c'est-à-dire l'absence de symptômes dans un ou deux des trois domaines importants pour le diagnostic de l'autisme.</p>
<p>Ralentissement ou absence du développement du langage. Beaucoup d'enfants n'apprennent pas à parler, d'autres attirent l'attention par la stéréotypie du langage ou utilisent un langage qui leur est propre.</p>	<p>Développement du langage propre à l'âge ; cependant souvent une intonation particulière ou une manière de s'exprimer tautillonne (pointilleuse, exagérément précise).</p>	

Autisme infantile	Syndrome d'Asperger (autisme de haut niveau)	Autisme atypique
On observe souvent toujours les mêmes mouvements et stéréotypes, par ex. faire tourner des bols ou s'en servir comme de toupies, agiter des objets ou déchirer du papier.	Souvent peu ou pas d'intérêt pour les contacts avec des enfants du même âge.	
	On observe un comportement social particulier et des centres d'intérêt différents de ceux des personnes qui ne souffrent pas de TSA.	
	Absence de capacité intuitive qui permet de bien comprendre les sentiments et les situations sociales.	
	Déficits moteurs fréquents	

Les contenus qui suivent concernent surtout les personnes atteintes d'Asperger, mais peuvent également être observés dans d'autres types d'autisme ou être utiles pour les contacts.

### Aspects utiles pour de nombreuses personnes atteintes de TSA

- + Créer des conditions favorables en matière d'environnement d'apprentissage et de forme sociale et d'organisation ; p. ex. de petits groupes dans un environnement calme
- + Procédures structurées, expliquées simplement et sans contraintes de temps
- + Un plan au sens d'une explication pour une activité (physique) → dans quel but ?
- + Prévisibilité au sens d'une journée structurée → qu'est-ce qu'on fait et quand ?
- + Fiabilité de leurs personnes de référence
- + Formes sociales et organisationnelles constantes
- + Cohérence ; p. ex. respecter et imposer de manière cohérente des règles (de jeux)
- + Rituels ; p. ex. pour dire bonjour ou au revoir, mais aussi pendant le travail/les cours/le sport.
- + Langage simple
- + Utilisation ciblée de la communication non verbale avec des pictogrammes/des images
- + Créer un lieu de retrait, une «zone de repos» dans un environnement calme.

## **Aspects défavorables pour de nombreuses personnes atteintes de TSA**

- + Actions spontanées ou changements de plans spontanés
- + Trop de sollicitations ou environnements entraînant beaucoup de sollicitations
- + Trop de couleurs
- + Désordre
- + Communication non verbale (nuances, mimiques, gestes)
- + L'ironie et le sarcasme ne sont généralement pas compris. Ce qui est dit est pris au mot.
- + Les sports de contact ne sont généralement pas adaptés → personnes dépassées.

## **Caractéristiques classiques d'Asperger (p. ex. en l'absence de diagnostic/d'examen)**

- + Tendance à éviter le contact visuel pendant un entretien personnel
- + Beaucoup de regards au sol, parce que c'est souvent l'environnement qui entraîne le moins de sollicitations, qui permet d'être plus détendu et qui offre une meilleure structure
- + Émotivité et/ou interaction sociale réduites ; ne pas remarquer du tout ou remarquer trop tard qu'une autre personne ne va pas bien. Cela vaut également pour la reconnaissance du fait que l'on est responsable de la douleur d'une autre personne, par exemple après une faute dans un jeu de balle.
- + Difficultés, voire incapacité d'entretenir des relations humaines. Ne pas remarquer ou remarquer trop tard les émotions de son interlocuteur et avoir de la difficulté à les répertorier.
- + Les personnes atteintes de TSA mettent généralement plus longtemps à prendre conscience de leur propre état émotionnel. Il arrive que des personnes neurotypiques leur fassent prendre conscience de leurs propres sentiments avant qu'elles ne prennent conscience de leur état émotionnel.
- + Tendance à être dépassés dans/par des situations (quotidiennes).
- + Communication très franche et directe. Cela peut déstabiliser des personnes neurotypiques. En particulier lorsque cela s'ajoute à l'absence d'émotivité de la personne souffrant de TSA.

## **Effets secondaires possibles**

- + Dépressions ou troubles anxieux, p. ex. à cause de l'interaction sociale limitée
- + Troubles du sommeil liés à la surcharge sensorielle et à la difficulté d'y faire face
- + Expression bruyante (p. ex. crise de colère) ou silencieuse (p. ex. apathie ou retrait) de la sollicitation excessive résultant de la situation concrète.

- + Limitation des capacités de coordination, p. ex. de l'équilibre, chez les enfants ou les adolescents qui ont appris à marcher plus tard.
- + Beaucoup de personnes ont du mal à s'orienter dans l'espace (saisir sa propre position dans un espace tridimensionnel), ce qui peut entraîner des difficultés à attraper des objets comme des ballons.
- + Le traitement partiellement ralenti ou incomplet des informations sensorielles ainsi que les difficultés à porter les objets peuvent influencer le développement moteur ou les capacités de coordination. Les capacités motrices peuvent également être influencées négativement.

