

Comment préparer une adolescente autiste avant ses premières règles ?

*Sophie*¹ est une préadolescente autiste qui montre des signes de puberté depuis plusieurs mois. Elle vit seule avec son papa. Elle est accueillie en IME. Elle n'a pas accès au langage verbal pour s'exprimer mais le comprend plutôt bien. De plus Sophie présente une sensibilité particulière sur le plan tactile, et des conduites d'hyper réactivité (par exemple elle ne supporte pas les étiquettes à l'intérieur de ses vêtements).

Les éducateurs qui l'accompagnent estiment qu'il faut trouver un moyen de lui expliquer qu'un jour elle aura ses règles, et de lui apprendre à utiliser une serviette hygiénique avant le jour J, pour éviter de la confronter à un trop grand stress. Compte tenu de son hyper réactivité tactile, il s'agit aussi de l'habituer progressivement à tolérer la présence d'une serviette dans ses sous-vêtements.

Un travail individuel est mené sur plusieurs semaines autour de la connaissance du schéma corporel, y compris des zones intimes comme « seins » et « sexe », dont elle apprend les mots quand on les lui nomme. Elle n'est pas en mesure de les nommer elle-même puisque elle est non verbale, mais elle arrive à les comprendre, à les reconnaître sur des supports visuels, et à les montrer. Pour cela nous avons utilisé divers supports : d'abord des dessins extraits du film Kirikou qu'elle apprécie, où l'on aperçoit des personnages féminins de tous âges partiellement ou complètement dénudés. Ensuite avec des représentations de « nues » à travers des œuvres d'art (statue grecque, peintures, etc). Egalement avec des planches à dessins typiques des manuels de biologie pour enfants de son niveau d'âge, et des photos de filles, d'adolescentes, de femmes nues sélectionnées sur internet.

Une fois le travail terminé sur sa conscience du schéma corporel et des modifications concrètes du corps féminin à la puberté (comparaison de corps de fille – ado – femme avec une attention portée sur la poussée mammaire et l'apparition de la pilosité), un travail sur le soutien-gorge est entrepris.

On propose à Sophie des images de différents modèles de soutien-gorge et de brassières pour qu'elle intègre que tous ces articles font partie d'une même catégorie, jusqu'à présent étrangère à son quotidien, et ayant la même fonction. On lui montre des vrais modèles dans le rayon lingerie du supermarché. On se procure un modèle « mon 1er soutien-gorge » et on l'aide à le mettre à une poupée mannequin achetée exprès pour ce travail (poupée « réaliste » de 105 cm avec un peu de poitrine compatible avec le modèle de soutien-gorge utilisé). Son éducatrice référente qui a plus l'habitude de l'accompagner lors de soins ou de temps hygiène à l'internat se charge de lui apprendre comment le mettre sur elle-même dans sa salle de bain de l'internat.

Une fois ce travail accompli, l'étape de préparation avant l'arrivée des premières règles démarre. Les professionnels créent un support en images complétant celui déjà utilisé pour expliquer les transformations corporelles à la puberté (seins + pilosité + acné). Un pictogramme de serviette hygiénique + goutte de sang dessinée est ajouté à ce support. Un

second outil visuel est créé sous forme de séquentiel en images pour expliquer le mode d'emploi d'une serviette hygiénique.

En parallèle, on lui apprend à utiliser une serviette hygiénique avec la poupée mannequin (sa grande taille fait qu'on peut utiliser une vraie culotte et donc une vraie serviette). Cette étape permet à Sophie d'apprendre à être autonome pour utiliser une serviette.

Pour familiariser Sophie avec la sensation d'une serviette sur elle-même, on lui propose de mettre un protège slip d'abord très fin et juste quelques secondes, puis quelques minutes, de façon progressive.

Sophie a été très réceptive à tout ce travail individualisé. Les différents supports créés pour elle ont été photographiés et compilés dans un classeur personnel qu'elle peut regarder en cas de besoin. Quelques mois plus tard quand ses menstruations sont apparues, elle nous a surpris à gérer de façon très autonome l'utilisation de ses serviettes hygiéniques, de même qu'elle avait vite su mettre ses 1ers soutiens gorges. Elle n'a pas manifesté d'incompréhension lors de ses premières règles. La poursuite du travail s'est effectuée sur le versant de la gestion de la douleur en période menstruelle, avec d'autres outils visuels lui indiquant que quand elle a ses règles, elle peut avoir mal au ventre, et peut demander un doliprane aux professionnels pour aller mieux.

C'est la première fois que nous mettons en place ce type d'accompagnement préparatoire en vue d'aider une personne autiste et dyscommunicante qui gère mal les changements et les imprévus. Cela a demandé d'être très « créatif » pour penser et fabriquer les outils. Le résultat nous a montré que ce travail en valait la peine, même si nous avons pu craindre à l'origine d'être trop abstraits en intervenant « en amont » et donc « hors contexte ».

¹ Le prénom de la jeune fille est fictif pour respecter son anonymat