



**Est-ce son caractère, son anxiété ou son autisme?**

**Naviguer entre trop accommoder et  
aménager suffisamment**

Dimitri Gisin, psychothérapeute

[dimitri.gisin@la-cabane-therapies.ch](mailto:dimitri.gisin@la-cabane-therapies.ch)



**LA CABANE  
THÉRAPIES**



Naviguer entre trop accommoder et aménager suffisamment

## Plan

---

i.  
(Hyper)  
Accommodation

ii.  
Accommodation  
et autisme

iii.  
Compétences  
pour naviguer

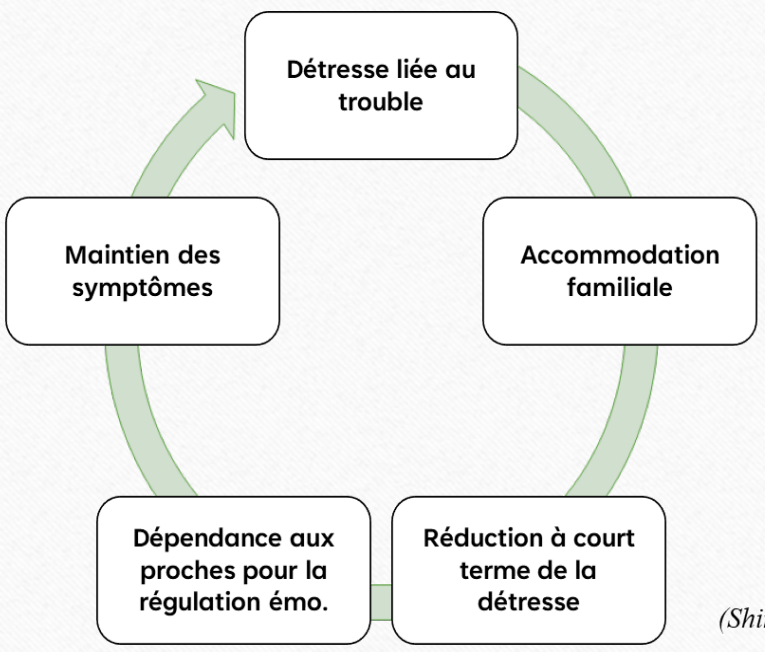


Merci à  
Alexandre  
de Connor  
pour la slide

i.  
(Hyper)  
Accommo  
dation

# (Hyper) accomodation

## Définition



L'accommodation désigne  
« *Les changements de  
comportements qu'adoptent les  
membres d'une famille d'un proche  
souffrant de trouble mental dans le  
but de diminuer la souffrance et la  
détresse qui y sont associées* »  
(Lebowitz et al, 2016)

(Shimshoni, Shrinivasa, Cherian & Lebowitz, 2019)



i.  
(Hyper)  
Accommo  
dation

## (Hyper) accomodation

# Pour quels troubles et sous quelle forme?

- Présent dans toutes les formes de troubles anxieux, les TOCs, les TCAs, l'état dépressif extrême, les douleurs chroniques...

Changement de routine quotidienne  
familiale

Endosser des responsabilités de la  
personne

Aide aux évitements

Non opposition aux comportements  
problèmes

(Shorer et al., 2023, Shimshoni et al., 2019, Lebowitz et al., 2016)

4



i.  
(Hyper)  
Accommo  
dation

## (Hyper) accomodation

# Quand est-ce que ça bloque?

---

Les blocages surviennent lorsque les membres de la famille oscillent **entre deux pôles** :

- **L'accommodation** (tout faire pour éviter la crise), et
- **Le rejet ou la confrontation brutale** (fatigue, colère, désespoir).

Ces oscillations créent un climat émotionnel instable : la **personne avec le trouble (ex. TOC) se sent incomprise**, et **les proches se sentent piégés et impuissants**.



i.  
(Hyper)  
Accommodation

# (Hyper) accommodation

## Les apprentissages

« On m'aime et je ne suis pas capable »

Mes proches ne sont plus prévisibles.  
Hypervigilance!

Comportement de coercition.



« Je l'aime et iel a besoin de moi »

« Je n'en peux plus. Je craque. Fais un effort! »

« Je suis une mauvaise personne »



Naviguer entre trop accommoder et aménager suffisamment

## Plan

---

i.  
(Hyper)  
Accommodation

ii.  
Accommodation  
et autisme

iii.  
Compétences  
pour naviguer



ii.

Accommodation et autisme

## Accommodation et autisme

### Et l'autisme dans tout ça?

Changement de routine quotidienne familiale

Endosser des responsabilités de la personne

Aide aux évitements

Non opposition aux comportements problématiques

- Environ 80% des familles avec un enfant autiste rapportent des formes d'accommodation régulières pour éviter des situations anxiogènes (Koller et al. 2019; Brenan et al. 2025)
- Le degré d'accommodation familiale est corrélé au niveau d'anxiété de la personne autiste, à l'intensité des comportements répétitifs et des hypersensibilités sensorielles (Koller et al. 2019; Ben-Sasson et Zimmerman, 2025)



ii.  
Accommodation et autisme

# Accommodation et autisme

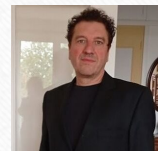
## Et l'autisme dans tout ça?

<https://aspieconseil.com/>

Une personne typique a une dizaine de cuillères par jour, mais un parent d'enfant en situation de handicap doit avoir deux fois plus de cuillères.

