



LE PETIT DICTIONNAIRE DES TROUBLES DU DÉVELOPPEMENT



Karine Fouillé Circonférence
06 42 64 03 94 circonference@hotmail.com
5 rue Claudius Chappaz - 74000 Annecy



www.karine-fouille.fr



Sommaire

<i>La neurodiversité c'est quoi ?</i>	03
<i>Le trouble du spectre autistique</i>	04
<i>L'autisme – Extrait du livre de Jacques Martel</i>	04-05
<i>Ce que l'autisme n'est pas</i>	06
<i>Le Syndrome d'Asperger</i>	06-07
<i>Le TDA & TDAH</i>	07-08
<i>L'hyperactivité – Extrait Livre de Jacques Martel</i>	08-09
<i>La neurodivergence positive – Les traits positifs du TSA</i>	10
<i>Les fonctions exécutives</i>	10-11



La neurodiversité c'est quoi ?

La **neurodiversité** désigne l'existence de types de fonctionnements neurologiques différents

Les principales neurodiversités :

- 🌿 Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité. Le fameux TDA-H
- 🌿 Le Haut-Potentiel Intellectuel HPI ou nommé également Douance
- 🌿 Le Trouble du Spectre Autistique TSA & le Syndrome d'Asperger
- 🌿 Les gauchers
- 🌿 Le Syndrome de Gilles de la Tourette
- 🌿 Les Troubles de l'apprentissage, la famille des Dys : Dyslexie, Dyscalculie, Dysorthographe, Dyspraxie, Dysphasie Dysgraphie, ..

Dans notre société, on cherche souvent à normer les apprentissages, à lisser les comportements. Pourtant chaque cerveau apprend, fonctionne & traite l'information de manière spécifique.

Il existe 9 types d'intelligence principales :

- 🌸 Visuelle & spatiale : vision 3D & sens de l'orientation
- 🌸 Naturaliste : compréhension de la nature et du vivant
- 🌸 Musicale : facilité avec les sons et la musique
- 🌸 Logico-mathématique : capacité d'analyse des chiffres et des problèmes
- 🌸 Existentielle : sensibilité à la philosophie et la psychologie
- 🌸 Interpersonnelle : facilité à percevoir et comprendre l'autre
- 🌸 Corporelle
- 🌸 Verbale
- 🌸 Intrapersonnelle : facilité pour se comprendre et s'écouter

Les cerveaux toujours en action consomment un max de carburant grâce aux hormones comme l'endorphine, la dopamine, la sérotonine, l'ocytocine. Elles assurent un équilibre et une humeur au top pour ces cerveaux gourmands.

Alors pour mettre le paquet sur les hormones du bonheur :

- Ris avec tes amis, embrasse-les
- Joue, danse, chante
- Veille à un bon sommeil
- Fais du sport, marche en nature
- Médite
- Pratique la gratitude et célèbre tes fiertés quotidiennes.

Le trouble du spectre autistique

Le **trouble du spectre de l'autisme** est un trouble neuro-développemental qui touche principalement la communication socio émotionnelle et donc la réciprocité sociale combinée à la présence d'intérêts restreints et stéréotypés chez la personne autiste.

L'autisme est un terme issu du grec autos : « soi-même ». Le trouble du spectre autistique engendre un large panel. Chaque autiste a sa vision du monde avec ses propres difficultés et peut-être avec ou sans déficience intellectuelle.

L'autisme est un handicap mental dans lequel le psychisme est replié sur lui-même. L'autisme tend à faire disparaître la notion de « l'autre ».

Il ne faut pas chercher les causes de l'autisme chez la personne, mais chez son environnement, car la solution se trouve chez « autrui ».

Autrui, ou l'autre, se dit alter en latin, ce qui signifie également « l'un des deux ». Cela ouvre plusieurs voies, la première est qu'il y a un « second » qui a pris la place de « l'unique ».

Par exemple, dans l'histoire du père et de la mère, un enfant plus jeune, ou adopté, a pris la place, ou a reçu la part, de l'aîné. Le latin alter initie le mot altercation, c'est-à-dire « altercation » ou « dispute entre deux parties », entraînant la nécessité de la disparition de l'une des deux parties. C'est ce message que vient alors exprimer l'autisme.

