



Je voudrais être

ton ami

Cette année, je suis dans ta classe et j'aimerais vraiment devenir ton copain.

Je suis **Autiste asperger.**

adapté du document de Mme Ninon Legendre



Qu'est-ce que le Syndrome d'asperger?

D'abord, je voudrais t'expliquer ce qu'est le *syndrome d'asperger*, pour que tu comprennes mieux pourquoi parfois, je fais des trucs qui peuvent te sembler "bizarres".

Le *syndrome d'asperger* fait partie de l'autisme, un peu comme le bleu fait partie de l'arc-en-ciel. Et c'est un handicap; pas une maladie.

Ca veut dire que le *syndrome d'asperger* n'est pas contagieux. On ne peut pas devenir *aspi* comme on attrape la grippe! Ca veut dire aussi que ce n'est ni de ma faute, ni de celle de mes parents ou de ma famille, si je suis comme ça.

On ne peut pas reconnaître un enfant *aspi* juste en le regardant. Physiquement, je ressemble à tous les petits garçons de mon âge. C'est ma façon de vivre les choses qui fonctionne un peu différemment.





Je ne suis pas stupide, loin de là. J'ai juste une autre forme d'intelligence que toi. Il y a des choses que je peux réussir facilement, parfois mieux que toi, et d'autres qui sont vraiment très difficiles pour moi.

Il n'existe pas de médicament pour guérir du *syndrome d'asperger*. Par contre, j'ai eu de la chance : sur ma route, j'ai rencontré beaucoup de personnes qui m'ont aidé à mieux grandir, à mieux comprendre vos pensées et vos actions, grâce à un gros travail sur moi.

Toi aussi tu peux m'aider si tu le souhaites.
Ce serait vraiment bien pour moi.

Mes difficultés : comprendre les doubles sens



Les enfants avec le *syndrome d'asperger* ont des problèmes de communication. Ils ne comprennent pas toujours ce que tu veux dire. Par exemple, quand tu me dis des drôles de phrases comme "tu es dans la lune" je peux te répondre que je ne suis pas dans la lune, mais bien sur terre!

Il ne faut pas non plus que tu te fâches si je ne comprends pas ta plaisanterie. Car ça aussi, j'ai bien du mal à analyser ce que tu veux dire.



J'ai du mal avec mes émotions. La colère, la tristesse, même la joie que je montre peut te sembler trop grande! Je ne sais pas toujours comment agir avec elles. Tu peux me trouver bébé par moment, ou encore, que je me choque vite... Et ça m'angoisse et me rends triste car je sais que ce n'est pas bien. Je travaille fort pour mieux comprendre mes propres émotions et les contrôler. Et j'y arrive plus souvent qu'avant! Mais pas tout le temps...



Ces émotions, je les comprends aussi très mal chez les autres. Toi, tu es capable de voir vite vite que ta mère est heureuse, ou triste, ou fâché. Pas moi. Je dois prendre une pause et analyser à chaque fois, sur chaque personne. Mais des fois, ça va trop vite et je n'ai pas le temps d'analyser comme il le faut. Et je fais des erreurs...

Il se peut que je ne comprenne pas dans ton visage que tu es tanné que je te chatouille, et que je continue. Il faudra, si cela arrive, que tu me le dises clairement: "Arrêtes! je ne veux plus que tu me chatouilles!" Si tu me pousSES, je peux me sentir agressé et mal réagir. Mais ce ne sera pas parce que je ne t'aime pas, plutôt parce que j'aurai mal interprété ce que ton visage montre comme émotion.

Beaucoup d'enfants *asperger* apprennent à comprendre les émotions des gens, mais ce n'est pas aussi facile et naturel pour eux que ça l'est pour toi.

Tu peux m'aider, si tu veux...





Pour cela, utilises des phrases courtes et simples; exprimes par des mots ce que tu ressens; ne me brusque pas physiquement, mais parle moi s'il te plaît. De cette façon, ce sera plus facile pour moi de te comprendre.

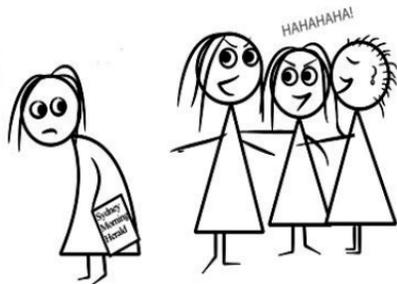
N'hésites pas à me poser des questions et à m'encourager à répondre. Et si tu ne comprends pas mes réponses parce que je parle trop bas ou avec une voix trop aigüe, ou parce que je bafouille, alors demande-moi de répéter.

