

Dans la peau d'une jeune femme autiste: "On me voyait comme quelqu'un d'un peu mystérieux"

■ Rencontre avec Aurélie

Cevennes, une Bruxelloise de 30 ans, qui raconte son parcours dans "Je navigue entre deux mondes". Elle est aujourd'hui professeure en soutien scolaire, à temps partiel. Une leçon de force et d'optimisme pour les personnes marquées par la différence.

Rencontre Annick Hovine

La réflexion part toute seule: "Les lieux sont très beaux, mais ce serait impossible pour moi de travailler dans un open space!" Pour l'entretien, on s'est réfugiés au calme dans un petit bureau aux baies vitrées, quasi insonorisé. C'est une des particularités des personnes qui, comme Aurélie Cevennes, sont atteintes du trouble du spectre de l'autisme (TSA): les bruits, ressentis au cube, l'agressent. Parce que ses cinq sens sont beaucoup plus développés que la moyenne des gens. "On ressent les choses plus intensément que les neurotypiques", explique la jeune femme. Neurotypique? C'est un mot créé par les personnes autistes pour désigner celles qui ne le sont pas.

Les bics qui cliquent, les portes qui claquent, les conversations qui se mêlent... Cela compose un brouhaha très pénible pour elle. Idem dans les lieux où on se rassemble: les bars, les restaurants, les cinémas, les festivals, les halls de gare. "Je me sens soit perdue, soit envahie en profondeur par tous ces sons et stimuli." Impossible alors de se concentrer, de suivre une conversation, d'avoir un dialogue.

Si tout est difficile, rien n'est impossible

À 30 ans, Aurélie est professeure en soutien scolaire, à temps partiel, auprès d'enfants du secondaire qui ont des difficultés en néerlandais et en anglais. "Elle a terriblement bien évolué et elle évolue toujours", souligne sa maman. "C'est encourageant pour toutes les personnes comme elle. Quand on a un trouble autistique, on ne reste pas figé. Je sais que tout est difficile pour elle, mais je sais surtout que rien n'est impossible."

La jeune Bruxelloise est fière de ce qu'elle est devenue. Elle s'est battue d'arrache-pied pour y arriver, après un parcours semé d'embûches. "J'ai vécu dans le silence sans que personne ne soit au courant", explique-t-elle. Elle a profité du confinement obligé par la crise du Covid pour raconter, dans un livre, son expérience de personne atypique atteinte d'autisme. "J'ai voulu écrire ma propre histoire et révéler à mon entourage et au public ma différence ainsi que mes forces et mes faiblesses." Elle s'est tue jusque-là, par pudeur et surtout par crainte d'être rejetée, écrit-elle dans son livre.

Optimiste et plein d'espoir

Je navigue entre deux mondes*, sorti en décembre 2022, se veut optimiste et plein d'espoir. Ce coming out sur sa personnalité est arrivé comme une étape nécessaire. Aurélie était pour son entourage une personne "mystérieuse", "étrange", "un peu à l'ouest", "qui vit sur sa planète". Elle se souvient d'interpellations, dont elle ne sait que faire: "Que cache ton sourire?" ou "Tu es drôle et sympa, mais certains de tes comportements sont bizarres". Sans compter les moqueries, les malveillances, voire les violences dont elle est victime, faute de connaissance ou de compréhension de son handicap invisible.

Le diagnostic est tombé très tard – Aurélie avait

dix-sept ans – et il a fallu traverser l'Atlantique pour trouver le nom de sa particularité. Bien identifié au Canada, le syndrome de dysfonctionnement non verbal (SDNV) reste largement méconnu des intervenants dans les milieux de l'éducation et de la santé en Belgique. Il est très difficile de trouver des médecins, des thérapeutes, des professionnels compétents dans le trouble de l'autisme, témoigne la maman de la jeune fille. "Mais nous avons eu cette énorme chance, ce qui a changé notre vie."

"Une phase de colère monumentale"

L'annonce de ce diagnostic déclenche "une phase de colère monumentale" chez l'adolescente. "J'en voulais à tout le monde. J'ai un cerveau qui fonctionne différemment et je comprenais que cela n'allait jamais changer." Pour elle, ranger, cuisiner, dire bonjour ou au revoir, cela ne se fait pas naturellement. Elle doit tout apprendre (comment s'adresser à des adultes; comment parler en public; ne pas se lever quand on veut; écouter et puis répondre, sans interrompre...) pour interagir adéquatement.

