

# 1

# NEUROATYPIES : # LE TSA

## QU'EST CE QUE C'EST ?

### Le Trouble du Spectre de l'Autisme

Les manifestations du trouble sont différentes selon les personnes et sont regroupées sous le terme Trouble du Spectre Autistique (TSA).

Il existe une grande diversité dans les formes que peut prendre l'autisme.

L'autisme est un trouble **neurodéveloppemental**.

## QUELQUES SIGNES

- Hypersensibilité sensorielle
- Difficultés liées au changement
- Besoin de rituels pour se réassurer
- Sens de la morale personnelle plus élevé
- Anxiété importante essentiellement lors de certaines activités sociales...

Les signes sont multiples et leur intensité variable

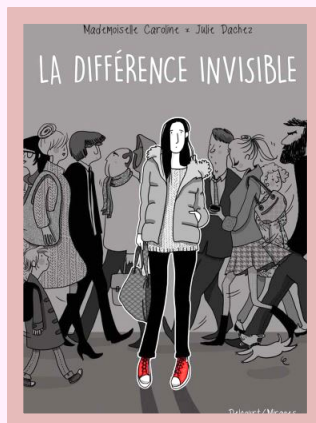
Cela implique un réajustement des **modes de communication**, du **comportement** et des **interactions sociales**.

## LA DIFFÉRENCE INVISIBLE :

- ★ Un **récit moderne et intrigant** d'une jeune femme qui se sent décalée par rapport aux autres sans comprendre pourquoi.

Julie Dachez est docteure en psychologie sociale, auteure de la thèse "**Envisager l'autisme autrement : une approche psycho-sociale**".

Son album "La différence invisible", est **inspiré de sa propre histoire**.



### Aller plus loin :

- ★ Mieux comprendre les profils: **[www.zatypie.fr](http://www.zatypie.fr)**
- ★ Une Encyclopédie collaborative en ligne dédiée à la neuroatypie: **[www.lazebrelle.fr](http://www.lazebrelle.fr)**

# 2 NEUROATYPIES : # LE TDAH

## QU'EST CE QUE C'EST ?

**Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité**

**Déficit de l'attention**

*Avec ou sans*

**Hypérioractivité motrice**

Il est important de rappeler qu'un fonctionnement cognitif différent n'est pas une pathologie.

## ASTUCES

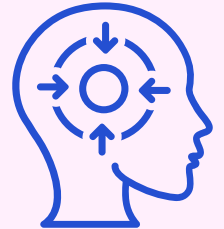
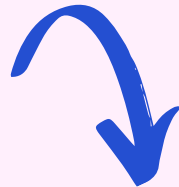
- ★ Prendre plus de temps à la réalisation d'une tâche
- ★ Mettre en place des systèmes de rappels divers, listes, prises de notes
- ★ Mettre en place une gestion des cycles de sommeil
- ★ Avoir des activités où on se défoule
- ★ Utilisez des objet de stimulation pour contenir votre agitation
- ★ Et surtout être libre de s'exprimer et ne pas être jugé·e

## LE TDAH PEUT SE TRADUIRE PAR :

Des **problèmes à aboutir une tâche**, besoin de bouger, impulsivité, problème de sommeil, énergies/émotions fluctuantes et addictions...

Une **hyperfocalisation** sur les activités intéressantes, idées créatives, la recherche permanente de stimulations par la nouveauté...

**Le TDAH peut se diagnostiquer par un·e psychiatre ou neuropsychologue spécialisé·e**



### Aller plus loin :

- ★ Mieux comprendre les profils: **[www.zatypie.fr](http://www.zatypie.fr)**
- ★ Une Encyclopédie collaborative en ligne dédiée à la neuroatypie: **[www.lazebrelle.fr](http://www.lazebrelle.fr)**