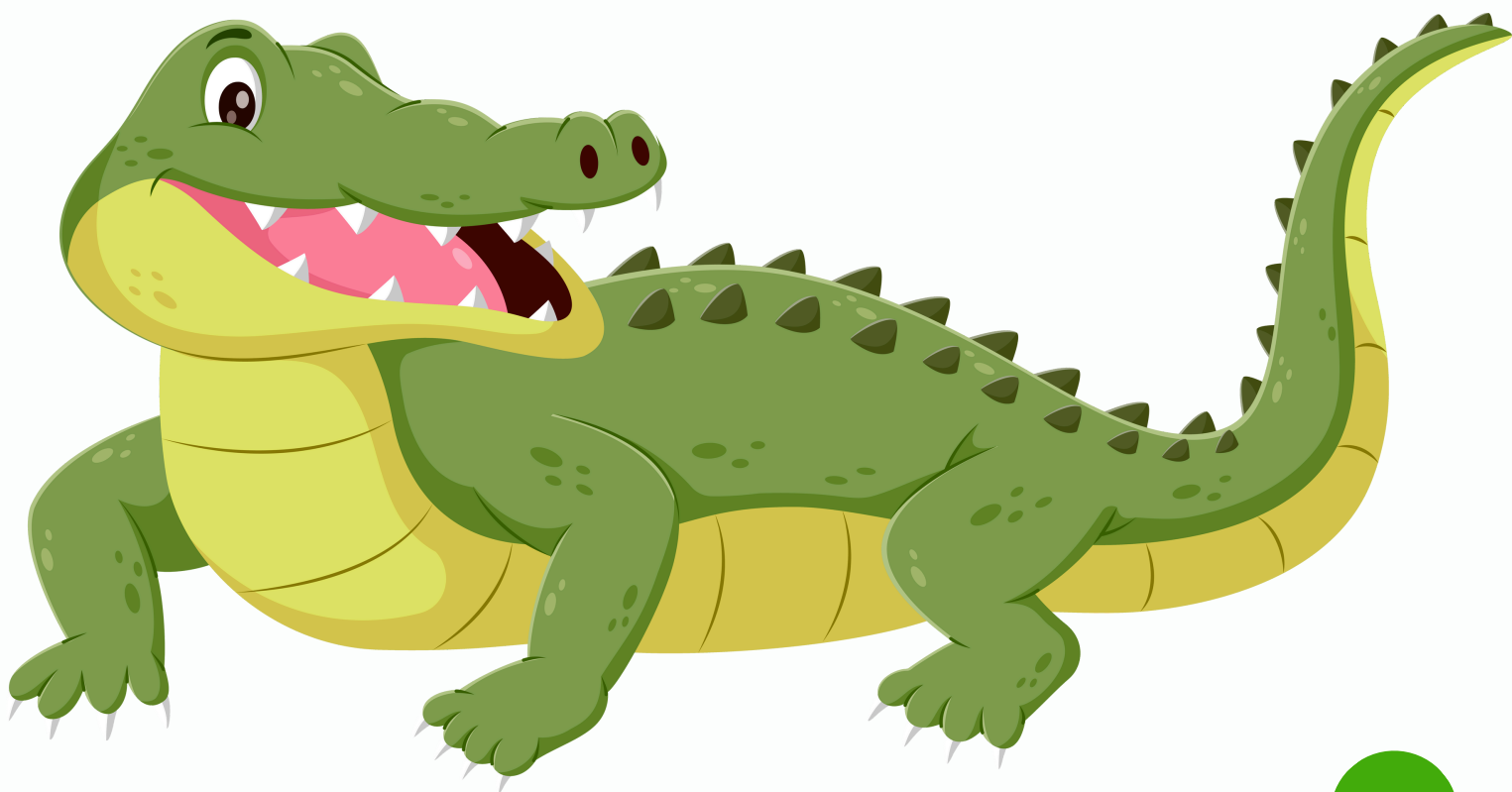


# Trousse à outils sur le profil SEPD

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

Partie 2 - Le profil SEPD



---

## Deuxième série - Le profil SEPD

La notion la plus importante à retenir avant de commencer :

« Un besoin de contrôle dû à l'anxiété »

Ce qui veut dire qu'une personne autiste présentant un profil SEPD **est incapable de se plier** à une demande parce que celle-ci est perçue comme une menace pour son autonomie!



### Oubliez ce que vous savez

**Désapprenez, effectuez des recherches et réapprenez** tout ce que vous pensez déjà savoir sur le parentage!

### Tradition ou technique?

Demandez-vous si les facteurs suivants déterminent votre style parental :

- Les attentes imposées par la société
- Votre propre éducation
- Les traumatismes transgénérationnels
- La neurodivergence refoulée



---

## Par où commencer?

Trouver la bonne **rhétorique** sur le **parentage** est essentiel.

### Réajuster son attitude par l'écoute

Le témoignage authentique des personnes autistes de la communauté est essentiel à l'acquisition de toute aptitude parentale

Être à l'écoute de son enfant; s'adapter à ses besoins et non à ce que l'on considère comme tel



### Éviter d'infliger une punition en cas de réponse automatique

« C'est comme si j'étais la Belle et la Bête, j'incarne ces deux personnalités. Quand la bête sort, je ne peux pas l'arrêter. Après le départ de la Bête, la Belle prend place et elle se sent très désolée. »  
(A, 8 ans)



---

## La discipline est inefficace face à une réponse empreinte d'anxiété

« **Les punitions** n'ont **aucun intérêt** dans la mesure où il n'y a rien de plus douloureux que de réprimander son propre subconscient interne. »

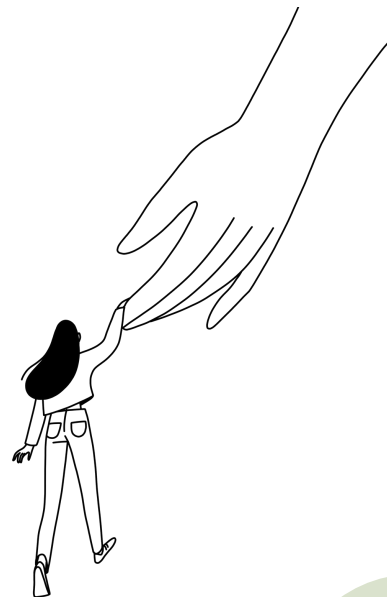
-- Danielle Jata-Hall (Auteure du blogue PDA Parenting)



## Oublier les formules et les solutions

Dès que vous recherchez des stratégies pour essayer de changer une personne (ou son comportement), alors vous perdrez sa confiance. Ces techniques ne sont d'aucune utilité lorsqu'une personne est incapable de se plier à une demande qu'elle perçoit comme une menace à son autonomie.

- Emplois du temps visuel
- Tableaux « Maintenant » et « Ensuite »
- Histoires sociales
  
- Chronomètre
- Récompenses
- Plan de soutien comportemental positif





# Cinq techniques qui peuvent être utiles!

1

Établir des relations de collaboration

2

Faire preuve d'empathie dans les moments de détresse

3

Donner à votre enfant les moyens de favoriser son autonomie sociale

4

Respecter l'autonomie de tout le monde!

5

Se tenir à l'écart en famille si nécessaire



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