

La thérapie cognitivo-comportementale peut aider les enfants qui ont un trouble du spectre de l'autisme à gérer leur anxiété

No 72, Novembre 2013

Par : Jeffrey Wood, Ph.D. Pepler

La recherche en bref : Sommaire / Mobilisation

Quel est le sujet de cette étude?

Les enfants touchés par un trouble du spectre de l'autisme (TSA) sont nombreux à éprouver des problèmes d'anxiété. Des études portent à croire que la thérapie cognitivo-comportementale (TCC) pourrait contribuer à réduire l'anxiété chez ces jeunes. Dans ce genre de thérapie, les jeunes se familiarisent avec des façons de penser et d'agir qui les aident à mieux gérer et même à réduire leur anxiété (p. ex., comment reconnaître ce qu'ils ressentent, des façons différentes d'envisager leurs problèmes). Parmi l'ensemble des thérapies par le dialogue, la TCC est celle dont les bases scientifiques sont les plus solides pour traiter l'anxiété chez les enfants. Cependant, dans le cas des enfants qui ont reçu un diagnostic de TSA, l'efficacité de la TCC traditionnelle pourrait être restreinte en raison de leurs faibles habiletés sociales, de leurs difficultés de communication et de leurs troubles de comportement. La présente étude est l'une des premières à évaluer l'efficacité de la TCC lorsqu'elle est adaptée aux enfants ayant un TSA.

Qu'est-ce que les chercheurs ont fait?

Les chercheurs ont choisi au hasard 40 enfants, âgés de 7 à 11 ans, ayant reçu un diagnostic d'autisme de haut niveau et d'anxiété pour faire partie d'un groupe de TCC ou être inscrits sur une liste d'attente de trois mois. Pour les enfants qui suivaient le programme de TCC, un thérapeute a travaillé avec chaque parent et chaque enfant pendant une période de 16 semaines. Aux enfants, les thérapeutes

ont enseigné des habiletés d'adaptation, des habiletés à se faire des amis et des habiletés visant à accroître leur autonomie. Aux parents, les thérapeutes ont enseigné des façons d'aider leurs enfants à la maison. Les thérapeutes ont également consulté les enseignants sur les moyens d'aider les enfants à l'école. Les parents devaient participer de près à la thérapie. Dans les deux groupes, les parents et les enfants ont rempli des questionnaires et ont été interviewés avant et après la thérapie ou avant et après avoir été inscrits sur la liste d'attente.

Qu'est-ce que les chercheurs ont découvert?

Après avoir pris connaissance des rapports produits par les cliniciens et les parents, les chercheurs ont constaté que les enfants qui avaient suivi le programme de 16 semaines présentaient moins de symptômes d'anxiété que ceux inscrits sur la liste d'attente. Les améliorations observées étaient encore manifestes trois mois après la thérapie. Aucune différence n'a été notée dans la façon dont les enfants signalaient leur propre anxiété; cela pourrait toutefois s'expliquer par le fait que les questionnaires utilisés par les chercheurs n'étaient peut-être pas suffisamment précis pour détecter le changement.

Comment pouvez-vous utiliser les conclusions de cette étude?

Cette étude révèle qu'il est possible d'utiliser la TCC pour traiter l'anxiété chez les enfants qui ont un TSA. Les parents et les enseignants jouent un rôle important dans la vie des enfants et cette étude porte à croire qu'il peut être utile de les faire participer activement au programme

de TCC. Les chercheurs peuvent en utiliser les résultats pour réaliser d'autres études sur la manière d'adapter les programmes de thérapie des enfants autistes et de leurs familles sur le plan de la santé mentale.

Ce que vous devez savoir

Les enfants ayant un TSA sont souvent aux prises avec des problèmes d'anxiété. Les résultats de cette étude donnent à penser qu'un programme modifié de TCC peut contribuer à réduire les symptômes de l'anxiété chez les enfants ayant reçu un diagnostic d'autisme de haut niveau.

Au sujet des chercheurs

Jeffrey Wood, Ph.D., et ses collègues sont des chercheurs de l'Université de Californie, à Los Angeles. Le présent sommaire est fondé sur leur étude intitulée « Cognitive behavioral therapy for anxiety in children with autism spectrum disorders: a randomized, controlled trial ».

Citation

WOOD, J. J., DRAHOTA, A., SZE, K., HAR, K., CHIU, A., ET LANGER, D. A. « Cognitive behavioral therapy for anxiety in children with autism spectrum disorders: A randomized, controlled trial » dans *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 2009, vol. 50, no 3, p. 224-234.

Résumé rédigé par Ami Tint pour la chaire de recherche sur le traitement des troubles du spectre autistique et sur les soins aux patients. Il est disponible, ainsi que d'autres sommaires (en anglais), à l'adresse Web suivante : asdmentalhealth.ca/researchsummaries

Au sujet de la chaire de recherche

La chaire de recherche sur le traitement des troubles du spectre autistique et les soins aux patients est consacrée à l'étude de moyens d'améliorer la santé mentale et le bien-être des personnes qui ont un trouble du spectre de l'autisme (TSA) et de leurs familles respectives au Canada.

Cette chaire de recherche a été fondée par les Instituts de recherches en santé du Canada en partenariat avec Autism Speaks Canada, l'Alliance canadienne des troubles du spectre autistique, Santé Canada, NeuroDevNet et la Sinneave Family Foundation. Un soutien financier supplémentaire est fourni par la Spectrum of Hope Autism Foundation et l'Université York.

AVERTISSEMENT : *Ce document reflète les opinions de l'auteur. L'intention d'Autisme Ontario est d'informer et d'éduquer. Toute situation est unique et nous espérons que cette information sera utile; elle doit cependant être utilisée en tenant compte de considérations plus générales relatives à chaque personne. Pour obtenir l'autorisation d'utiliser les documents publiés sur le site Base de connaissances à d'autres fins que pour votre usage personnel, veuillez communiquer avec Autisme Ontario par courriel à l'adresse info@autismontario.com ou par téléphone au 416 246 9592. © 2013 Autism Ontario 416.246.9592 www.autismontario.com*