

# INTERVIEW

## Transitions de vie « Des opportunités qu'il faut savoir anticiper et préparer pour mieux accompagner les personnes autistes ! »

Qu'est-ce qu'une transition de vie ? Pourquoi ces passages en « terres inconnues » sont-ils si importants pour notre épanouissement ? Comment négocier du mieux possible ces périodes pour qu'elles deviennent davantage des propulseurs ? Julie Ruel, Ph.D. en Éducation, co-titulaire de la Chaire interdisciplinaire de recherche en Littérature et Inclusion (CIRLI), répond aux questions de l'info-Membres.



## Qu'est-ce qu'une transition de vie?

**Julie Ruel :** Les transitions de vie font référence aux différentes phases qui parsèment habituellement la vie de tout individu. Parmi celles-ci, il y a les transitions scolaires qui sont des étapes importantes dans le parcours scolaire, notamment la transition vers le préscolaire, lors de la première rentrée scolaire, la transition vers le secondaire (lire ci-contre, NDLR), puis celle qui mène vers la vie adulte, soit vers des études post-secondaires ou vers le monde du travail. Ce sont des périodes pendant lesquelles des changements majeurs se déroulent et souvent même se conjuguent : modifications de l'environnement social, évolutions corporelles et psychologiques, etc. Parce que ces transitions sont des périodes à court terme qui s'inscrivent dans une trajectoire à long terme, leur réussite est fondamentale pour la suite.

## En quoi les personnes autistes sont-elles plus vulnérables lors de ces transitions?

**J. R. :** Attachées à leur routine et à leurs habitudes de vie, les personnes autistes sont plus sensibles à ces moments pendant lesquels il faut faire preuve d'adaptabilité. Mais le gros avantage des transitions scolaires, c'est qu'elles sont prévisibles et même programmées ! On ne découvre pas du jour au lendemain que son enfant va intégrer la maternelle ou le secondaire à l'issue des grandes vacances d'été ! De la même façon, la fin du secondaire et l'entrée dans le monde post-secondaire ou du travail est une perspective qu'on a le temps de prévoir et donc de préparer.

## Comment peut-on faciliter le passage de ce qui peut s'apparenter pour certains à de véritables «sables mouvants»?

**J. R. :** En planifiant ! C'est de mon point de vue le maître mot pour réussir à grimper ces marches sans trop trébucher. Bien gérées et anticipées, les transitions sont de formidables

## Des transitions à tous les âges



### Vers le préscolaire

Première pierre de l'édifice, cette étape est fondamentale et conditionne celles à venir. Outre les répercussions positives sur l'enfant, la réussite de cette transition a un réel impact sur le stress des parents.



### Du préscolaire au primaire

La transition de la maternelle au premier cycle du primaire est une période de vulnérabilité pour les enfants et les parents, et notamment pour ceux qui ont des besoins plus complexes, car les uns et les autres passent alors d'un contexte connu, y compris en ce qui concerne le support offert, à un contexte inconnu, souvent sans continuité de soutien.



### Du primaire au secondaire

Bien que, pour la plupart des enfants, cette transition s'effectue sans heurt majeur, elle se révèle être une période d'adaptation intense, car elle coïncide avec le passage de l'enfance à l'adolescence. Le jeune doit donc relever plusieurs défis, tant sur le plan physique que psychologique, social et environnemental.



### Du secondaire vers l'âge adulte

La transition vers une filière professionnelle, la poursuite des études post-secondaires ou l'arrivée sur le marché du travail peuvent susciter des inquiétudes et présenter certaines difficultés, que les élèves aient des besoins particuliers ou pas. Pour les personnes autistes, la transition de l'école vers la vie active (TÉVA) serait la période de vie qui affecterait le plus leur avenir.

► Extraits de *Les transitions scolaires de la petite enfance à l'âge adulte*, Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec (CTREQ).

## INTERVIEW

passerelles vers des opportunités de vie. Pour autant, la difficulté est qu'il n'existe pas de recette miracle. Chaque personne va réagir à sa façon et a des besoins différents : il faut donc que tous les acteurs de la transition soient partenaires pour préparer cette transition. Il s'agit pour les aidants, parents, professionnels, intervenants et la personne elle-même (en tenant compte de son âge) de trouver les stratégies qui vont faciliter ce passage. Le point de départ est de bien connaître les défis auxquels l'enfant ou l'adolescent va devoir faire face. Est-ce que ce sont les changements de routine ou le transport scolaire en autobus qui vont davantage l'inquiéter ? Va-t-il plutôt être mal à l'aise avec les changements de professeurs, la rencontre de nouveaux camarades, les matières nouvelles à maîtriser ou encore l'environnement physique auquel s'habituer ? À partir de là, on peut établir des scénarios pour planifier et atténuer l'impact négatif que pourraient avoir ces transitions. Pour les plus petits, on peut notamment organiser des visites du prochain établissement scolaire. D'abord, un jour de congé pédagogique pendant lequel les couloirs sont plus tranquilles et puis ensuite, un jour d'école classique avec la « vraie vie » de l'école, les bruits, les mouvements. On peut aussi jouer la carte ludique en profitant de la future cour d'école pour faire des premiers jeux ou avoir une photo de la future enseignante ou de la salle de classe pour qu'elles deviennent familières. J'ai l'exemple d'une responsable d'un service de garde qui modifiait les routines afin qu'elles se rapprochent de celles de la maternelle. Cela peut paraître anecdotique mais c'est tout l'inverse. En introduisant progressivement des pratiques de l'après-transition, les changements se font graduellement, sans cassure brutale de rythme ou d'habitudes.