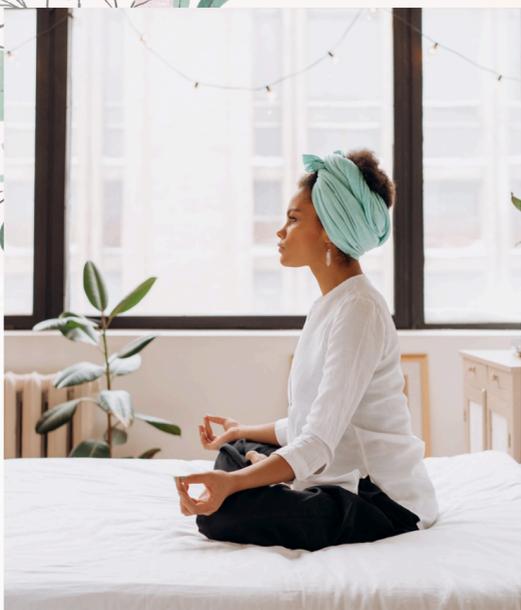
La pierre Saphir ou lapis-lazuli et la plante pétales de rose sont dédiées à l'autisme. Une subtile mutation de l'environnement fera naître chez la personne autiste une mutation de son environnement et fera naître l'intérêt de communiquer avec cet environnement.



L'autisme - Extrait du livre Jacques Mantel

L'autisme est un refus ultime de faire face à la réalité physique du monde extérieur, ce qui amène une forme de repli sur mon monde intérieur où règnent l'imagination et les fantasmes.





Je fuis une situation ou mon entourage parce que j'ai trop mal, ou parce que je vois ma sensibilité bafouée. Ma peine, ma tristesse, ma rancœur, mes peurs ou mon désespoir sont tellement grands que je me « coupe » du physique tout en continuant à avoir ce même corps physique.

Je me réfugie dans un mutisme qui représente pour moi la seule façon de m'en sortir, car le monde extérieur m'apparaît comme hostile et menaçant.

Je peux vouloir éliminer une ou des personnes de ma vie et dans ce dessein, je les ignore, je fais comme s'ils n'existaient pas. Le fait que moi, en tant que personne autistique, je me sois « renfermé » volontairement dans ma « bulle » hermétique, implique que je reçoive des milliers d'informations par jour qui sont « emmagasinées », « stockées » dans mon monde intérieur au lieu d'échanger celles-ci avec d'autres personnes.



Je me retrouve dans un trou noir, une route qui me paraît sans issue. J'ai l'impression que les standards que je dois atteindre sont tellement élevés qu'il est plus facile de me retrancher dans un mutisme plutôt que d'avoir à me dépasser constamment et d'avoir « à rendre des comptes » aux autres (parents, professeurs, autorité, patron, etc..).

je me dois d'être « hyper » performant quand je parle. Cela m'amène à aller vérifier des dizaines de fois avant de prononcer une parole, car, si je me trompe, cela serait catastrophique...

Je m'oblige donc à me taire et à garder les informations à l'intérieur de moi si ce que je dis n'est pas parfait. C'est comme si ma parole était piégée en moi, car je voudrais dire les choses, mais la pression que j'ai est tellement grande que je préfère garder le silence.

Dès ma venue en ce monde, je me sentais exclu, différent, marginal. Ma peur qu'on me blesse ou que je ne sois pas à la hauteur des attentes des autres, m'amènent à me replier sur moi-même. Mon impuissance à accomplir mes rêves et mes ambitions me pousse à vivre dans un monde où personne n'a accès.

Je me bâtis une forteresse autour de moi. Je suis en quelque sorte en exil. Cet isolement que je vis, met en évidence ce besoin de perfection envers moi-même et me rappelle d'autant plus que je ne suis qu'un « moins que rien » : je suis un échec total, car je n'ose même pas essayer. Il arrive très souvent que je sois un enfant hypersensible et que, même dans le ventre de ma mère, je pouvais déjà sentir toutes les angoisses et incertitudes de mes parents. Ils pouvaient voir le monde dans lequel j'allais vivre comme hostile.



