

Le yoga comme intervention auprès des adolescents ayant un trouble du spectre de l'autisme pour favoriser l'inclusion sociale

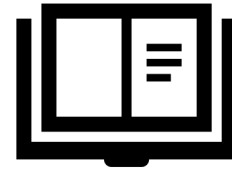
Marie-Joëlle Beaudoin, B.Sc. , Nathalie Poirier, Ph.D. et Ariane Leroux Boudreault, Ph.D.

Congrès Acfas, 2019



Le TSA à l'adolescence

- Plusieurs changements, notamment sur le plan social
- Déficit de la communication sociale amène des difficultés d'inclusion sociale (Locke et al., 2017).
- Créer et maintenir des relations sociales est difficile.
- Plus d'isolement et d'activités solitaires chez les adolescents ayant un TSA (Orsmond et Kuo, 2011; Turner-Brown et al., 2011).
- 90 % des parents rapportent que leurs adolescents préfèrent jouer seul (Turner-Brown et al., 2011).
- Pourtant, une étude rapporte que les adolescents ayant un TSA ne veulent pas s'isoler et qu'ils cherchent à avoir des interactions sociales (Humphrey et Symes, 2010)



Les comorbidités

- Amène des défis supplémentaires à ceux associés au TSA
- Les adolescents ayant un TSA sont à risque de développer des troubles psychologiques (Costello et al., 2003)

Troubles concomitants	INSPQ (1 an à 17 ans)
Désordres anxieux	32,6 %
Trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité	42 %
Troubles dépressifs	34,2 %

La thérapie complémentaire basée sur le yoga

- En occident, le yoga se concentre sur les postures et la respiration (Bower et al., 2005)
- Quelques programmes disponibles aux États-Unis pour les jeunes ayant un TSA
- Effets principaux : sur les comportements (Goldberg, 2004; Kenny, 2002; Koenig, Buckley-Reen et Garg, 2012; Rosenblatt et al., 2011)
- Majoritairement, les mesures sont rapportées par les enseignants ou les parents (Kenny, 2002; Koenig, Buckley-Reen et Garg, 2012; Rosenblatt et al., 2011).
- Les thérapies complémentaires basées sur le yoga et la pleine conscience peuvent améliorer l'élaboration de comportements prosociaux chez les adolescents ayant un TSA (Semple, 2018)



Objectif de l'étude : explorer les effets du yoga sur les comportements sociaux des élèves du secondaire ayant un TSA.



Notre programme de yoga

- À l'école, durant les heures de cours
- Auprès d'élèves du secondaire ayant un TSA
- Professeure certifiée en yoga thérapeutique
- Durée : 8 semaines
- Séances : 45 minutes
- 15 postures par séance (ex: le chat, le chien tête en bas, le guerrier)
- Relaxation : 10 minutes en fin de séance
- Cahier de postures disponible



Les participants

- 12 élèves âgés entre 12 ans et 15 ans
 - Fréquentant une école ordinaire de Montréal
 - En classe spéciale
 - Ayant un code 50
-
- 2 enseignantes en classe spéciale
 - 2 éducatrices spécialisées en classe spéciale





Les mesures

- Observation des comportements sociaux : attention à la tâche demandée par l'enseignante
- Observation des comportements non sociaux (ex: déplacements, autostimulation, commentaires) des adolescents ayant un TSA
- Observation des comportements de renforcement des enseignantes
- Perception des adolescents quant à leurs comportements par le biais du BASC-2, questionnaire auto-rapporté