 Trouver un bon professionnel 6X	 Faire accepter aux proches le diagnostic 7X	 Entendre les mêmes remarques 6X	 Présenter des excuses à cause du handicap de son enfant 3X
 Comprendre un dossier MDPH 9X	 Trouver de l'argent pour manger et accompagner son enfant 9X	 Vivre dans l'angoisse d'un signalement 9X	 Espérer avoir une AESH à la rentrée 14X
 Entendre les conseils erronés des spécialistes d'internet 2X	 Rappeler la MDPH pour connaître l'avancée du dossier 4X	 Entendre les culpabilisations de l'entourage, des passants 6X	 Faire entendre sa volonté de scolariser son enfant 3X
 Expliquer que tous les enfants ne font pas ça 3X	 Expliquer et faire respecter les adaptations 7X	 Gérer les absences des accompagnants, taxis 6X	 Faire un recours à la MDPH 9X
 Devoir expliquer une absence à son entreprise 5X	 Devoir expliquer qu'il n'est pas comme la personne à la télévision 5X	 Pouvoir sortir avec un enfant en situation de handicap 7X	 Pour « Gérer le handicap de son enfant », je vous laisse mettre le nombre de cuillères. Mais il est parfois moins important que toutes les autres... X

Merci à J-P Piatt pour l'illustration



- Le degré d'accommodation familiale est corrélé aux difficultés parentales à gérer leur propre anxiété (Ben-Sasson et Zimmerman, 2025)
  - Le travail avec les parents et les familles est un facteur de changement pour diminuer l'accommodation (Brenan et al. 2025)
- => **Message 1:** Les comportements d'accommodation semblent prédire un développement moindre de l'autonomie de l'enfant (Brenan et al. 2025)



ii.  
Accommodation et autisme

## Accommodation et autisme

# Les dangers de ne pas reconnaître l'autisme

### Autisme, TDAH et image de soi

Dr. Miguel Duarte psychiatre et psychothérapeute, exerce en cabinet privé à Genève. Spécialisé dans le TDAH et les troubles du spectre de l'autisme, il a travaillé aux HUG sur des programmes dédiés au diagnostic et à la thérapie, notamment pour les troubles de la personnalité borderline. Auteur de plusieurs publications scientifiques, il partage également son expertise à travers des missions d'enseignement aux HUG, à la HEdS, et au CG Jung-Institut de Zurich.

Lundi 5 mai 2025

#### ↳ Description

Dans cette conférence, le Dr Miguel Duarte propose un modèle intégratif pour comprendre comment le développement et les relations, notamment dans le cas du TDAH et du trouble du spectre autistique, peuvent influencer l'image de soi. Il explorera également les défis liés à la régulation de l'estime de soi et leurs impacts possibles sur la construction de la personnalité.



- Impact sur l'estime de soi en cas de non reconnaissance du TSA

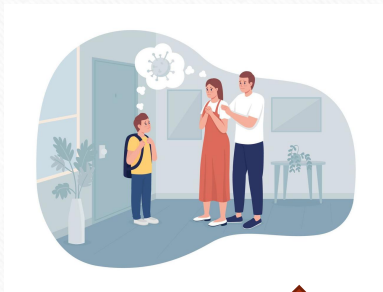
<https://autisme-ge.ch/videos-formation-accessible/>



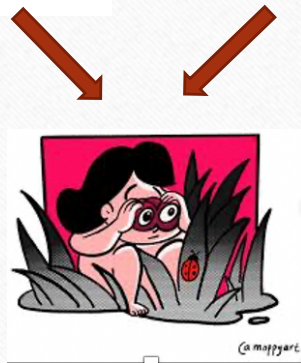
ii.  
Accommodation et autisme

## Accommodation et autisme

# Les dangers de ne pas reconnaître l'autisme



- Impact sur l'estime de soi en cas de non reconnaissance du TSA
- Les personnes autistes tendent à développer une hypervigilance environnementale...






ii.  
Accommodation et autisme

## Accommodation et autisme

# Les dangers de ne pas reconnaître l'autisme

  
r/autism - 1a  
theredqueentheory



- Impact sur l'estime de soi en cas de non reconnaissance du TSA
- Les personnes autistes tendent à développer une hypervigilance environnementale... Et à masquer leur autisme (ex. Hull et al 2017; Hollocks et al 2019)

=> **Message 2:** Ne pas reconnaître l'autisme de son enfant a un impact négatif sur l'estime de soi, la fatigue chronique, une santé mentale fragile, etc. (Bradely, 2021; Evan et al, 2024; Galvin et al. 2025)



ii.  
Accommodation et autisme

## (Hyper) accommodation et autisme

### Qu'est-ce qui nous pousse vers ces deux pôles?

- Non compréhension de l'autisme (*tout est expliqué par l'autisme*)
- Projection (*mon proche souffre déjà tellement*)
- Mon rôle proche (*je suis essentiel*)
- ....

Hyper-accommodation



Non reconnaissance de l'autisme

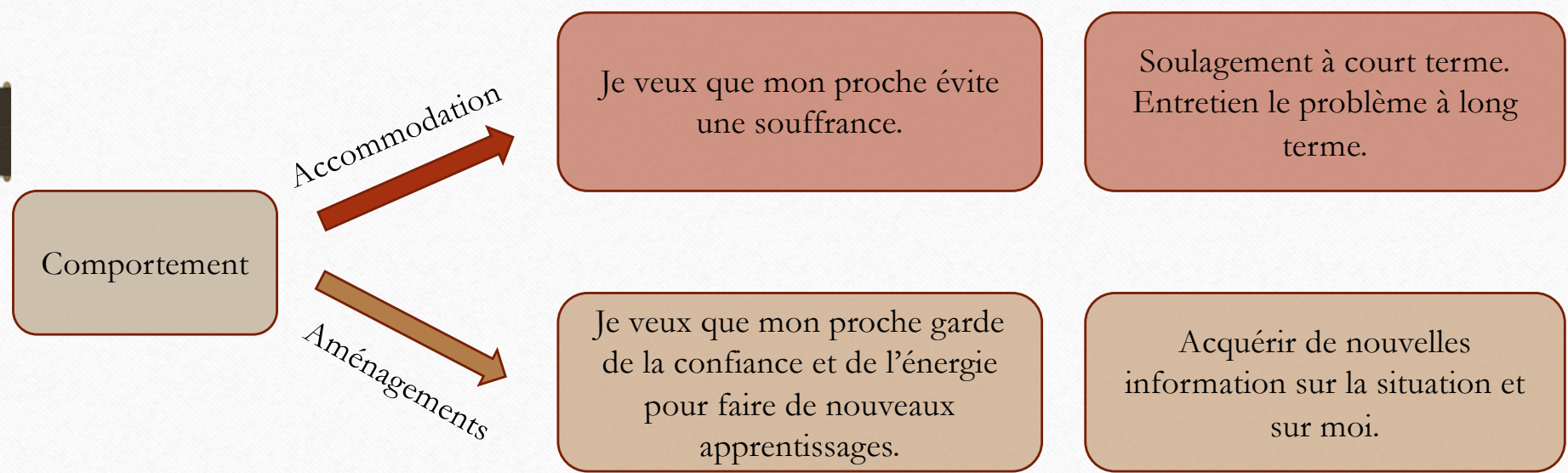
- Schéma d'exigence (*peur que l'autisme deviendra une excuse pour tout*)
- Projection (*peur que le mot autisme l'affecte*)
- Pression sociale (*quand on veut, on peut*)
- ....