Ce que l'autisme n'est pas :

L'autisme c'est :

- Un spectre
- Un diagnostic complet réalisé par une équipe pluridisciplinaire
- Concerne tous les genres
- Naître avec cette différence
- Avoir des difficultés dans les interactions sociales
- Avoir des passions intenses
- Avoir une perception sensorielle particulière
- Des stéréotypies
- Des différences cognitives
- Avoir de la difficulté avec les codes sociaux
- Avoir de la difficulté avec les codes sexuels
- Une perception différente du monde
- Une particularité qui diffère selon les personnes
- Une différence qui ne disparaît pas avec l'âge

Ect...

L'autisme ce n'est pas :

- Transmis par les émotions de la mère
- Dû aux vaccins
- Une question d'éducation
- Une maladie
- Un manque de connexion à l'univers
- Déclenché à cause des écrans
- Dû à une relation fusionnelle avec la mère
- Une mode
- Un manque d'empathie
- Une pulsion de mort
- Une vie antérieure non réglée
- Une demande d'attention
- Être mal élevé
- Savoir compter des allumettes
- Être Geek

Ect...

Le Syndrome d'Asperger :

Le **syndrome d'Asperger** est un trouble neurologique du spectre autistique qui touche le cerveau et qui fait partie des troubles envahissants du développement.

Il se distingue par le fait que l'intelligence de la personne atteinte demeure intacte bien que les troubles neurologiques affectent l'activité du cerveau.

Les personnes atteintes par ce syndrome ont des difficultés à se sociabiliser et à interagir avec les autres personnes. Cette anomalie entraîne une perception différente de la vie et du monde qui l'entoure, et des anomalies dans les interactions entre personnes.

Les spécificités principales sont les suivantes :



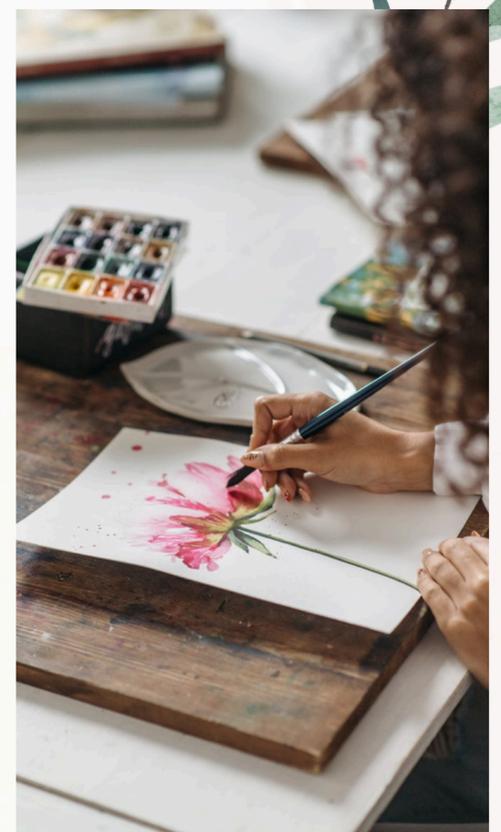
- 🌸 L'hypersensibilité sensorielle ou l'hyposensibilité sensorielle
- 🌸 L'intolérance au changement
- 🌸 Le besoin crucial de routines et de repères stables et durables dans le temps
- 🌸 Une certaine rigidité de pensée avec de grandes difficultés à admettre d'autres points de vue que les siens
- 🌸 Des intérêts spécifiques voir parfois insolites envahissants qui prennent beaucoup voire trop de place dans la vie
- 🌸 Des mouvements, gestes, tocs répétitifs pour se sécuriser et ancrer des routines dans la matière. Ils peuvent être plus ou moins envahissants
- 🌸 Les difficultés dans les interactions sociales classiques, à se faire des amis et dans la relation à l'autre
- 🌸 L'absence de déficience intellectuelle et souvent plutôt des profils HPE ou HPI sans être dans la caricature du génie ou du savant

Ce sont des personnes qui apportent une autre lecture du monde, plus viscérale, plus sensible, plus personnelle, plus authentique.

