



## Série « La psychologie peut vous aider » : Le trouble du spectre de l'autisme

### Qu'est-ce que le trouble du spectre de l'autisme (TSA)?

Le trouble du spectre de l'autisme (ASD) est un trouble neurologique (d'origine cérébrale) qui affecte le développement des habiletés sociales et de la capacité à communiquer, ainsi que d'autres aspects du comportement, et présente des caractéristiques qui lui sont propres. Le terme « trouble du spectre de l'autisme » (TSA) reflète le point de vue actuel selon lequel l'impact du TSA sur l'apprentissage et le comportement varie selon son degré – de relativement léger à grave – dans tous les aspects ou dans certains aspects du développement. Par exemple, bien que certaines personnes atteintes du TSA soient également atteintes d'une déficience intellectuelle, le modèle de caractéristiques sociales et comportementales propres au TSA peut coexister avec tous les niveaux d'intelligence. Les personnes qui souffrent du TSA éprouvent des difficultés à comprendre les autres et à développer des relations sociales qui impliquent la réciprocité. Par exemple, bien qu'elle souhaite avoir des interactions et des relations sociales, une personne atteinte du TSA ne maîtrise pas naturellement les habiletés que requièrent les contacts interpersonnels, comme la capacité de comprendre le point de vue de l'autre. Pour certaines personnes atteintes du TSA, les troubles du langage (ou l'absence de langage) rendent encore plus difficiles l'expression des idées ou la compréhension d'idées complexes exprimées verbalement par une autre personne. Toutefois, même si le langage est bien maîtrisé, la façon particulière de communiquer de la personne autiste peut teinter les situations sociales dans lesquelles elle se trouve. Par exemple, une personne atteinte du TSA peut avoir de la difficulté à entamer une conversation ou poursuivre une conversation avec fluidité, et dans les deux sens. Les personnes atteintes du TSA ont tendance à utiliser des modèles de pensée et de comportement stéréotypés. Par exemple, leurs intérêts et leurs activités sont parfois restreints, inhabituels ou plus intenses que chez d'autres personnes. Chez certaines personnes atteintes du TSA, les réponses sensorielles inhabituelles peuvent prendre la forme de réaction excessive ou d'absence de réaction à la lumière, aux sons, au contact physique, aux goûts, aux odeurs ou à la douleur. Le résultat à long terme de ce trouble à l'âge adulte varie grandement chez les personnes souffrant du TSA. Certaines d'entre elles réussiront sur le plan scolaire et professionnel, et seront autonomes, surtout depuis que nos collectivités acceptent de plus en plus les différences dans la société. La vulnérabilité aux problèmes de santé mentale, comme l'anxiété et la dépression, est présente chez plusieurs de ces adultes, par ailleurs doués, qui vivent avec le TSA.

La recherche montre que le TSA est un trouble génétique, mais on n'en connaît pas encore les causes. Le risque de développer le TSA est plus grand chez les enfants nés dans une famille dont un membre a déjà reçu un diagnostic de TSA; le TSA est plus fréquent chez les garçons/hommes que chez les filles/femmes (même si le TSA est aussi moins souvent diagnostiqué avec précision chez les filles et les femmes). Le TSA est un trouble permanent, dont les formes les plus graves sont détectées habituellement avant l'âge de deux ou trois ans, car à cet âge, un enfant a commencé à parler et à s'intéresser aux gens, ce qui n'est pas



le cas chez les enfants atteints d'un TSA sévère. Toutefois, des signes plus subtils du TSA peuvent se constater beaucoup plus tard, souvent lorsque l'enfant entre à l'école et que ses différences par rapport à ses camarades de classe deviennent de plus en plus évidentes.

## Comment diagnostique-t-on le TSA?

Le TSA est diagnostiqué par un praticien expérimenté (habituellement un pédopsychologue clinique ou un médecin spécialiste) et repose sur les types de comportements. Il n'existe aucun examen médical pour diagnostiquer le TSA. Le diagnostic se fait par la collecte d'informations détaillées de la part des parents et d'autres personnes sur certains aspects particuliers du développement et du comportement de l'enfant, et en faisant des observations systématiques directes du comportement — à la fois, les choses inhabituelles que fait l'enfant, et les choses qu'il ne fait pas, mais que l'on s'attend à voir chez un enfant du même âge.

Grâce à la détection précoce de ce trouble chez les jeunes enfants et notre compréhension accrue des formes légères et des formes plus graves chez les personnes de tous âges, le diagnostic de TSA est de plus en plus courant. Une récente estimation canadienne indique qu'au moins 1 enfant sur 66 est touché (Agence de la santé publique du Canada, 2018). Les répercussions du TSA varient, mais elles peuvent être pénibles pour les familles, ainsi que pour les services de santé et les services scolaires et communautaires qui soutiennent les personnes qui en souffrent. De nombreuses collectivités tentent de s'adapter au besoin croissant de services pour les personnes atteintes du TSA et leurs proches.

