

**Cadre d'un échange téléphonique, vidéo, ou par chat
avec un psychologue de l'Unité d'Appui et de Coordination (UAC)
du Centre Ressources Autisme (CRA) Bretagne
pendant la période de confinement due au COVID-19**

Les personnes avec TSA peuvent être en difficulté à solliciter un appui téléphonique, ou autre, avec un professionnel. Afin de faciliter cette prise d'initiative, il peut être très utile de leur préciser le cadre de l'échange qui peut leur être proposé par l'UAC du CRA.

Structure de durée. La durée de l'échange sera adaptée en fonction de la demande de la personne et pourra durer entre 5 minutes et 1h environ. Néanmoins, si la personne avec TSA souhaite, notamment parce qu'elle sait qu'elle est très fatigable lors d'une interaction sociale, qu'il soit convenu avant le début de l'échange que celui-ci soit raccourci, elle peut en exprimer la demande, et donner une durée souhaitée de l'échange.

Structure du déroulé. L'échange commence par la présentation du professionnel, et le rappel de ce qu'il peut lui proposer. La personne avec TSA se présente à son tour, puis présente l'objet de sa demande. Le professionnel lui propose alors des pistes afin de soulager ses difficultés. Des va-et-vient entre professionnel et personne avec TSA sont possibles tout au long de la conversation, par exemple lorsque de nouvelles questions apparaissent, ou encore lorsque la personne avec TSA a besoin d'une clarification. Au terme du temps convenu, ou auparavant lorsque les deux interlocuteurs en conviennent, le professionnel clôt la conversation.

Structure du contenu. Celui-ci sera dépendant de la demande exprimée par la personne avec TSA. Le professionnel donnera, par exemple, des conseils pour réduire son anxiété, améliorer son sommeil, ou encore orienter vers un professionnel compétent pour un suivi. Le professionnel adaptera son propos au fonctionnement de son interlocuteur, notamment en fonction des difficultés spécifiques que celui-ci aura pu lui rapporter (par exemple, hypersensibilité auditive, phobie du téléphone, difficulté à imaginer son interlocuteur, etc.).

Identité de l'interlocuteur. S'adresser à un interlocuteur inconnu peut s'avérer particulièrement stressant pour une personne avec TSA. C'est pourquoi une brève présentation du professionnel peut réduire ce stress.

Ces éléments seront transmis avant d'organiser le rendez-vous : nom et prénom du professionnel du CRA, photo.