Il semblerait qu'il y ait une femme pour cinq hommes, concernés par le syndrome d'asperger.

Ces chiffres sont à repenser aujourd'hui et remis en cause. En effet, le diagnostic a été établi uniquement sur les critères destinés aux hommes.

Aussi, il est encore plus difficile et délicat de les diagnostiquer. Tels de vrais caméléons, elles arrivent à imiter les autres et se fondre dans la masse, du moins, plus que les hommes. Leur sur-adaptation rend parfois les manifestations moins détectables, et leurs intérêts spécifiques sont moins visibles et socialement plus intégrés.



Le TDA & TDAH

Le **trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité TDAH**, est un trouble du neuro développement caractérisé par trois types de symptômes pouvant se manifester seuls ou combinés :



Des difficultés d'attention et son contrôle
Des symptômes d'hyperactivité et d'hyperkinésie
Des problèmes de gestion de l'impulsivité

Ce trouble, qui est en fait un trouble physiologique non curatif, est une dérégulation de la dopamine. Les symptômes principaux sont :



Faible tolérance à la frustration
Excès de colère
Instabilité émotionnelle
Obstination



Conflits réguliers avec autrui
Aptitudes sociales faibles
Faible estime de soi

Avoir un animal de compagnie, passer du temps dans la nature et faire des activités en plein air, peuvent améliorer le bien-être général des personnes atteintes de troubles de l'attention. Un mode de vie sain dans un corps sain sera la clé.



L'hyperactivité - Extrait du livre Jacques Mantel

L'hyperactivité intéresse principalement les enfants dont les activités sont intenses et constantes. Il est bien de faire la distinction entre un comportement dynamique et hyperactif.

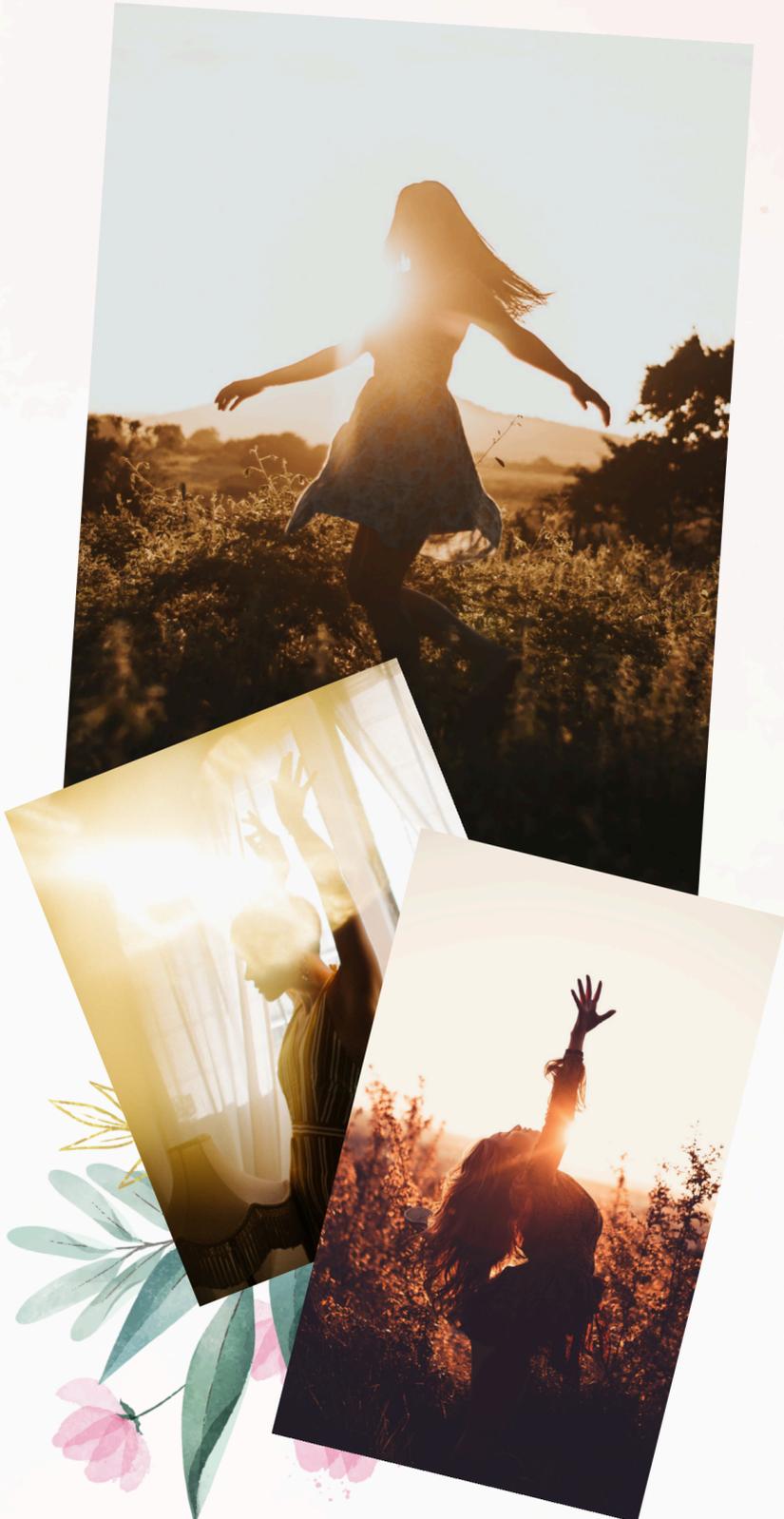
Si je suis un enfant hyperactif, j'ai un comportement turbulent et dérangeant, voire même étrange. C'est la façon habituelle que j'ai d'ignorer les situations et les circonstances autour de moi en devenant tellement impliqué dans ce que je fais que je n'ai pas à mettre l'attention sur « ma » réalité immédiate, peut-être parce que cette réalité n'est pas valorisante et réconfortante.