## **Anomalies et mesures efficaces relatives à des domaines spécifiques chez les personnes atteintes d'Asperger**

### **Interaction**

<b>Anomalie</b>	<b>Possibilités de soutien</b>
Comportement maladroit en société, ou peu voire aucun intérêt pour les autres enfants/adolescents/adultes	(Faire) décrire l'état émotionnel avec des mots/des phrases simples. Exemple : «Je suis triste, c'est pour ça que j'ai un nuage dans mon cœur.» Intégrer des rituels dans le quotidien/l'heure de sport et, dans la mesure du possible, s'en tenir à des procédures définies. Exemple : si c'est l'anniversaire de quelqu'un, cette personne peut choisir à quoi on va jouer ou si quelqu'un se fait mal, la douleur est localisée et la personne a le droit de s'exprimer à ce sujet.
Absence de compréhension de processus sociaux dans le groupe	Pour que la personne qui souffre de TSA puisse (mieux) comprendre «la norme», il faut lui expliquer le comportement à avoir ainsi que les lois et les règles à suivre.

## Communication

Anomalie	Possibilités de soutien
Incompréhension de ce qui est précisément attendu en cas d'instructions complexes ou si «on tourne autour du pot».	Faire des déclarations directes et exprimer des demandes claires et nettes. L'impératif bienveillant est clairement recommandé. Donc «ouvre la fenêtre s'il te plaît» au lieu de «est-ce que tu pourrais ouvrir la fenêtre s'il te plaît».
Déclarations sans filtre ou déclarations inadaptées dans certaines situations. Exemple : Constater qu'une personne est en surpoids et le lui dire en face.	Expliquer de manière compréhensible des situations quotidiennes ainsi que les bonnes manières et les règles de comportement qui y sont liées.
Le langage est compris de façon littérale.	Renoncer dans la mesure du possible à utiliser des formules familières comme «J'en mettrais ma main au feu». De telles déclarations déstabilisent les personnes atteintes d'Asperger. Avoir conscience qu'elles doivent d'abord apprendre et analyser la communication qui va de soi pour les personnes neurotypiques.

## Intérêts spécifiques et environnement

Anomalie	Possibilités de soutien
Focalisation sur un ou peu de centres d'intérêt. L'intensité de cette focalisation sur un centre d'intérêt et, en partie, également sa nature inhabituelle le distinguent des loisirs de personnes neurotypiques.	Utiliser les centres d'intérêt spécifiques dans un système de récompense. Les compétences qui pourront être utiles dans une vie professionnelle ultérieure devraient être favorisées.
Une réflexion logique et rationnelle prend le pas sur la réflexion globale et intuitive.	Ne pas dévaloriser une réflexion logique et rationnelle, même si elle ne semble pas être appropriée à la situation.
Limitation au propre point de vue et pas ou peu de prise en considération de l'opinion des autres (dans le groupe).	Ne pas cesser d'expliquer avec des mots simples que l'opinion des autres doit également être prise en compte. Même si la personne concernée ne le comprendra peut-être jamais. Se contenter d'accepter le comportement ne contribue pas à ce que la personne soit acceptée/tolérée dans un groupe.
Des aides apportées par des personnes de référence ou, parfois, la seule volonté de participer, peuvent entraîner une sollicitation excessive si la personne concernée veut procéder à sa façon.	Développer une intuition pour les situations dans lesquelles la personne acceptera un soutien. Être délibérément moins obligeant. Insister pour apporter son soutien dans les situations relevant de la sécurité.

## **Ce que les personnes neurotypiques peuvent apprendre des personnes atteintes d'autisme**

- + Vouloir aller au fond des choses et/ou faire table rase, p. ex. lors de défis en matière de relations humaines comme les disputes. La plupart du temps, cela permet d'expliquer et de dissiper plus rapidement les malentendus.
- + Les personnes atteintes de TSA ne trompent généralement pas leur monde. Avec elles, on sait à quoi s'en tenir.

