

L'anxiété...cette réalité quotidienne et envahissante !

Vicki Laframboise, Orthophoniste (M.Sc.S.)

Membre de l'OAAO et de l'OAAQ

Présidente, Cabinet d'orthophonie Vicki Laframboise



AutismONTARIO
see the potential



Cabinet d'orthophonie

www.cabinetorthophonie.com

Aperçu du webinar

- L'anxiété...définition textuelle
- Les troubles anxieux
- L'anxiété...définitions personnelles
- Quelques signes et symptômes
- L'anxiété et les TSA
- L'évaluation
- Comment intervenir

...pour minimiser les effets paralysants du stress et de l'anxiété



L'anxiété... *définition textuelle*

L'anxiété est une émotion caractérisée par des sentiments de peur, d'inquiétude, de difficultés, de craintes et est accompagnée de changements physiques.

- Les personnes souffrant de troubles anxieux peuvent :
 - avoir des pensées intrusives ou des préoccupations récurrentes
 - éviter certaines situations causant trop d'anxiété
 - avoir des symptômes physiques tels que la transpiration, des tremblements, des étourdissements ou une accélération du rythme cardiaque.

Traduction libre de la définition retrouvée sur le site « American Psychological Association »



Les troubles anxieux – DSM-V

- Anxiété de séparation
- Mutisme sélectif
- Phobie spécifique
- Trouble d'anxiété sociale
- Le trouble de panique
- Agoraphobie
- Trouble d'anxiété généralisée



L'anxiété...*définitions personnelles*



« Une barrière qui m'empêche d'agir »

« Se forcer à affronter le feu des canons »

« Sentiment de combat et/ou fuite »

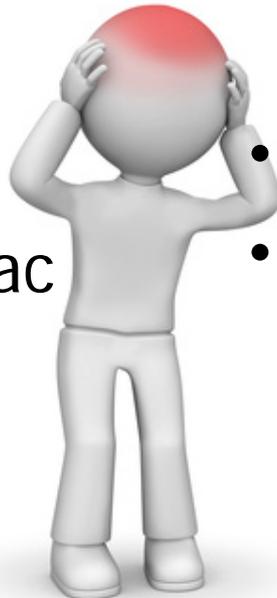
« Est-ce que je veux vraiment éviter cette situation? »

« Une émotion que je ressens dans la poitrine ou dans les '*tripes*' et qui m'empêche d'avancer »



Symptômes physiques

- Sueur
- Tremblements
- Fatigue
- Papillon dans le ventre
- Insomnie
- Palpitations
- Mains moites
- Douleur à l'estomac
- Respiration difficile
- Sursauts, tics, nervosité
- Muscles tendus
- Maux de tête
- Serrement dans la poitrine
- Mouvements répétitifs
- Écholalie



Symptômes psychologiques et émotionnels

- Sentiments d'appréhension, de crainte
- Se sentir inutile
- Irritabilité
- Confusion
- Panique
- Changement d'humeur
- Perte d'intérêt
- Difficultés de concentration
- Nervosité
- Sentiment d'insécurité
- Désire de s'échapper, de fuir
- Dépression



Anxiété et TSA

QUESTION COMPLEXE POUR LES CLINICIENS ET LES CHERCHEURS

« Est-ce les symptômes associés au TSA, comme l'anxiété, sont inextricablement liés aux caractéristiques inhérentes du trouble ou s'agit-il de symptômes distincts? »

- Prévalence
 - 11% à 84% (selon les études)
- Occurrence
 - Phobie spécifique, Trouble d'anxiété généralisé, Trouble d'anxiété sociale, Anxiété de séparation et « Trouble obsessionnel compulsif »



Anxiété et TSA

- Expression de l'anxiété
- Apparition et cheminement



Facteurs étiologiques

RELATION BIDIRECTIONNELLE

« Les symptômes d'un TSA peuvent causer l'anxiété et l'anxiété peut exacerber les symptômes d'un TSA »

Comment les caractéristiques du TSA peuvent augmenter les risques d'anxiété?

- Déficits sociaux
- Comportements répétitifs
- Résistance aux changements



Facteurs étiologiques

- Différences dans les processus sensoriels
- Persévérance
- Régulation émotionnelle
- Neurologique : amygdale et portions du cortex préfrontal



L'évaluation

- Évaluations comportementales
- Entrevues comportementales
- Outils de dépistage et outils diagnostiques
- Observations directes des comportements
- Mesures physiologiques



Maintenant...comment intervenir?

