

FICHE D'INFORMATION SUR LES PERSONNES AUTISTES

CETTE FICHE A ÉTÉ PRODUITE PAR LE SERVICE DES RESSOURCES HUMAINES DE LA VILLE DE MONTRÉAL EN MARS 2022. NOUS REMERCIONS ACTION MAIN-D'ŒUVRE POUR SON EXPERTISE.

La personne autiste, comme toute autre personne, provient d'une famille ayant certaines valeurs, une culture, une personnalité et un historique de vie qui l'ont influencée. Au fil des ans, cette personne évoluera grâce à ses expériences de vie et sa connaissance de soi. Chaque personne autiste est unique et en développement continu. Il faut donc préconiser une approche relative et non absolue. (Réf. : Emmanuelle Ladouceur, conseillère pour Action main-d'œuvre)

L'autisme fait partie de l'ensemble des particularités neurodéveloppementales décrites dans le DSM-V. L'autisme est habituellement présent dans la petite enfance, mais peut apparaître de façon plus évidente au moment de l'entrée à l'école.¹ C'est un état qui se manifeste différemment selon les personnes. (Ref : [Fédération québécoise de l'autisme](#))

Les particularités principales touchent deux volets :

- ❖ Communication et interactions sociales;
- ❖ Comportements, activités et intérêts particuliers, intelligence focalisée, passion.

Pour les personnes sur le spectre de l'autisme, on peut observer un manque de réciprocité lors d'interactions sociales, à des degrés variables. Par exemple, une personne autiste peut sembler ignorer son interlocuteur et une autre peut faire face à une incompréhension sur la façon d'interagir. Aussi, elle peut avoir de la difficulté à décoder les expressions faciales ou les sous-entendus comme soulever les sourcils ou hausser les épaules plutôt que d'utiliser des mots pour exprimer une émotion ou une pensée.

Certaines personnes autistes ont peu d'intérêts, mais ceux qu'elles ont peuvent souvent être très développés. On peut penser aux habiletés hors du commun pour certaines personnes autistes dans le domaine de la technologie informatique ou de la sécurité informatique. Par ailleurs, des gestes et mouvements répétitifs sont courants tels que la manipulation d'objets afin de les aligner ou de les faire tourner, des balancements, des torsions et parfois, des réactions émotives démesurées. (Ref: Fédération québécoise de l'autisme)

¹ Il est préférable de parler de capacités, de dons et de talents plutôt que de "trouble".

Caractéristiques ou comportements observés chez les personnes autistes :

- Tend à éviter le regard des autres²;
- Préfère les activités solitaires (d'autres apprécient toutefois d'être en relation)³;
- Réagit fortement ou très faiblement à certains stimuli (bruits, odeurs, textures et contacts physiques);
- A une excellente mémoire (générale ou pour certains types d'informations);
- Peut présenter un retard dans l'acquisition du langage et de l'autonomie;
- Joue en alignant, classant, et catégorisant des objets;
- Parle de ses sujets préférés abondamment, en ayant de la difficulté à arrêter;
- Peut être inconfortable par le fait d'être touché, surtout si elle ou il est surpris (demander son consentement avant de serrer la main par exemple);
- Ne semble pas avoir de notion du danger;
- Difficulté à anticiper les impacts de paroles ou actions si elle ou il n'a pas toute l'information explicite sur l'environnement qui l'entoure (ex. expliquer la raison d'une mesure relative à la santé et sécurité au travail en nommant les risques et conséquences potentiels)⁴;
- A de la difficulté à saisir le langage non verbal;
- Prend du temps pour apprivoiser les gens;
- Se sent généralement plus confortable dans les rapports face à une seule personne plutôt qu'en groupe (ce qui représente une plus grande difficulté à gérer plusieurs conversations et interactions).