Parfois, quand tu me parles, tu peux avoir l'impression que je ne t'écoute pas parce que j'ai tendance à ne pas te regarder dans les yeux. Si c'est le cas, alors n'hésites pas à me le signaler gentiment en me disant : - « Regardes-moi, mon ami ».



Surtout, ne te moques pas de moi, s'il te plaît. Je ne suis pas idiot et je le verrai tout de suite. Ça me rendrait malheureux. Très très malheureux...

N'oublies pas : même si parfois, j'ai une drôle de façon de l'exprimer, j'ai vraiment envie de devenir ton ami.



Mes bizarreries.

Les enfants *asperger* ont besoin d'une routine et souvent, ils n'aiment pas quand on la change. Ça les stress et les angoisses. Pour que ça n'arrive pas, c'est facile! Tu n'as qu'à me dire un peu d'avance que tu as changé d'avis.

Je peux aussi, quand je suis trop stressé, répéter les mêmes attitudes, c'est ce qu'on appelle des stéréotypies. Par exemple, je peux jouer avec mes doigts d'une façon un peu étrange ou barbouiller sur une feuille, aiguiser mes crayons, taper sur mon bureau avec mes doigts encore et encore et encore. Et si je n'arrive pas à me calmer, je peux exprimer mon malaise en criant ou en poussant mes choses par terre.



Quand cela arrive, je sors de la classe ou, à la maison, je me retire dans ma chambre pour me permettre de me calmer, et après, tout va bien.

Le mieux, dans ces cas-là, c'est de me laisser faire. Je sais comment faire pour me calmer. Fais moi confiance. En tous cas, il ne faut surtout pas rigoler.

Mes qualités.

Être *asperger* a aussi de bons côtés! Je suis un très mauvais menteur! Je suis le plus fidèle des amis. Je suis très concentré sur mes tâches et si tu deviens mon ami, je te défendrai corps et âme! Je suis les règles que je comprends à la lettre. Lorsque je suis doué dans quelque chose, je suis VRAIMENT doué. J'ai de grandes connaissances dans les sujets que j'aime: je suis un GÉNIE!



Des *aspis*, il y en a beaucoup! D'ailleurs, je suis certain que ta maman et toi en connaissez plusieurs....



George Lucas, créateur de Star War; Tim Burton, réalisateur des films de Batman; le créateur de Charlie Browns, Charles Schulz; Albert Einstein; l'inventeur du téléphone, Graham Bell; l'acteur Kenu Reeves; le créateur des Pokémons, Satoshi Tajiri et des centaines d'autres personnes qui ont eu un impact important dans leur société!



Je viens de t'expliquer un petit peu mes difficultés. Pour m'aider, une personne m'accompagne en classe. C'est une éducatrice spécialisée. Elle m'aide à m'organiser, à me concentrer, et à gérer mes stress. Elle est très importante pour moi. À elle aussi, tu peux lui poser des questions!

À la maison, Maman se forme continuellement afin de m'apprendre à tempérer par moi-même, à apprendre aussi toutes les émotions possibles à gérer mes stress et mes angoisses. Elle n'est pas seule; toute une équipe travaille avec elle à me former à la vie sociale. Et ça marche! Il y a de bonnes chances pour que je termine mes études post secondaires. Et adulte, je serai autonome, me marierai et aurai des enfants comme tout le monde. :-). Si j'en ai envie, bien sur!



Ce qu'on peut faire ensemble

Au Québec, la plupart des enfants asperger ont la chance de pouvoir aller dans une école ordinaire, avec toi. Et pour moi, c'est quelque chose de vraiment formidable, parce que j'aime beaucoup jouer avec les autres enfants de mon âge.



J'aime aussi apprendre des tas de choses, comme toi. Tu peux m'aider à apprendre comment comprendre les émotions.

Oui, je suis différent. Toi aussi, tu es différent. Tu n'es pas comme ta sœur, ou ton frère.

Alors, dis moi,

VEUX-TU ÊTRE MON AMI?



Un grand MERCI à Maman Ninon Legendre d'avoir créer le petite document original et d'en permettre l'adaptation québécoise et sélective pour Asperger, ainsi que sa diffusion au Québec via TAC.

* Le masculin comprend le féminin