Je suis révolté par certaines situations ou certains comportements de mon entourage. La nervosité que j'exprime met en lumière ou à jour des états intérieurs, des non-dits, des peurs que moi ou les autres vivons.

Il peut s'agir aussi d'une certaine rébellion face à l'autorité, une façon d'éviter de faire face à une certaine réalité qui m'est intolérable. Nous savons que l'hyperactivité est causée par les additifs artificiels : l'excès de sucre, les colorants et le fast-food. La nourriture de ce type est souvent le symbole du parent essayant de combler l'amour dont je peux manquer.

Il me donne, par exemple, du chocolat alors que j'ai davantage besoin d'une « accolade ». Lorsque je suis un enfant hyperactif, c'est souvent que j'ai besoin de d'être centré davantage sur mon moi intérieur et mon cœur.





Comme parent, avant de penser à mettre mon enfant sous médication, j'aurais grandement avantage à essayer des traitements qui agissent sur le plan énergétique, comme la détente, l'acupuncture, l'homéopathie, etc. Il serait important de vérifier le contexte de naissance de l'enfant : les circonstances, s'il est prématuré, s'il y a eu traumatisme, etc., car la naissance aura une influence sur les années à venir de l'enfant puisque la mémoire émotionnelle enregistre tout (consciemment ou non).

Le MOI s'adapte aux contraintes en mettant en place un filtre interne afin d'éviter ce qui le dérange dans la réalité. Dans ce cas précis, les parents peuvent expliquer à l'enfant l'histoire de sa naissance et dédramatiser la situation, ou parler à son âme pendant qu'il dort. Il existe également des cas où l'enfant se sent coupable, par exemple, si la mère a eu un accouchement difficile ; il s'agit d'expliquer à l'enfant que ce n'est pas sa faute et qu'il est aimé, quoi qu'il ait pu se passer. Il y a aussi des situations où la mère, lorsque l'enfant était dans son ventre, a eu l'impression qu'il ne bougeait plus.

