

L'importance de connaître tôt le diagnostic d'autisme : des témoignages convaincants

Il est fréquent que les parents d'enfants chez qui l'on soupçonne un TSA ou qui viennent de recevoir le diagnostic aient des appréhensions sur les impacts de la démarche diagnostique. De même, certains adultes sont parfois aussi réticents à aller chercher une confirmation officielle de l'impression diagnostique qu'ils ont de leur état. Autrement dit, l'étiquette d'autisme peut faire peur à certains.

Afin d'alimenter la réflexion des parents et des personnes autistes et de les rassurer quant à l'issue positive de la démarche de diagnostic de TSA, nous vous résumons ici l'impact qu'a eu le diagnostic, selon le moment où il a été reçu, sur les adultes autistes extraordinaires que nous avons le privilège de côtoyer chez [Autisme Montérégie](#) dans divers contextes.

Si j'avais su que j'étais autiste...

Selon les témoignages de personnes ayant appris qu'elles étaient autistes à l'âge adulte, la majorité d'entre elles aurait préféré le savoir plus tôt dans leur vie. Les adultes autistes estiment que la connaissance plus tôt de leur diagnostic aurait pu avoir un impact sur les éléments suivants :

Ils auraient fait moins de « dommages » autour d'eux et ils auraient moins blessé leurs proches.

Ils se seraient mieux adaptés et ils auraient été en mesure d'avoir des relations plus chaleureuses avec leurs proches.

Ils affirment également que de le savoir plus tôt leur aurait permis de s'outiller davantage et de mieux se comprendre.

Ils auraient été mieux compris, été moins blessés par les autres et ils auraient reçu moins de critiques. Ils se seraient sentis moins coupables.

Certains croient qu'ils auraient été moins intimidés.

Ils affirment que leur personnalité en aurait été moins affectée et qu'ils auraient eu une meilleure image d'eux-mêmes.

Cela leur aurait permis de tout simplement savoir qui ils sont. En effet, les adultes qui n'ont reçu leur diagnostic que récemment se sentent parfois comme des caméléons, font du camouflage de leur condition et ne savent pas vraiment qui ils sont et qui ils voudraient être. Contrairement à ces derniers, ceux qui ont eu leur diagnostic tôt dans leur développement disent se sentir plus eux-mêmes et se connaître mieux.

Depuis que je sais que je suis autiste

Les adultes autistes rapportent que depuis qu'ils connaissent leur diagnostic, ils se sentent moins coupables et plus proches de leur famille.

Plusieurs nomment que cela leur a permis de réinterpréter les événements de leur vie et de mieux comprendre leur histoire.

D'autres affirment être moins anxieux (particulièrement dans les interactions sociales).

Certains adultes autistes trouvent que le fait de connaître et d'annoncer leur diagnostic leur permet de moins se gêner d'être eux-mêmes (tics, intérêt particulier, sensibilité sensorielle, etc.) et se sentent plus reconnus.

Certains trouvent que le fait de nommer leur autisme, particulièrement au travail, leur a permis d'avoir une meilleure réponse à leurs besoins de la part de leur employeur (le besoin de calme, de repos, de structure, etc.). D'autres ont même pu réorienter leur carrière efficacement en fonction de ce diagnostic.

Lorsque le diagnostic n'est pas reconnu

Quelques adultes autistes ont plus de difficulté à faire reconnaître et comprendre leur diagnostic par leur entourage. Certains sont déçus et blessés du déni de leur diagnostic de la part de leurs proches. Ils nomment avoir peur d'être jugés en annonçant leur diagnostic et expriment qu'il leur est difficile d'expliquer l'autisme à leur entourage, entre autres parce qu'il y a beaucoup de préjugés, d'idées préconçues et de mauvaises perceptions.

Ainsi, quand la famille, les amis, les collègues, les employeurs et les intervenants de la santé n'acceptent pas leur diagnostic d'autisme, ils se sentent incompris et ne peuvent être eux-mêmes. Ils en témoignent, c'est toujours très douloureux quand leur vécu est nié de cette façon. Il s'agit là d'un obstacle supplémentaire à leur quête d'identité.

À la lumière de ces témoignages, nous pouvons conclure que le diagnostic d'autisme ne change pas l'enfant ou l'adulte qui le reçoit. En fait, il lui permet plutôt de mieux se connaître, de mieux s'outiller afin de palier à ses difficultés, de comprendre et assumer sa différence positivement et de construire une identité propre. Plus encore, quand le diagnostic est reconnu comme tel, il permet à la personne autiste et à son entourage de faire chacun son bout de chemin et de trouver un juste milieu afin d'entretenir des relations harmonieuses et enrichissantes.