

Trousse à outils sur le profil SEPD

destinée aux parents d'enfants ayant un
trouble du spectre de l'autisme (TSA)

Partie 1 - Qu'est-ce que le SEPD (Syndrome d'évitement
pathologique des demandes) ?



Le SEPD (ou syndrome d'évitement pathologique des demandes) est généralement considéré comme un **profil du spectre de l'autisme**, se caractérisant par l'**évitement** des **demandes quotidiennes** et l'utilisation de stratégies « sociales » pour éviter de se plier à ces demandes.

Les personnes ayant un SEPD présentent des **caractéristiques autistiques** communes et de nombreuses « particularités caractéristiques » d'un profil SEPD.

Particularités caractéristiques du profil SEPD



- Évitement et résistance aux exigences quotidiennes
- Sautes d'humeur excessives et impulsivité
- Sociabilité, et superficielle
- Manque de profondeur dans la compréhension
- Comportement « obsessionnel » souvent axé sur les autres personnes
- Recours à des stratégies sociales pour éviter les demandes
- Aisance apparente dans les jeux de rôle et les faux-semblants (parfois à l'extrême, caractéristique pas toujours visible)

Qu'est-ce qu'une demande?

- S'habiller
- Soins d'hygiène
- Dormir
- Aller à l'école
- Se faire des ami·es
- Manger/boire
- Faire un choix
- Événement social
- Faire quelque chose à tour de rôle

Que se passe-t-il lorsque nous formulons une demande?

En tant qu'êtres humains, nous **opposons une résistance** par tous les moyens possibles - c'est pourquoi plus nous essayons d'obliger nos enfants à répondre aux exigences, plus ils **se replient sur eux-mêmes, se figent ou manifestent leur opposition !**

Un besoin de contrôle induit par l'anxiété

« On dirait que j'ai deux personnes dans la tête, l'une qui me dit oui et l'autre me dit non! »

« Je ne peux pas m'empêcher de refuser d'accéder à une demande. »

Plus qu'un simple évitement

L'évitement prononcé des demandes **est le trait le plus caractéristique, mais pas le seul** d'un profil SEPD.

« Avez-vous essayé d'établir plus de limites? »

« On dirait Jekyll et Hyde »

« Ce n'est pas possible qu'elle soit autiste! »

« Mais est-ce qu'elle garde le contact visuel? »



Détresse parentale

Élever un enfant ayant un SEPD c'est comme être contraint·e de **rouler en sens inverse sur une autoroute à grande vitesse** - et de se faufiler entre les véhicules pour éviter d'être percuté·e de plein fouet.

J'ai beau **signaler**, mais personne ne me donne la priorité. Serai-je victime d'un accident?!?

Première publication sur PDA Parenting intitulée «just another bedtime», en 2016.





Le modèle de parentage classique est-il efficace?

1

Votre parentage est-il basé sur des systèmes de comportement positif ?

2

Les récompenses et les conséquences aggravent-elles la situation ?

3

Pourquoi cette approche est-elle la seule que nous connaissons ?

4

Quelle est donc la réponse?



Les renseignements traduisent les points de vue des auteurs et ne reflètent pas nécessairement les points de vue de l'Agence de la santé publique du Canada. Les ressources et les programmes mentionnés ne sont pas nécessairement approuvés ou reconnus par Nexus santé ou l'Agence de la santé publique du Canada.

écrit par Danielle Jata-Hall

traduit par Nexus santé

Trousse à outils sur le profil SEPD pour les parents d'enfants ayant un trouble du spectre de l'autisme (TSA)



2025