

Association ASPI'RATION (92)



Autisme Asperger **THEME SPECIFIQUE : LE MONDE DU TRAVAIL**

Propos recueillis en : 10/2019
Nom de l'Interviewé : Matthieu
Profil: TSA (syndrome d'Asperger)



ASPI'RATION : Pour commencer peux-tu nous dire quelles études tu as faites ?

« Bac+5 en informatique. »



ASPI'RATION : Quels ont été tes emplois ?

« Développeur informatique dans diverses industries et chez des éditeurs de logiciels. »



ASPI'RATION : Ton autisme impacte-t-il tes choix professionnels et ton image de soi, et si oui comment ?

« Oui. Je n'ose pas me mettre en avant, prendre des postes où il y a du management à faire. Je n'ai aucune répartie et je ne sais pas défendre mes idées. »



ASPI'RATION : Comment se passent/se sont passés tes entretiens d'embauche ?

« Les entretiens où il y a des tests techniques se passent plutôt bien (et même quand ce n'est pas le cas, je le vis bien parce que je comprends pourquoi). En général cela suffit à compenser les autres où je suis plus ou moins à l'aise. On m'a déjà refusé deux emplois à cause de mes résultats dans des tests de personnalité. »



ASPI'RATION : As-tu mis au point des stratégies pour t'adapter au mieux à ton environnement professionnel ?

« J'aimais beaucoup l'informatique pendant mes études (écrire du code) mais depuis je reste dans des tâches techniques car c'est le seul domaine où j'ai l'impression que j'ai une chance de m'en sortir. »



ASPIRATION : Es-tu bien intégré dans ton entreprise ?

« Pas mal de souci pour trouver ma place dans les équipes. Par exemple, je suis exclu de projets qui pourraient m'intéresser parce que personne n'écrit de documentation et je n'arrive pas à me forcer à aller voir mes collègues pour leur demander de m'expliquer. »



ASPIRATION : As-tu dit à quelqu'un que tu étais autiste ? Comment cela s'est-il passé ?

« À la médecine du travail, au responsable handicap de la société qui connaît l'autisme et est accessible, à mon supérieur hiérarchique, à certains collègues dont je suis proche.

Point positif : on m'impose moins de réunions depuis, je suis davantage autonome pour gérer mon temps. Je n'ai plus besoin de faire des présentations PowerPoint presque improvisées comme on me forçait à le faire avant.

Point négatif : j'ai l'impression que c'est assez mal passé dans mon équipe, qu'ils pensent que c'est une excuse de ma part pour travailler seul, ne pas participer aux réunions d'équipe et ne pas faire de présentations. »



ASPIRATION : A quoi ressemblent tes relations avec tes collègues ?

« Je communique très bien avec certaines personnes, par exemples celles avec lesquelles j'ai un centre d'intérêt en commun en-dehors du travail. Cela peut « amorcer » une relation et ensuite, je n'ai plus aucune anxiété à leur parler. À l'inverse, je n'arrive pas à communiquer avec certaines autres personnes (même celles pour lesquelles j'ai de l'estime). Elles me paralysent. Cela peut être très gênant parce que je ne sais pas expliquer pourquoi et elles peuvent se vexer. »



ASPIRATION : Comment gères-tu les temps de pause, les déjeuners à la cantine ?

« J'ai trouvé plusieurs petits groupes avec qui je m'entends bien et avec qui je peux faire ces pauses. Quand je déjeune avec des collègues, il peut y avoir des discussions qui m'interpellent mais je ne sais jamais quand prendre la parole. J'ai tendance à m'adresser à une seule personne à la fois même pour dire quelque chose qui pourrait en intéresser plusieurs. Je ne suis pas très à l'aise pendant ces pauses déjeuners, mais un peu plus pendant les pauses café parce que les groupes sont plus petits, la salle est plus silencieuse, et je peux partir quand je veux.»



ASPIRATION : Quelles sont les difficultés que tu rencontres au quotidien ? Tes points faibles ?

« Les réunions qui me sont imposées peuvent être interminables et ne sont pas toujours pertinentes pour moi. J'ai du mal à m'y concentrer. C'est une entreprise où il y a beaucoup de « transmission orale » des connaissances. Souvent, les gens n'expliquent pas très bien du premier coup et je n'ose pas leur redemander. Je perds beaucoup de temps et je culpabilise énormément. J'ai l'impression de ne pas mériter ce travail ni mon salaire.

J'ai du mal à parler avec plusieurs personnes simultanément. C'est comme si j'étais « écrasé » par leur présence au-delà de 2 ou 3 interlocuteurs.

J'aimerais que mes collègues communiquent davantage par écrit.

J'ai un peu de mal à reconnaître les visages. Je ne mémorise pas les organigrammes hiérarchiques (je crois que j'ai découvert qui était mon N+2 cinq ans après avoir commencé mon dernier emploi...).

Je me lève assez souvent de mon poste pour marcher dans les couloirs. J'ai besoin de sortir faire quelques pas dehors lors de la « pause déjeuner ». »



ASPIRATION : As-tu des responsabilités et/ou peux-tu travailler sous pression ? Comment le gères-tu ?

« En général j'arrive à travailler assez bien sous pression, parce qu'il y a toujours quelqu'un derrière moi pour me pousser. Mais je ne peux pas tenir très longtemps ces cadences. »



ASPIRATION : Est-ce qu'être autiste t'apporte quelque chose de positif dans ton travail ?

« Je ne sais pas. »



ASPIRATION : Quels sont les atouts sur le plan professionnel que tu reconnais ?

« Compétence technique. »



ASPIRATION : Aujourd'hui peux-tu dire que tu as une carrière/ un emploi satisfaisant(e) ?

« J'ai un salaire correct mais pas vraiment de perspective d'évolution (il faudrait que je fasse du management, les compétences techniques pointues ne sont pas forcément très valorisées). »



ASPIRATION : As-tu réussi à surmonter ou contourner les difficultés du monde du travail ?

« En misant tout sur mes compétences. En étudiant beaucoup, y compris en-dehors des heures de travail. »



ASPI'RATION : Si tu avais un conseil à donner pour devenir un autiste épanoui dans son travail, quel serait-il?

« Faire attention à ne pas se faire exploiter. Un autiste ne devrait pas avoir à travailler davantage qu'un non-autiste. Faire part de ses problèmes à la médecine du travail (les médecins ont une obligation de confidentialité). Ne pas hésiter à les solliciter en cas de souffrance, même si on n'a l'impression que c'est nous qui sommes « en faute » et qu'on a mérité la situation dans laquelle on se trouve (ce qui n'est pas le cas en général).

Voir aussi ce document :

<https://blogs.mediapart.fr/jean-vincot/blog/030919/guide-d-auto-defense-au-travail-pour-les-personnes-autistes> »