*Cette énumération n'est pas exhaustive.*

## Effets sur l'activité physique et le sport – un aperçu

Extrait du support d'enseignement «Le sport – plus que jamais», pages 52/53. À acheter dans la boutique en ligne des éditions INGOLDVerlag

### Tableau clinique du handicap

- + Trouble global du développement, apparaît dès les premières années de la vie
- + Causes non déterminées
- + La propre personne et le monde sont perçus autrement
- + Problèmes fréquents dans la vie quotidienne
- + Traitement spécial de ce qui est perçu et des informations
- + Souvent une surcharge visuelle et acoustique qui entraîne une sollicitation excessive
- + «Retrait dans son propre monde»
- + Peuvent avoir le syndrome du savant

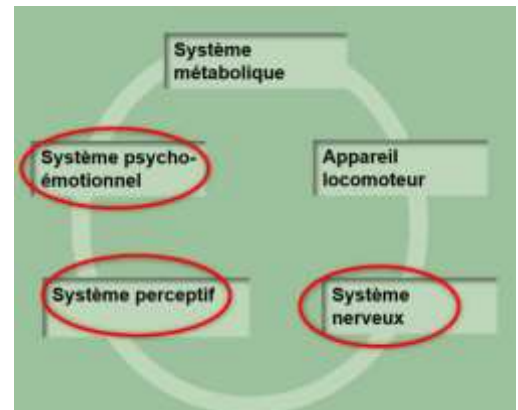
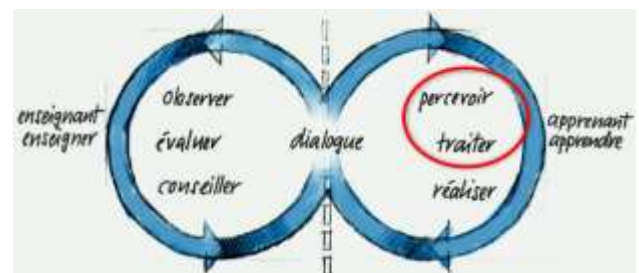


Schéma des systèmes corporels concernés par le TSA issu du support d'enseignement «Le sport – plus que jamais».

### Signes cliniques en matière d'action

- + Perception du corps et schéma corporel souvent incomplets
- + Doivent souvent être poussés à faire du sport en raison de leur manque de motivation et d'élan
- + La continuité du moniteur de sport, des expériences de réussite ainsi que des déroulements structurés, si possible sans perturbations, sont utiles.



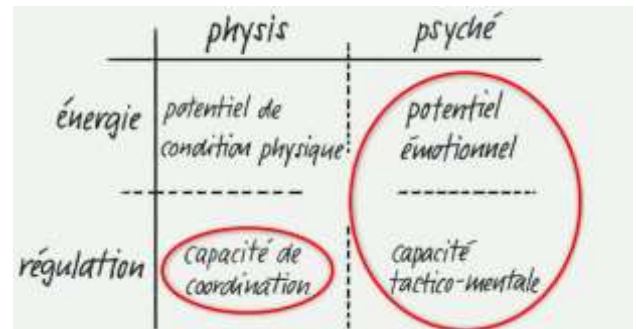
Concept andragogique avec les domaines concernés par le TSA issu du support d'enseignement «Le sport – plus que jamais».

### Signes cliniques en matière de mouvements

- + Activité de mouvement caractérisée par des «tics» répétitifs (voir stéréotypie)
- + Faiblesse motrice et manque d'élan
- + Modèles de mouvements répétitifs
- + Le contact avec les équipiers des sports d'équipe est généralement difficile, peu de communication
- + Généralement, mouvements moins dynamiques, saccadés et peu variés

### Signes cliniques en matière de sport

- + La motricité globale et fine ainsi que la coordination d'une séquence complète de mouvements constituent des défis.
- + Les changements déstabilisent et peuvent être à l'origine de réactions indésirables
- + Une structure simple, claire et constante de l'entraînement favorise l'apprentissage
- + Attention : En raison de sensation corporelle limitée les signaux tels que la douleur, la chaleur ou le froid ne sont pas toujours traités correctement. Demander comment on se sent aide.
- + Sports de contact plutôt déconseillés.



Concept de motricité sportive avec les domaines concernés par le TSA issu du support d'enseignement «Le sport – plus que jamais».

### Conseil et assistance

Avec son centre de compétences pour l'inclusion, l'éducation et le sport (IES), PluSport offre aux moniteurs de sport intéressés un point de contact compétent pour répondre à leurs questions et préoccupations individuelles :

Daniela Loosli  
044 908 45 70  
loosli@plusport.ch

Reto Planzer-Zimmerli  
044 908 45 71  
planzer@plusport.ch

Nous nous réjouissons de votre prise de contact.

### Références

- Girsberger, Thomas: Die vielen Farben des Autismus, Ursachen, Diagnose, Therapie und Beratung. Stuttgart: W. Kohlhammer GmbH 2014.
- Häusermann, S. et al. (2014), Sport erst recht – Grundlagen in der Begleitung von Menschen mit Behinderung im Sport. PluSport. IngoldVerlag.
- Küng, D. (2020), Journal Alternativpraktikum „Integrationsarbeit im Sport“, cycle d'études Sport EHSM.
- Raval, C. (2021), émission Input, édition mai 2021, Liebe lernen: (Ver)lieben mit Autismus - Radio - Play SRF; Télévision Suisse, accès le 10.11.2021
- o. A., (2021), <https://autismus-weser-ems.de/was-ist-autismus>, accès le 23.11.2021