## Que faisons-nous à l'égard du TSA? La psychologie peut-elle aider?

Pour plusieurs personnes atteintes du TSA, les résultats des traitements qui leur sont offerts sont significativement meilleurs que dans les décennies précédentes. Les progrès de la recherche en psychologie nous ont aidés à mieux comprendre les différences fondamentales sur le plan du développement ainsi que les défis auxquels sont confrontées les personnes qui souffrent du TSA. De nombreux psychologues ont contribué à l'amélioration des méthodes de dépistage, d'évaluation et de traitement du TSA. L'évaluation psychologique des enfants selon leur profil d'aptitude – les points forts et les points faibles – ainsi que l'évaluation des symptômes du TSA et de ses problèmes concomitants est à même d'orienter l'élaboration de programmes appropriés pour les enfants vivant avec le TSA. Les traitements fondés sur les principes psychologiques sont à la fine pointe de l'intervention en autisme.

L'intervention précoce intensive fondée sur les principes scientifiques de l'apprentissage (analyse appliquée du comportement, ou AAC) peut aider les enfants atteints du TSA, si elle est utilisée dans le cadre d'un programme de traitement individualisé. Les principaux domaines d'intervention sont, entre autres, les aptitudes à la communication et les compétences sociales, les tâches de la vie quotidienne, la maîtrise de soi ou la capacité d'adaptation, ainsi que le soutien de la famille. Plusieurs autres interventions psychologiques peuvent être intégrées aux techniques fondées sur l'AAC afin de répondre aux besoins de la personne. Il s'agit, notamment, de l'enseignement accessoire et d'autres stratégies (comme l'enseignement d'habiletés clés) qui misent sur des situations propices à l'apprentissage à la maison et dans la collectivité. Les méthodes d'enseignement structuré mettent l'accent sur l'organisation



de l'environnement de la personne (horaires, matériel pédagogique et cadre) afin d'optimiser l'apprentissage et le fonctionnement. Les interventions par les pairs, dans lesquelles les autres enfants apprennent à interagir efficacement avec un enfant atteint du TSA, peuvent favoriser les possibilités de socialisation. Pour les personnes plus âgées et plus autonomes atteintes du TSA, la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) peut aider à gérer l'anxiété, qui est courante dans le TSA. Dans le cadre d'une TCC, on apprend à la personne à modifier sa façon de penser et à utiliser des techniques de relaxation systématiques dans les situations qui provoquent chez elle de l'anxiété. Les stratégies de régulation des émotions peuvent également être enseignées à l'aide de méthodes cognitivo-comportementales adaptées. Il peut être particulièrement difficile de trouver un traitement fondé sur l'expérience clinique pour répondre aux besoins en santé mentale des adultes atteints du TSA. Les psychologues et les autres professionnels de la santé mentale qui comprennent le TSA peuvent modifier des programmes existants afin de personnaliser le traitement lorsque les services en matière de TSA sont inexistantes. Les mesures de soutien professionnel, comme l'encadrement professionnel et les activités de loisir appropriées peuvent également être bénéfiques à de nombreuses personnes atteintes du TSA.

## Où puis-je obtenir plus d'information?

- Organismes provinciaux/territoriaux voués à l'autisme : <https://autismcanada.org/about-us/board-advisors/provincial-territorial-council-3/>
- National Autistic Society (R.-U.) <http://www.autism.org.uk>
- Associations provinciales de psychologues : <http://www.cpa.ca/public/whatisapsychologist/PTassociations>
- Fondation de psychologie du Canada : <http://www.psychologyfoundation.org>
- American Psychological Association (APA): <http://www.apa.org/helpcenter>

Pour savoir si une intervention psychologique peut vous aider, **consultez un psychologue agréé**. Les associations provinciales et territoriales, et certaines associations municipales offrent des services d'aiguillage. Pour connaître les noms et les coordonnées des associations provinciales et territoriales de psychologues, veuillez vous rendre à l'adresse <http://www.cpa.ca/publicfr/Unpsychologue/societesprovinciales/>.

*La présente fiche d'information a été préparée pour la Société canadienne de psychologie par Isabel M. Smith, Ph. D. La D<sup>re</sup> M. Smith est une psychologue clinicienne agréée; elle est titulaire de la chaire de recherche Joan et Jack Craig en autisme et est professeure aux départements de pédiatrie et de psychologie et neuroscience de l'Université Dalhousie. Les travaux de la D<sup>re</sup> Smith au centre de recherche du Centre de soins de santé IWK, situé à Halifax, en Nouvelle-Écosse, portent sur les enfants et les adolescents souffrant du TSA et leurs familles.*

Juillet 2019



Votre opinion est importante! Si vous avez des questions ou des commentaires sur les fiches d'information de la série « *La psychologie peut vous aider* », veuillez communiquer avec nous : [factsheets@cpa.ca](mailto:factsheets@cpa.ca)

Société canadienne de psychologie.  
141, avenue Laurier Ouest, bureau 702  
Ottawa (Ontario) K1P 5J3  
Tél. : 613-237-2144

Numéro sans frais (au Canada) : 1-888-472-0657