ii.  
Accommodation et autisme

# Accommodation et autisme

## Différencier accommodations et aménagements





Naviguer entre trop accommoder et aménager suffisamment

## Plan

---

i.  
(Hyper)  
Accommodation

ii.  
Accommodation  
et autisme

iii.  
Compétences  
pour naviguer



iii.  
Compétences pour naviguer

# Compétences pour naviguer

1. **Connaître l'autisme (se former)**
2. Nommer – Externaliser - Accepter
3. Désobéir à la coercition
4. Régulation et co-régulation
5. Mettre tout le monde en action
6. ...





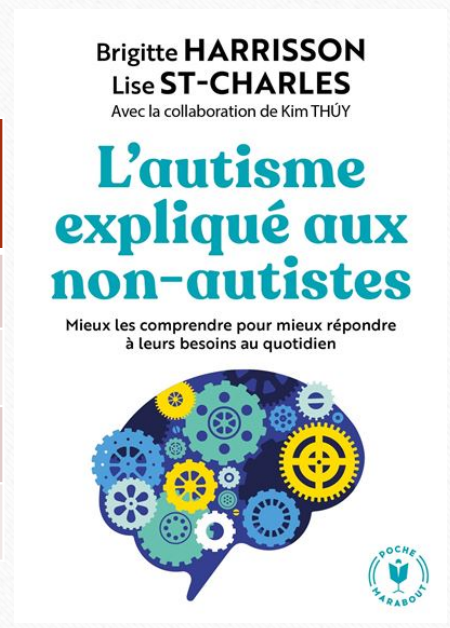
iii.  
Compétences pour naviguer

# 1. Connaître l'autisme

Exemple: «Pourquoi est-ce qu'il me pose sans cesse la même question?»

- Comprendre ce qui se cache sous l'iceberg
- Structurer l'environnement
- Prendre en compte la fatigue sensori-sociale
- Garder en tête le problème de la double empathie
- ...

Ce qui est prévu	Ce qui arrive en vrai
Miriam est là	Miriam est là
Miriam est là	Miriam n'est pas là
Miriam n'est pas là	Miriam est là
Miriam n'est pas là	Miriam n'est pas là





iii.  
Compétences pour naviguer

# 1. Connaître l'autisme

## Exemple « On n'a pas le droit de parler de ça »

- Comprendre ce qui cache sous l'iceberg
- Structurer l'environnement
- Prendre en compte la fatigue sensori-sociale
- Garder en tête le problème de la double empathie
- ...

**La boîte à remettre à plus tard:** Faire des pauses sur les sujets lourds





iii.  
Compétences pour naviguer

# 1. Connaître l'autisme

Exemple: « On ne peut pas tout faire en même temps »

- Comprendre ce qui cache sous l'iceberg
- Structurer l'environnement
- Prendre en compte la fatigue sensori-sociale
- Garder en tête le problème de la double empathie
- ...



- Nommer entre nous la période de soutien intense nécessaire
- Structurer l'aide (quelle aide, dans combien de temps on fera le point,...).

### Diagnostic Criteria for Autistic Burnout

Autistic burnout is characterized by:

- 1 Significant Exhaustion
- 2 Increased Social Withdrawal

3 Plus one or more of the following:

- A Reduction in Functioning
- B More Executive Challenges
- C Reduced Capacity to Camouflage

Listed above are provisional criteria for autistic burnout according to Higgins et al. (2023). © 2024 Embrace Autism

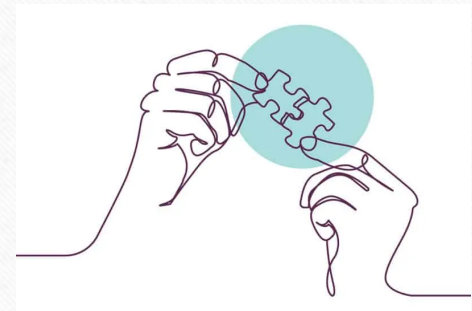
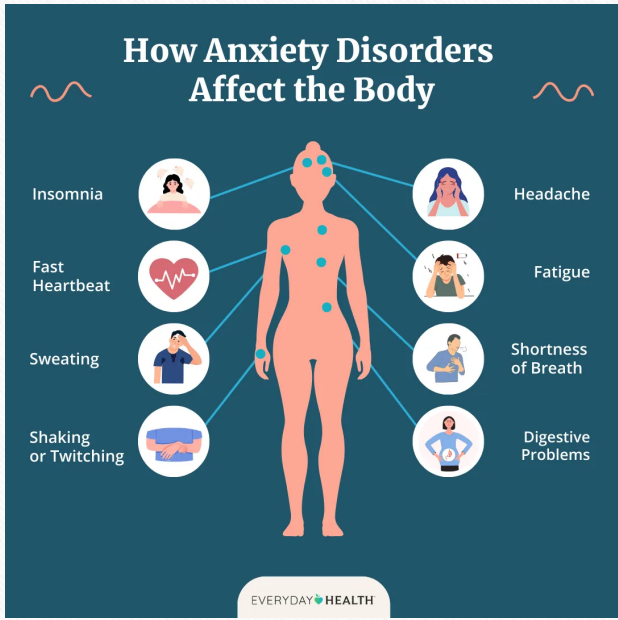