(Ref : Autisme Québec autismequebec.org)

Avantages de l'autisme au travail selon Temple Grandin

Le 7 avril 2021, Temple Grandin, autiste, Docteure, professeure à l'université d'État du Colorado et spécialiste de renommée internationale en zootechnie et sciences animales, présentait un webinaire sur les avantages de l'autisme en emploi. Elle est auteure de dizaines d'ouvrages portant notamment sur les spécificités liées au fonctionnement de l'esprit autiste, asperger et des personnes avec un trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité (TDAH). Elle a également à son actif des dizaines d'entrevues et conférences.

² La lecture des informations communiquées par le visage demande une grande gestion et peut nuire à la concentration de la personne autiste. Elle préconisera alors une écoute de l'information en évitant le regard ou de devoir lire le visage.

³ Pour certains, le milieu de travail peut représenter leur vie sociale. Toutefois, être en relation pour une personne autiste peut requérir une grande dépense d'énergie afin de gérer les aspects d'une relation.

⁴ Éviter se fier au "gros bon sens" de la personne puisque sa vision du monde est différente due à sa neurodifférence.

Types de pensées autistes

Elle nous explique les trois différents types d'esprits liés à l'autisme, selon ses observations et recherches :

- Le penseur visuel (*Visual* ou *Photo Realistic Thinker*) : Excellente mémoire, artistes - mauvais en algèbre. Ce type de penseur tend à exceller dans la conception et la construction d'outils pratiques pour travailler sur le terrain (travail manuel);
- Le penseur spatial ou par modèle (*Spatial* ou *Pattern Thinker*) : tels que des programmeurs, ingénieurs qui excellent dans les mathématiques et la musique - difficultés en lecture, dyslexie;
- Le penseur verbal (*Verbal Mind*) : Il sait tout sur tout. Il aime les faits, l'histoire, les statistiques sportives, etc.

D'après elle, « l'esprit autiste tend à être un esprit spécialiste, bon à quelque chose, mauvais pour autre chose ».

Elle attire notre attention sur les problèmes sensoriels, souvent vécus par tous les types d'autistes. Elle explique que pour elle, c'est ce qui lui a permis de bien comprendre les animaux dont les sens sont souvent très aiguisés et facilement surstimulés.

Elle met l'emphase sur le fait que les personnes ayant une pensée visuelle ont souvent tendance à catégoriser facilement les éléments qui leur sont présentés puisqu'elles s'attardent particulièrement aux détails.

Stratégies d'inclusion

Voici ses suggestions d'inclusion afin de travailler avec les « penseurs différents » :

- Entrer en relation avec la personne et être accueillant et patient;
- Offrir un environnement de travail structuré (ex. heures de pauses, dîner);
- Fournir des attentes précises face à sa prestation de travail et résultats attendus (ex. effectuer telle ou telle tâche avant la pause);
- Expliquer clairement les priorités et indiquer comment les gérer;
- Demander quels rythme et type d'apprentissage lui conviennent le mieux (ex. l'observer face à une tâche, l'orienter, lui donner une rétroaction et des repères, lui indiquer une méthode de travail);
- Ne jamais surcharger la mémoire d'une ou un collègue autiste;
- Procurer une liste à cocher pour les emplois comportant diverses tâches;
- On peut se permettre de la ou le sortir un peu de sa zone de confort, mais il est préférable d'associer des tâches connexes à ses intérêts;
- Donner des choix (possibilités) d'activités manuelles à accomplir;

- Encourager un horaire fixe, spécialement en contexte de pandémie;
- Jumeler la personne avec un mentor ou une personne-ressource et indiquer ses disponibilités (ex. entre telle heure et telle heure, il sera possible de répondre à ses questions);
- Considérer les divers types de pensée ou d'esprit autiste.

Dre Grandin conclut en réitérant l'importance accordée au travail par les personnes autistes et que lorsque l'on mise sur l'utilisation de leurs talents, leur niveau de mobilisation et de productivité surpasse habituellement grandement les attentes.

Le syndrome d'Asperger⁵, l'autisme et le travail en équipe

Les symptômes ou caractéristiques ressemblent beaucoup à ceux des autistes fonctionnels de haut niveau et/ou avec douance. Dans les deux cas, on ne note aucun retard intellectuel. Il s'agit plutôt de certaines difficultés face à l'environnement, aux interactions sociales et au langage.