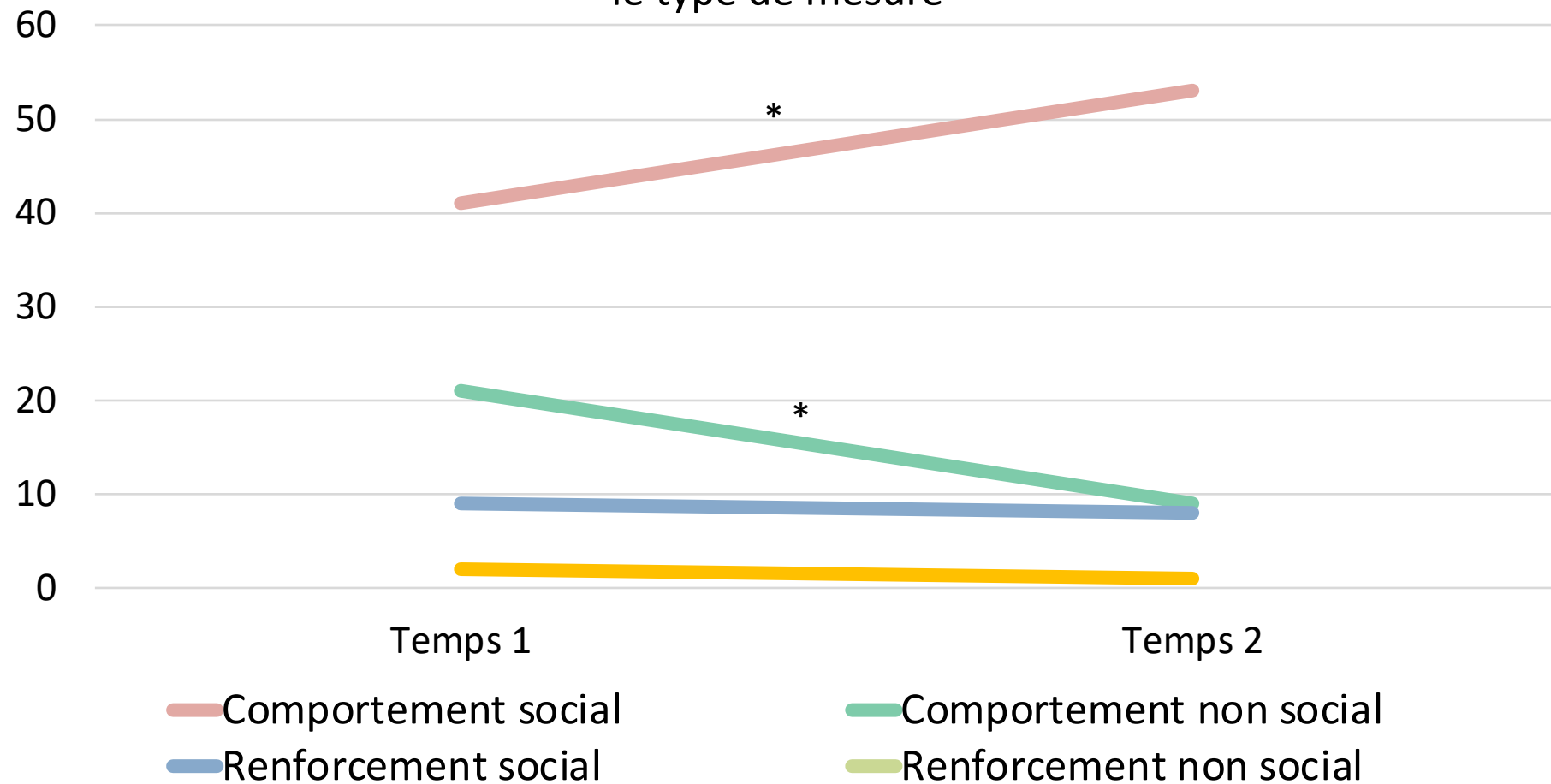
Les résultats

Troubles concomitants	INSPQ (1 an à 17 ans)	Ontario (16 ans à 66 ans)	Participants de l'étude (12 ans à 15 ans)* BASC-2
Désordres anxieux	32,6 %	27,9 %	8,3 %
Trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité	42 %	X	33,3 %
Troubles dépressifs	34,2 %	45 %	8,3 %
Trouble du déficit de l'attention	X	15,4 %	41,5 %

*Ce pourcentage ne reflète pas un diagnostic mais la perception d'élèves ayant un TSA quant à leurs difficultés comportementales pouvant les placer à risque clinique de présenter un trouble concomitant. Il est comparé aux données rapportées par l'INSPQ (2017) et par Stoddard et ses collaborateurs (2013).

Les résultats

Fréquence de comportements selon le temps de mesure et le type de mesure



Les conclusions

- Malgré l'augmentation des comportements sociaux, aucune augmentation des renforcements. Les enseignants n'ont peut-être pas tendance à intervenir d'avantage lorsque les élèves sont plus attentifs.
- Comme intervention scolaire, le yoga semble bénéficier aux élèves ayant un TSA.
- Le yoga pourrait être une intervention favorisant l'inclusion sociale en permettant l'atteinte d'un état de concentration et de relaxation ce qui pourrait rendre plus disponible l'élève à émettre des comportements sociaux en classe.
- Les recherches futures : yoga avec parents et observation durant les séances de yoga.



Merci!

Références

- À compléter.
- Stoddart, K.P., Burke, L., Muskat, B., Manett, J., Duhaime, S., Accardi, C., Burnham Riosa, P. & Bradley, E. (2013). Diversity in Ontario's Youth and Adults with Autism Spectrum Disorders: Complex Needs in Unprepared Systems. Toronto, ON: The Redpath Centre.