QUELQUES EXEMPLES RÉPERTORIÉS DANS LA LITTÉRATURE:

- Traitement comportemental
 - Désensibilisation systématique
 - Incitation
 - Modelage par vidéo
- Implications des proches
- Entraînement aux habiletés spécifiques



Thérapie cognitivo comportementale (TCC)

Définition

Une psychothérapie à court terme basée sur l'observation et la régulation des liens entre les pensées, les émotions et les comportements (www.psychomedia.qc.ca)

Adaptations proposées pour les TSA

- Stratégies visuelles et concrètes (nouveaux concepts)
- Hiérarchies spécifiques
- Inclure les intérêts spécifiques
- Engager activement les parents



Thérapie cognitivo comportementale (TCC)

Structure conceptuelle des émotions

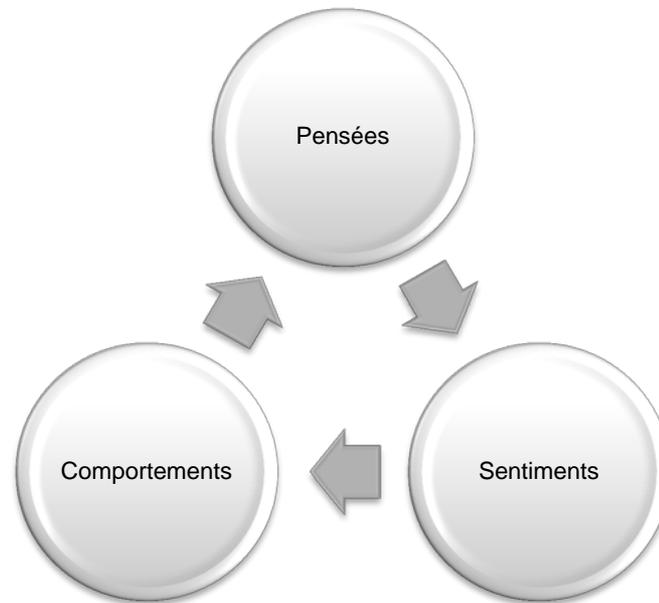
Lee A. Wilkinson



Thérapie cognitivo comportementale (TCC)

Cycle de l'anxiété

Lee A. Wilkinson



Thérapie cognitivo comportementale (TCC)

STRATÉGIES CIBLÉES

- Imagerie
- Être attentif au moment présent
- Dialogue interne positif

Situation	Dialogue négatif	Dialogue positif



Thérapie cognitivo comportementale (TCC)

- Résolution de problèmes

1. Identification du problème
2. Sélection des objectifs
3. Choix alternatifs
4. Conséquences à considérer
5. Prise de décisions
6. Mise en œuvre
7. Évaluation



Traitement pharmacologique

- Manque évident de recherches
- Antidépresseur inhibiteur de la recapture de la sérotonine (ISRS)

Effets secondaires :

- Augmentation du niveau d'activité
- Impulsivité
- Insomnie
- Désinhibition



Références

- Beidel, D.C., Alfano, C.A., Kofler, M.J., Rao, P.A., Scharfstein, L., Wong Sarver, N. (2014). The impact of social skills training for social anxiety disorder: A randomized controlled trial. *Journal of Anxiety Disorders*, 28, 908-918.
- Bejerot, S., Eriksson, J.M., Mörtberg, E. (2014). Social anxiety in adult autism spectrum disorder. *Psychiatry Research*, 220, 705-707.
- Davis III, T.E. et al. (eds) (2014), *Handbook of Autism and Anxiety*, Autism and Child Psychopathology Series, © Springer International Publishing Switzerland.
- Halls, G., Cooper, P.J., Creswell, C. (2015). Social communication deficits : Specific associations with Social Anxiety Disorder. *Journal of Affective Disorders*, 172, 38-42.
- Kerns, C.M., Kendall, P.C., Zickgraf, H., Franklin, M.E., Miller, J., Herrington, J. (2015). Not to be Overshadowed or Overlooked : Functional Impairments Associated With Comorbid Anxiety Disorders in Youth With ASD. *Behavior Therapy*, 46, 29-39.
- Vasa, R.A., Mazurek, M.O., (2015). An update on anxiety in youth with autism spectrum disorders. *Current Opinion in Psychiatry* (www.co-psychiatry.com), 28 (2), 83-90.
- Vasa, R.A., Carroll, L.M., Nozzolillo, A.A., Mahajan, R., Mazurek, M.O., Bennett, A.E. et al. (2014). A Systematic Review of Treatments for Anxiety in Youth with Autism Spectrum Disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 44, 3215-3229.
- Wilkinson, L.A. (2015) *Overcoming Anxiety and Depression on the Autism Spectrum*. London, UK : Jessica Kingsley Publishers.
- White, S.W., Mazefsky, C.A., Dichter, G.S., Chiu, P.H., Richey, J.A., Ollendick, T.H. (2014). *International Journal of Developmental Neuroscience*, 39, 22-36.