Selon talenteo.fr, voici les **aménagements** à prévoir tant pour les personnes autistes :

- Privilégier les consignes par écrit.
- Confier des tâches précises selon un plan de travail clairement défini avec des objectifs précis et réalisables. Le flou, l'ambiguïté, les changements de dernière minute peuvent les déstabiliser.
- Anticiper au maximum leur agenda, planifier ce qui peut l'être et éviter les modifications de dernière minute.
- Hiérarchiser clairement leurs priorités et les encadrer de façon structurée.
- Leur permettre de travailler dans un environnement calme.
- Accepter leurs remarques parfois directes et comprendre qu'il est plus difficile pour ces personnes d'exprimer leur pensée de façon nuancée⁶.
- Soulever des critiques constructives avec diplomatie et clarté et favoriser les encouragements.
- Un accompagnement général selon la complexité de l'environnement de travail par un mentor s'avère remarquablement efficace.
- Offrir l'accès à un lieu calme (ex. bureau, salle) pour qu'elle puisse se ressourcer. Par contre, éviter de l'isoler, car ceci pourrait être perçu comme de l'exclusion. Demander la préférence de la personne et lui offrir un endroit de ressourcement.
- Lors d'un changement, aviser la personne autiste à l'avance et lui permettre d'intégrer un premier changement avant de lui en présenter un autre.
- Enfin, identifier les atouts et les freins pour la personne.

⁵ Le syndrome *Asperger* diverge de l'autisme par le fait qu'il n'y a pas de retard de langage avant 2 ans. **Il n'y a toutefois plus de distinction officielle, sauf dans les cas où les personnes s'identifient comme étant une personne Asperger ou une personne Autiste.**

⁶ La communication est souvent directe. Le type de pensée est souvent de style *noir et blanc*.

Atouts

- ★ Grand respect des règles (fiabilité, ponctualité, honnêteté, etc.);
- ★ Implication sans modération (enthousiasme important pour ce qui la motive⁷, persévérance et perfectionnisme);
- ★ Peut avoir une mémoire exceptionnelle (particulièrement visuelle);
- ★ Grande capacité à apprendre (peut avoir une connaissance encyclopédique des sujets qui la passionne)⁸;
- ★ Sens de l'observation et du détail (perfectionniste, peut détecter très rapidement des erreurs ou anomalies)⁹.

Freins

- Difficultés à saisir l'abstrait et l'implicite (difficulté à comprendre les codes sociaux ou réactions);
- Vision morcelée de son environnement (voit surtout les détails et n'a pas de vision globale);
- Forte résistance au changement (surtout si brusque, ceci provoquera de l'anxiété ou de la colère liée à un niveau de stress élevé);
- Faible tolérance au stress et à la pression;
- Peut avoir des difficultés de concentration (hypersensible aux bruits, lumières, couleurs, stimuli extérieurs);
- Difficultés dans la coordination motrice (sports, mouvements, posture);
- Peut avoir une plus faible estime de soi (supporte mal de faire des erreurs, défaites et échecs);
- Charge mentale importante et permanente (risque d'épuisement d'où l'importance de respecter les périodes de repos et d'éviter l'activité professionnelle à domicile).

Ref : <https://autcreatifs.com/2014/12/19/raconter-lautisme-autrement>

⁷ Certaines personnes autistes peuvent sembler monocordes par leur expression faciale mais ceci ne signifie pas qu'elles ne sont pas enthousiastes. Comme toute personne, la motivation et l'enthousiasme sont tributaires de ce qu'elles aiment ainsi que de l'environnement sain et sécuritaire.

⁸ Au travail, lors de l'apprentissage d'une tâche, il est possible que l'employée ou employé puisse nécessiter plus de temps (approche étape par étape).

⁹ À noter que ceci peut ne pas s'appliquer aux personnes vivant avec un TDAH ou un TDA.