iii.  
Compétences pour naviguer

# 1. Connaître l'autisme

## Exemple: « Ce patient est hypocondriaque »

- Comprendre ce qui cache sous l'iceberg
- Structurer l'environnement
- Prendre en compte la fatigue sensori-sociale
- Garder en tête le problème de la double empathie



### Pair-aidance

<https://www.pairs-autistes.ch/>

<https://www.pairencia.ch/>

...

[https://autisme-ge.ch/wp-content/uploads/2023/01/Presentation-Pair-aidance-Autisme-Geneve-du-lundi-16-janvier-2023-1-1.pdf?utm\\_source=mailpoet&utm\\_medium=email&utm\\_campaign=Autisme+Gen%C3%A8ve+mails+conf%C3%A9rence+lundi+16+janvier+2022](https://autisme-ge.ch/wp-content/uploads/2023/01/Presentation-Pair-aidance-Autisme-Geneve-du-lundi-16-janvier-2023-1-1.pdf?utm_source=mailpoet&utm_medium=email&utm_campaign=Autisme+Gen%C3%A8ve+mails+conf%C3%A9rence+lundi+16+janvier+2022)



iii.  
Compétences pour naviguer

# 1. Connaître l'autisme

## Exemple: « Ce patient est hypocondriaque »

- Comprendre ce qui cache sous l'iceberg
- Structurer l'environnement
- Prendre en compte la fatigue sensori-sociale
- Garder en tête le problème de la double empathie
- Plus je comprends, plus je suis cohérent.e.x



<https://femmesautistesfrancophones.com/2018/02/26/les-atouts-inattendus-des-parents-autistes/>

- Les parents autistes conscients de leur propre fonctionnement ont des défis, mais aussi des forces parmi lesquelles une grande cohérence éducative (ex. Désormeaux-Moreau et al. 2024)



iii.  
Compétences pour naviguer

# Compétences pour pouvoir naviguer

1. Connaître l'autisme (se former)
2. **Nommer – Externaliser - Accepter**
3. Désobéir à la coercition
4. Régulation et co-régulation
5. Mettre tout le monde en action
6. ...





iii.  
Compétences pour naviguer

## 2. Nommer – Externaliser - Accepter

Exemple: « Je ne discute pas avec ton TOC »

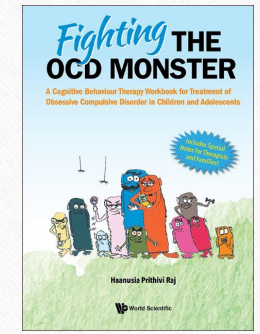
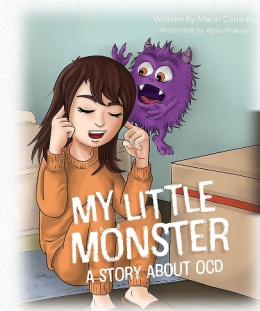
- Nommer le fonctionnement anxieux
- Nommer des règles de base
- Nommer et accepter les symptômes autistiques
- Communiquer sur ces symptômes autistiques
- Nommer son propre rôle



<https://kids.iocdf.org/for-kids/ocd-cartoons/>



 r/OCD - 6 a  
OseeyoulaterD





iii.  
Compétences pour naviguer

## 2. Nommer – Externaliser - Accepter

Exemple: « On ne prends pas de décision dans le rouge »

- Nommer le fonctionnement anxieux
- Nommer des règles de base
- Nommer et accepter les symptômes autistiques
- Communiquer sur ces symptômes autistiques
- Nommer son propre rôle



<https://mind.family/articles/how-to-handle-panic-attacks-in-children/>



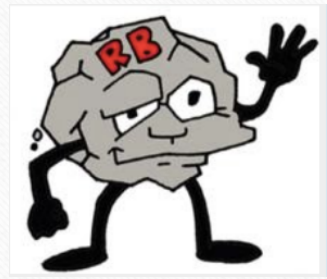
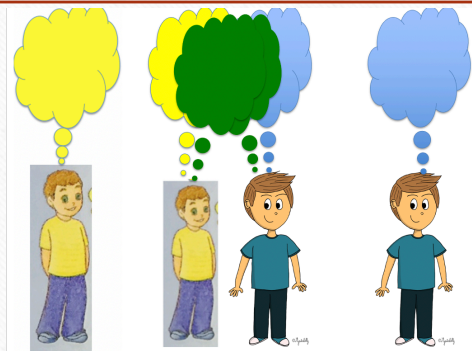
iii.  
Compétences pour naviguer

## 2. Nommer – Externaliser - Accepter

Exemple: « On doit apprendre à faire des compromis »

- Nommer le fonctionnement anxieux
- Nommer des règles de base
- Nommer et accepter les symptômes autistiques

- Communiquer sur ces symptômes autistiques
- Nommer son propre rôle





iii.  
Compétences pour naviguer

## 2. Nommer – Externaliser - Accepter

Exemple: « Je connais ma tendance à la sur-adaptation et ses conséquences »

- Nommer le fonctionnement anxieux
- Nommer des règles de base
- Nommer et accepter les symptômes autistiques
- Communiquer sur ces symptômes autistiques
- Nommer son propre rôle