Le fait de ne pas bouger devenait donc un signe de danger et pouvait signifier que l'enfant était peut-être mort. Une fois que l'enfant grandit, il sent le besoin de bouger pour montrer, même inconsciemment, qu'il est en vie.

La même chose s'applique pour un enfant qui est devenu adulte et qui est encore hyperactif. Il se peut que l'enfant soit hyperactif parce qu'il est en résonance ou si l'on veut, en contact intérieur avec ce qu'on appelle notre enfant intérieur (l'enfant intérieur du parent) qui lui, vit une grande tension ou une grande insécurité.

Dans certains cas, l'enfant est surprotégé par les parents. Il peut avoir été véhiculé à la maison le fait que le repos ne soit pas permis, sinon je passe pour lâche, fainéant. Mon corps va alors automatiquement vouloir bouger. Si nous-mêmes, comme parents, ne sommes pas centrés énergétiquement, comment demander à notre enfant de l'être ?

J'accepte de me prendre en mains pour moi-même, d'abord, ainsi que pour le bien-être de mon enfant.



La neurodivergence positive - Les traits positifs du TSA

- Communication franche et honnête
- Remarque les détails que personne ne voit
- Idées originales et innovantes
- Imagination
- Création
- Passionné.e
- Travailleur.se
- Compassion
- Résilience
- Persiste
- Tenace
- Mémoire à long terme très efficace
- Loyal.e
- Sens de la justice
- Met de la cohérence et du sens dans tout
- Anticipe
- Digne de confiance
- Grand sens de l'observation
- Très empathique
- Respect des règles
- Accepte les différences
- Réaliste
- Humour décalé
- Va droit au but, pas d'implicite
- Relation longue et sincère
- Expression des émotions positives
- Ne fait pas semblant
- S'investit
- Respect de la nature et des animaux
- « Expert » dans leurs intérêts spécifiques



Les fonctions exécutives

Les **fonctions exécutives** constituent l'ensemble des processus mentaux que met en œuvre une personne pour gérer ses comportements, ses pensées et ses émotions lors d'une nouvelle situation qui nécessite de résoudre un problème pour lequel nos stratégies habituelles et connues ne suffisent pas.

Elles regroupent plusieurs fonctions cognitives indépendantes, mais interreliées, qui doivent agir de manières coordonnées pour permettre aux comportements d'être bien adaptés et fluides. Les principales fonctions cognitives sont la mémoire de travail, le contrôle de l'inhibition, la flexibilité cognitive et la planification.

La mémoire de travail :

La mémoire de travail permet de maintenir active et de manipuler dans notre tête l'information nécessaire pour réaliser une tâche qui se déroule dans le temps. Elle est extrêmement importante et est impliquée dans la grande majorité de nos comportements. La mémoire de travail est fondamentale pour le développement du langage, la mise en place des apprentissages en général, la réussite académique et professionnelle ou la gestion de nos activités quotidiennes.

Lorsqu'elle a atteint son maximum et que nous continuons à faire entrer de la nouvelle information, la mémoire de travail se met à jour automatiquement et « efface » des éléments sur sa liste, donc ces derniers disparaissent de notre conscience.

L'inhibition ou contrôle inhibitoire :

L'inhibition ou contrôle inhibitoire est la capacité qui nous permet de résister à une forte propension à vouloir faire quelque chose pour la remplacer par ce qui est plus approprié au contexte ou pour atteindre un but futur. L'inhibition est aussi très fortement sollicitée lorsqu'il est question de devoir résister au plaisir immédiat. Elle est également associée à l'habileté d'une personne à gérer les interférences et à contrôler ses comportements. Elle peut être comprise comme le frein de notre cerveau.

La flexibilité mentale :

La flexibilité mentale nous permet de nous ajuster au changement, de percevoir les multiples facettes d'une situation ou de concevoir quelque chose d'un angle tout à fait nouveau.

La planification :

La planification nous permet de nous organiser et d'établir l'ordre des étapes à suivre dans le temps pour arriver à notre but. Il faut pouvoir recruter les 3 processus mentaux cités précédemment tout en ajoutant l'anticipation du but à atteindre, la stratégie à privilégier, puis l'exécution.