### **Y-a-t-il des transitions plus sensibles que d'autres ?**

**J. R. :** Elles sont toutes importantes et encore une fois, l'intensité de leur impact va varier selon la personne, le

contexte et la façon dont les différents acteurs de la transition auront facilité cette période. Il faut être vigilants à la transition vers le préscolaire par exemple, d'autant que des études indiquent que les premiers sentiments et les attitudes des élèves à l'égard de l'école ont tendance à demeurer stables après les premières années à l'école<sup>1</sup>. En réussissant celle-ci, on capitalise donc pour la suite... Autre transition sensible : celle entre le primaire et le secondaire. Elle survient en même temps que l'adolescence pointe le bout de son nez, apportant son lot de transformations, tant sur les plans physique, psychologique ou social. Souvenez-vous qu'un jeune peut pousser de 6 pouces en moins de six mois ! Même avec un socle solide, il y a de quoi être déstabilisé.

### **On a tendance à moins parler de la transition vers l'âge adulte, que ce soit pour poursuivre des études post-secondaire ou intégrer le monde du travail. Est-ce parce qu'elle est plus facile que les autres ?**

**J. R. :** C'est en réalité celle qui semble la plus complexe. Le jeune y arrive avec tous ses bagages, plus ou moins bien ficelés, et là c'est supposé être le grand saut vers l'autonomie. C'est habituellement la période à laquelle le jeune adulte songe à quitter le foyer familial, développe des relations amoureuses, devient plus responsable financièrement, choisit un programme d'études, un choix de carrière ou essaie de se trouver un emploi. Il se doit de faire des choix judicieux pour l'avenir... Pour les personnes autistes, la transition de l'école vers la vie active (TÉVA) est souvent un passage qui soulève des inquiétudes tant pour elles que pour leurs parents car se pose alors la question de ce qui va survenir à court, à moyen ou à long terme ? Qu'en sera-t-il de l'autonomie ou de la responsabilisation ? De plus, les ressources pouvant soutenir les jeunes adultes ayant un trouble du spectre de l'autisme et leur famille semblent insuf-

## INTERVIEW

fisantes durant cette transition. D'où l'importance là encore de bien anticiper cette dernière transition scolaire, et ce, le plus rapidement possible. Des études suggèrent de débiter la planification de cette transition dès l'âge de 14 ans en mettant à contribution le jeune lui-même. Des ressources supplémentaires pour accompagner le jeune seraient aussi pertinentes. De même, de la formation pour aider le jeune à développer son autodétermination est profitable. Ce ne sont que quelques pistes possibles pour bien préparer cette étape importante.

### Peut-on dire que des progrès ont été faits dans la prise en compte institutionnelle de ces transitions ?

**J. R. :** Il faut souligner que des efforts ont été faits ces dernières années pour mieux prendre en compte ces transitions tout au long du parcours scolaire. Le personnel est plus sensibilisé et les services sont globalement plus adaptés. Il y a une prise de conscience des enjeux de ces étapes sur le long terme. Bien sûr, il reste encore du chemin à parcourir. Les différents acteurs des différentes transitions n'ont pas toujours la chance de planifier ensemble pour faciliter ces périodes de vie. On pourrait s'attarder davantage à assurer la continuité éducative entre les différents milieux de vie de l'enfant, de l'adolescent ou du jeune adulte. Il faut toutefois reconnaître les efforts du milieu scolaire en faveur d'une plus grande intégration des personnes les plus vulnérables. En effet, plusieurs Cégep et des universités au Québec proposent, par exemple, des services aux élèves en situation de handicap, permettant notamment la mise en place de certaines mesures d'accommodements pour les personnes autistes ou celles ayant un handicap. Tout n'est pas parfait, mais des progrès notables sont observés. Le prochain gros chantier à réaliser sera d'assurer l'engagement des différents ministères et services publics pour améliorer les retombées de la transition vers la vie adulte.

### À noter:

Les références Web ne sont peut être plus à jour.

#### Pour aller plus loin...

##### - Sur le site de la Fédération

► Vous y trouverez différentes [ressources spécifiques aux transitions scolaires](#).

##### - À emprunter au centre de doc

► *Autism & the Transition to Adulthood Success Beyond the Classroom*, par Paul Wehman, Marcia Smith, Carol Schall

► *The Autism Transition Guide : planning the journey from school to adult life*, par Paul Wehman, Marcia Smith, Carol Schall

##### - Sur le web

► [Guide pour soutenir la démarche de transition de l'école vers la vie active \(TEVA\)](#), édité par le Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur.

► [Les transitions scolaires de la petite enfance à l'âge adulte](#), Centre de transfert pour la réussite éducative du Québec (CTREQ).

### Quels conseils pourriez-vous donner aux parents pour mieux appréhender ces moments de bascule ?

**J. R. :** D'abord, il ne faut pas sous-estimer l'importance des transitions dans le parcours scolaire des enfants et des jeunes ayant un TSA. Mais, il ne faut pas non plus se laisser abattre par les inquiétudes et la peur. Je le répète : les transitions ouvrent grand le champ des possibles. Elles sont des passages obligés utiles au développement de nouvelles compétences, à l'épanouissement de la personne et indispensables à sa construction. Les moyens à privilégier sont d'être le plus pro-actif possible, de faire équipe, d'être à l'écoute des besoins et des attentes du jeune, mais aussi des milieux qui s'approprient à l'accueillir. La qualité de la transition sera grandement influencée par le partage de la responsabilité tout en prenant le temps d'installer les briques une à une. Et surtout se dire qu'on travaille sur le long terme...

Propos recueillis par Pascal Franco

1- Ruel et al., 2015.