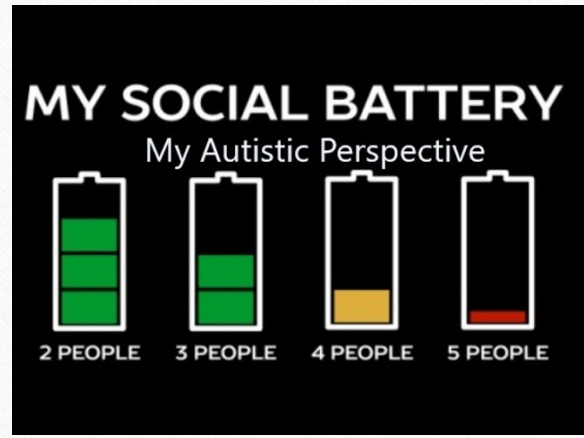
iii.  
Compétences pour naviguer

## 2. Nommer – Externaliser - Accepter

Exemple: « On t'aide à développer ton assertivité »

- Nommer le fonctionnement anxieux
- Nommer des règles de base
- Nommer et accepter les symptômes autistiques
- Communiquer sur ces symptômes autistiques

• Nommer son propre rôle



<https://www.youtube.com/watch?v=5h1RhtIn3mg>

**Assertive.**  
Apprenez à poser vos limites sans culpabilité

Programme de psychoéducation  
BÉNÉFICIAIRES: AUT FEMMES AUTISTES ET/OU AVEC TDAH

- ✓ Dire non sans s'excuser et avant de s'effondrer
- ✓ Connaître et exprimer vos besoins clairement
- ✓ Être respectée tout en respectant l'autre

Coordination:  
Yaelle Zoller  
hello@mayaelle.org  
0033 6 31 80 24 39

Médecin référent Dr. Igor Thiriez  
100% en ligne  
Sessions trimestrielles

heures d'entretien structuré  
heures d'ateliers  
450€ ou 352€ tarif social, en 8x

<https://www.mayaelle.org/fr/>





iii.  
Compétences pour naviguer

## 2. Nommer – Externaliser - Accepter

Exemple: « Je t'aide et je dois veiller à estomper mon aide »

- Nommer le fonctionnement anxieux
- Nommer des règles de base
- Nommer et accepter les symptômes autistiques
- Communiquer sur ces symptômes autistiques
- Nommer son propre rôle



« Aide-moi à faire seul »  
Maria Montessori





iii.  
Compétences pour naviguer

# Compétences pour pouvoir naviguer

1. Connaître l'autisme (se former)
2. Nommer – Externaliser - Accepter
3. **Désobéir à la coercition**
4. Régulation et co-régulation
5. Mettre tout le monde en action
6. ...





iii.  
Compétences pour naviguer

## 3. Désobéir à la coercition

### Coercition: définition

- Des comportements de « prise d'otage »: Forcer, contraindre, menacer, faire du chantage pour obtenir des comportements.
  - **Menacer:** *Je vais me suicider si tu ne me rassures pas*
  - **Forcer:** *Tu dois me réveiller 4 fois le matin, à 10 minutes d'intervalle. J'insisterai jusqu'à ce que tu le fasses.*
  - **Chantage affectif:** *Tu ne m'aimes pas si tu fais ça... Tu ne me comprends pas.*
- Ces comportements ne sont pas une forme de manipulation consciente. C'est la « moins pire » des réponses à une immense détresse (ex. *il y a tellement d'anxiété que je ne sais pas comment faire autrement*).



iii.  
Compétences pour naviguer

### 3. Désobéir à la coercition

## Coercition: ce qui entretient le conflit

« Nous essayons réfléchir logiquement, trouver des solutions »



« Je vous parle de ce que je ressens et que je ne comprends pas »

« Nous ne nous comprenons pas parce que nous ne parlons pas de la même chose »



iii.  
Compétences pour naviguer

## 3. Désobéir à la coercition

### Valider le ressenti

- Valider le ressenti

- Anticiper, trouver des compromis
- Dépersonnaliser le conflit
- Résistance non violente



<https://autisme-ge.ch/tony-attwood-presentation/>

Safe place de discussion:

- Je peux tenter de verbaliser ce que j'ai compris, sans expliquer et sans rassurer
- Je te montre le contact visuel et le contact physique ne sont pas obligatoire.
- Je parle peu
- J'essaye de limiter les stimulations au maximum
- Je me permets de remettre à plus tard les discussion chaude

...



iii.  
Compétences pour naviguer

### 3. Désobéir à la coercition

#### Ex. Le contrat tablette

- Valider le ressenti
- Anticiper, trouver des compromis
- Dépersonnaliser le conflit
- Résistance non violente

Samuel	Parents	Psy
Lorsque mes parents m'enlèveront la tablette, je vais hurler une seule fois.	On acceptera que notre fils termine sa partie.	J'implique activement les parents.
Si j'y arrive, on coche une case.	On lui rappellera que c'est ce qu'on a décidé ensemble. Pas de violence.	Les contrats ne sont valables que 2 semaines et sont à réévaluer.
Si je n'y arrive pas, on en reparlera avec mon psy et mes parents.	J'ai du temps de qualité avec mon fils.	Si une part n'est pas respectée, on en reparlera en séance.



iii.  
Compétences pour naviguer

### 3. Désobéir à la coercition

## Dépersonnaliser le conflit

- Valider le ressenti
- Anticiper, trouver des compromis
- Dépersonnaliser le conflit
- Résistance non violente



“The person is not the problem, the problem is the problem.”  
(White & Epston, 1990)





iii.  
Compétences pour naviguer

### 3. Désobéir à la coercition

## Résistance non violente

- Valider le ressenti
- Anticiper, trouver des compromis
- Dépersonnaliser le conflit
- Résistance non violente