Si elle ne regarde pas son interlocuteur, ce n'est pas par manque de respect mais pour se concentrer sur ce qu'il dit. Une personne atypique peut sourire quand on se fâche, parce qu'elle n'a pas le bon déclic. Aurélie a dû se battre, avec son psychiatre et son psychologue, pour décoder le sens des expressions verbales et non verbales. "Quand on est atteint d'un syndrome autistique, on a tendance à vivre sur sa propre planète. Il nous arrive d'être seuls dans notre tête. Mais chaque cas est unique", explique l'intéressée.

Un parcours scolaire chaotique

Petite, l'enfant était mutique. "J'étais fragile, très sensible et timide. Je ne savais pas communiquer. Je n'entrais pas en interaction avec les autres. J'étais toujours angoissée." Elle parle sans fard et sans filtre – une autre caractéristique des personnes autistes. Incapable de mentir, elle dit les choses cash, au risque de déplaire ou de blesser, inconsciemment.

À l'école, son parcours est chaotique. "Les professeurs étaient peu ouverts et peu informés. La connexion avec eux était totalement inexistante. C'était un monde très anxieux parce que je n'avais pas du tout ma place", décrit-elle. Vers neuf ans, on lui diagnostique un trouble de l'attention, sans hyperactivité. Elle double deux fois en primaire – l'étiquette lui colle au front. Elle doit aller en soutien scolaire tous les après-midi et, "le pire", quatre heures de maths tous les dimanches. "Je devais tout le temps travailler." Mais elle réussit son certificat d'études de base.

Des moqueries, des méchancetés, des humiliations

À douze ans, Aurélie sent confusément qu'il y a "quelque chose": "Je n'étais pas comme les autres enfants." Les moqueries, les méchancetés et les humiliations de ses camarades la traumatisent. "La vie en groupe lui posait de réels problèmes. Il y avait trop d'interactions, trop de codes sociaux, ce qui rendait



Aurélie Cevennes, une Bruxelloise de 30 ans, jeune femme atypique atteinte d'autisme.

son intégration difficile", décrit sa maman.

Rejetée, incomprise, elle veut arrêter l'école. L'adolescente intègre un petit établissement privé pour y préparer le jury central. Son CESS (certificat d'enseignement secondaire supérieur) en poche, elle suit des cours pour devenir maquilleuse professionnelle – son rêve. Le saut dans la vie professionnelle est très compliqué. "Le monde du travail est fidèle à sa réputation: il grouille de requins", indique la jeune femme. "En plus d'être différente dès le départ, j'ai dû affronter la présence de gens très doués autour de moi". Soutenue par sa famille, son psy et son psychiatre, elle s'accroche: "Grâce à eux, j'ai réalisé qu'il y a une place pour chacun dans le monde professionnel, en fonction de son propre talent. Je n'étais ni pire ni meilleure qu'un autre."

"La différence est juste joliment masquée"

Mais le milieu artistique est dur et les perspectives instables. La jeune femme suit une formation d'employée administrative. Ses capacités hors normes rendent les choses difficiles. Aurélie doit se battre d'arrache-pied pour faire partie du monde

"Je sais que tout est difficile pour elle mais je sais surtout que rien n'est impossible."

La maman d'Aurélie

du travail. Les personnes comme elle, atteintes d'autisme, ont besoin de moments de calme. Elle ne peut pas rester trop longtemps en contact avec les gens, au risque de terminer ses journées épuisée et désorientée. "C'est souvent très difficile d'avoir des horaires aménagés ou un temps de travail réduit. Cela montre que notre société n'est pas encore assez ouverte et inclusive face à aux situations de handicap, qu'il soit visible ou invisible", constate-t-elle. Combien de fois a-t-elle entendu qu'elle jouait la comédie?

"Les quotas, c'est bien beau, mais il faut surtout nous donner les moyens de nous intégrer. On veut nous faire croire que le monde du travail est inclusif, que la différence est acceptée: elle est juste joliment masquée", analyse-t-elle. Le combat, quotidien, continue. Les montagnes, elle les escalade sans relâche. "Être dotée d'un cerveau différent fait la différence, que ce soit en négatif ou en positif", sourit-elle. Décidément optimiste.

→ *"Je navigue entre deux mondes", Éditions du Panthéon, est disponible en librairie.*