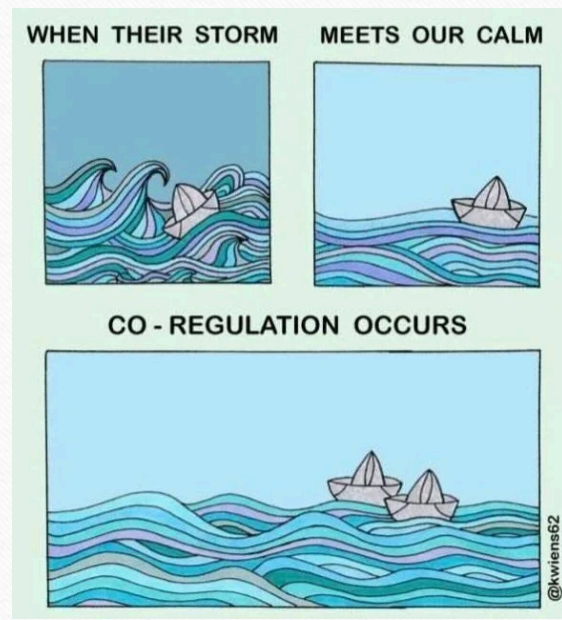
« La présence parentale s'exprime par des actions cohérentes, prévisibles et persistantes, plutôt que par l'escalade ou le contrôle. »  
(Omer, 2011)



iii.  
Compétences pour naviguer

# Compétences pour pouvoir naviguer

1. Connaître l'autisme (se former)
2. Nommer – Externaliser - Accepter
3. Désobéir à la coercition
4. **Régulation et co-régulation**
5. Mettre tout le monde en action
6. ...





iii.  
Compétences pour naviguer

# 4. Régulation et co-régulation

## Se sentir légitime

- Se sentir légitime
- Diffuser du vagal ventral (théorie polyvagale)
- Nommer et accepter les périodes de dysrégulation chez mon proche
- Nommer et accepter les périodes de dysrégulation

Les proches se sentent mieux compris par d'autres familles concernées que par l'entourage non concerné  
(Gray, 2002 ; Karst & Van Hecke, 2012).

**AUTISME**  
**GROUPE**  
**PARENTS**

Les groupes parents d'Autisme Genève reprendront un lundi par mois, entre 12h15 et 13h45 à la Cabane Thérapies (adresse au dos).

En tant que parents, comment répondre aux besoins de son enfant sans se suradapter aux dépens de nos propres besoins et de ceux des autres membres de la famille? Comment s'en sortir avec toutes les injonctions du corps médical et enseignant? Partager, écouter, se soutenir, et expérimenter de nouvelles solutions ensemble.

Une fois par mois, Autisme Genève propose un espace d'échange pour les parents d'enfants, adolescents et adultes autistes qui seront répartis en deux groupes. Celui-ci est gratuit, ouvert aux membres d'Autisme Genève, et sur inscription uniquement.

**INTERVENANTS**  
Andreia Neves, psychologue FSP  
Joëlle Wunderlich, psychologue FSP  
Dimitri Gisin, psychothérapeute FSP

autisme  
GENÈVE

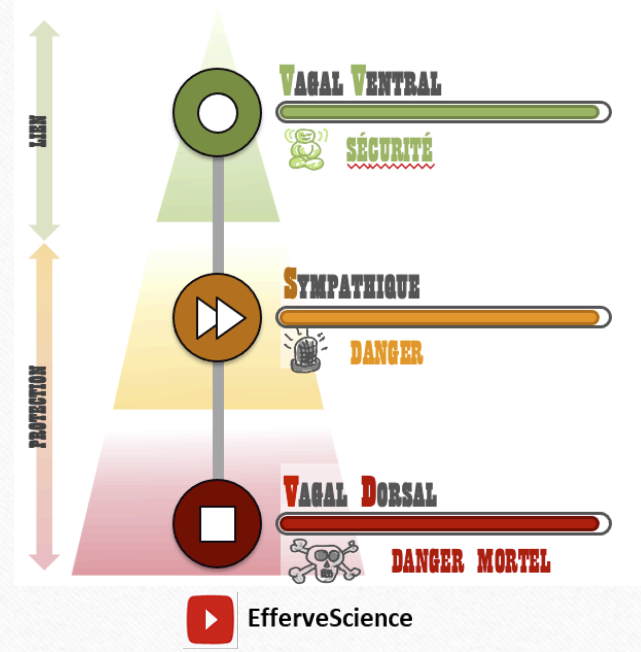


iii.  
Compétences pour naviguer

# 4. Régulation et co-régulation

## Théorie Polyvagale

- Se sentir légitime
- Diffuser du vagal ventral (théorie polyvagale)
- Nommer et accepter les périodes de dysrégulation



Théorie polyvagale et autisme



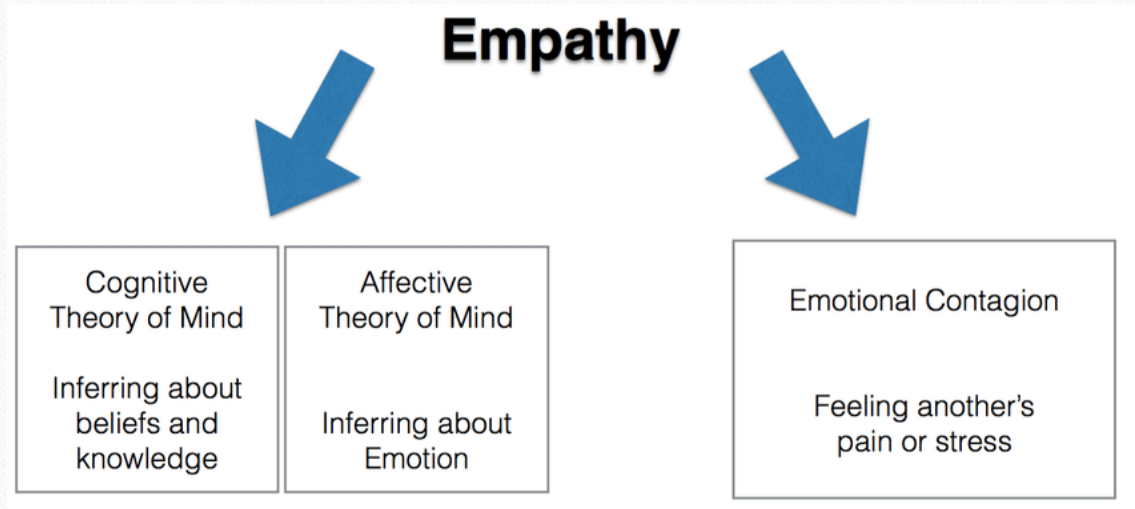


iii.  
Compétences pour naviguer

# 4. Régulation et co-régulation

## Théorie Polyvagale

- Se sentir légitime
- Diffuser du vagal ventral (théorie polyvagale)
- Nommer et accepter les périodes de dysrégulation



Shamay-Tsoory, 2011  
[https://www.researchgate.net/figure/Cognitive-and-emotional-empathy-are-the-bases-of-Empathy-They-are-related-to-cognitive\\_fig2\\_313845050](https://www.researchgate.net/figure/Cognitive-and-emotional-empathy-are-the-bases-of-Empathy-They-are-related-to-cognitive_fig2_313845050)



iii.  
Compétences pour naviguer

## 4. Régulation et co-régulation

### Lorsque nos besoins diffèrent

- Se sentir légitime
- Diffuser du vagal ventral (théorie polyvagale)
- Nommer et accepter les périodes de dysrégulation

BDL:  
« J'ai besoin que tu me rassures pour me calmer »

TSA:  
« J'ai besoin de m'isoler pour me calmer »



Les conférences du lundi

autisme GENEVE

TSA et Trouble de la personnalité Borderline; des troubles différents mais parfois associés

Avec Dr. Patrick Charbon  
Psychiatre

Lundi 9 février à 18h30 - 20h30

Salle MR290  
Uni Mail, 40 Boulevard du Pont-d'Arve  
1205 Genève

Inscriptions ouvertes!





iii.  
Compétences pour naviguer

## 4. Régulation et co-régulation

### Lorsque le système n'arrive plus à se réguler

- Se sentir légitime
- Diffuser du vagal ventral (théorie polyvagale)
- Nommer et accepter les périodes de dysrégulation



Nous ne sommes plus en état de réfléchir. Time out.

Nous devons communiquer.  
Trouvons le bon moment et la bonne manière de faire.

Nous sommes assez confortables.



iii.  
Compé-  
tences pour  
naviguer

## Compétences pour pouvoir naviguer

1. Connaître l'autisme (se former)
2. Nommer – Externaliser - Accepter
3. Désobéir à la coercition
4. Régulation et co-régulation
5. **Mettre tout le monde en action**
6. ...



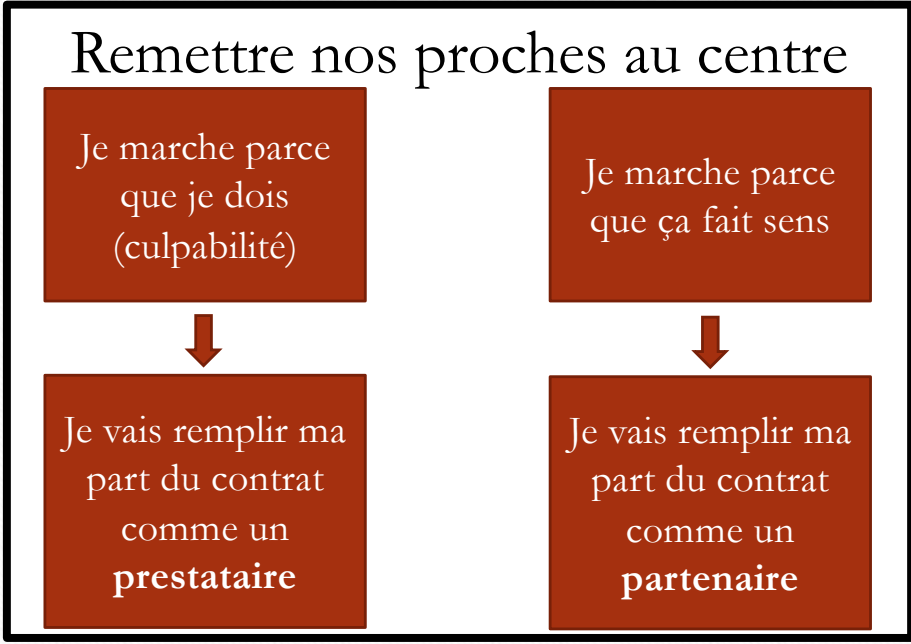


iii.  
Compétences pour naviguer

# 5. Mettre tout le monde en action

Ex: « On parle de qui là? »

- Remettre la personne au centre
- Politique des petits pas (progrès tangibles et visibles)





iii.  
Compétences pour naviguer

# 5. Mettre tout le monde en action

## Politique des petits pas

- Remettre la personne au centre
- Politique des petits pas (progrès tangibles et visibles)





iii.  
Compétences pour naviguer

# 5. Mettre tout le monde en action

Ex: « apprendre à communiquer hors de la famille »

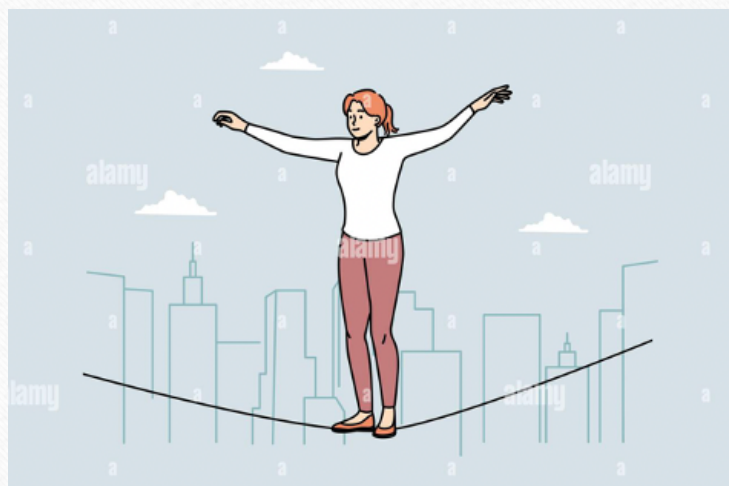
- Remettre la personne au centre
- Politique des petits pas (progrès tangibles et visibles)

Elève	Parents	Ecole
Je vais écrire à mon enseignante au moins deux changements que j'aimerais voir à l'école.	Je vais aider mon enfant à écrire ce texte.	Je sais que mon élève va me donner un papier et je vais organiser un moment en privé avec lui pour qu'il me donne ce papier.
Je vais lui donner ce papier et je vais écouter activement sa réponse.	Je ne vais <b>pas</b> donner ce papier moi-même à l'enseignante, mais je vais organiser la rencontre.	



# Conclusion

Un parcours d'équilibriste fait de chutes  
et de découvertes forcées



**YOANN BOURGEOIS**

@yoannbourgeoisartcompany · 31,8 k abonnés · 83 vidéos





# Bibliographie

- Ben-Sasson, A., & Zisserman, A. (2025). *Sensory family accommodation for autistic and sensory overresponsive children: The mediating role of parenting distress tolerance*. American Journal of Occupational Therapy.
- Bradley, L., et al. (2021). Autistic adults' experiences of camouflaging and its perceived impact on mental health. *Autism in Adulthood*.
- Brennan, J., Velasquez, M. J., & Davis, T. E. (2025). *A systematic review of family accommodation in autistic youth: Anxiety disorders, obsessive-compulsive disorder, and restricted and repetitive behaviors*. Journal of Autism and Developmental Disorders. <https://doi.org/10.1007/s10803-025-06750-x>
- Désormeaux-Moreau, M., Poulin, M.-H., & Couture, M. (2024). *Comment les parents autistes vivent la parentalité ? Une étude qualitative des avantages et des défis rencontrés par des parents autistes au Québec*. **Canadian Journal of Disability Studies**, 13(3), 252–282.
- Evans, J. A., Krumrei-Mancuso, E. J., & Rouse, S. V. (2024). What you are hiding could be hurting you: Autistic masking in relation to mental health, interpersonal trauma, authenticity, and self-esteem. *Autism in Adulthood*, 6(2), 229–240. <https://doi.org/10.1089/aut.2022.0115>
- Feldman, I., Koller, J., Lebowitz, E. R., Shulman, C., Ben-Itzhak, E., & Zachor, D. A. (2019). *Family accommodation in autism spectrum disorder*. Journal of Autism and Developmental Disorders, 49(9), 3602–3610. <https://doi.org/10.1007/s10803-019-04078-x>
- Galvin, J., et al. (2025). Self-compassion, camouflaging, and mental health in autistic adults. *Autism in Adulthood*, 7(3), 324–332. <https://doi.org/10.1089/aut.2023.0110>
- Gray, D. E. (2002). “Everybody just freezes. Everybody is just embarrassed”: Felt and enacted stigma among parents of children with high functioning autism. *Sociology of Health & Illness*, 24(6), 734–749. <https://doi.org/10.1111/1467-9566.00316>
- Hollocks, M. J., Lerh, J. W., Magiati, I., Meiser-Stedman, R., & Brugha, T. S. (2019). Anxiety and depression in adults with autism spectrum disorder: A systematic review and meta-analysis. *Psychological Medicine*, 49(4), 559–572. <https://doi.org/10.1017/S0033291718002283>



# Bibliographie

- Hull, L., Petrides, K. V., Allison, C., Smith, P., Baron-Cohen, S., Lai, M. C., & Mandy, W. (2017). “Putting on my best normal”: Social camouflaging in adults with autism spectrum conditions. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 47(8), 2519–2534. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3166-5>
- Karst, J. S., & Van Hecke, A. V. (2012). Parent and family impact of autism spectrum disorders: A review and proposed model for intervention evaluation. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 15(3), 247–277. <https://doi.org/10.1007/s10567-012-0119-6>
- La Buissonnière-Ariza, V., Schneider, S. C., McBride, N. M., Cepeda, S. L., Hart, D., Haney, B., & Storch, E. A. (2021). *Parental accommodation of symptoms in adolescents with chronic pain*. *Journal of Child Health Care*, 25(2), 225–239. <https://doi.org/10.1177/1367493520923555>
- Lebowitz, E. R., Omer, H., Hermes, H., & Scahill, L. (2016). Family accommodation in obsessive-compulsive and anxiety disorders: A systematic review. *Journal of Anxiety Disorders*, 41, 143–152.
- Shimshoni, Y., Shrinivasa, B., Cherian, A. V., & Lebowitz, E. R. (2019). *Family accommodation in psychopathology: A synthesized review*. *Indian Journal of Psychiatry*, 61(Suppl 1), S93–S103. [https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry\\_530\\_18](https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_530_18)
- Shamay-Tsoory, S. G. (2011). *The neural bases for empathy*. **The Neuroscientist**, 17(1), 18–24. <https://doi.org/10.1177/1073858410379268>
- Shorer, M., Ben-Haim, Z., Krispin, O., Ben-Ami, N., & Fennig, S. (2023). Parents’ social anxiety, authority style and accommodation are associated with symptom severity in children with selective mutism. *Journal of Child and Family Studies*, 32(9), 2748–2760. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02555-7>
- White, M., & Epston, D. (1990). *Narrative means to therapeutic ends*. W. W. Norton & Company.