

Association ASPI'RATION (92)



Autisme Asperger

THEME SPECIFIQUE : LE MONDE DU TRAVAIL

Propos recueillis en : 06/2020
Pseudo de l'Interviewé : Raoul
Profil: TSA (syndrome d'Asperger)



ASPI'RATION : Pour commencer peux-tu nous décrire ton parcours ?

« Sans parler de toutes les études, j'ai passé mes études supérieures en grande école d'informatique, où j'ai eu mon diplôme BAC+5 en informatique. J'ai travaillé en tant qu'ingénieur en informatique au sein d'une société de services, que l'on appelle maintenant STN. Je me suis spécialisé dans les missions de test logiciel, pour être plus précis. Je travaille désormais dans un emploi de test logiciel embarqué et d'électronique. »



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

« Pour l'image de soi, je pense que je fais partie des autistes les plus chanceux. Je n'ai aucun problème pour ça, et je suis confiant dans mes capacités.

Pour l'impact sur les choix professionnels, comme je ne l'ai su que très tardivement, cela n'a pas eu d'impact. Néanmoins, avec un instinct de survie et selon mes propres préférences, j'ai évité plusieurs voies qui auraient pu être difficiles pour moi, et j'ai privilégié ce qui me semblait ce pour quoi je suis le plus doué. C'est ainsi que je n'ai pas travaillé dans les relations sociales, mais plutôt dans un domaine rationnel et prévisible.»



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

« Très mal. Toujours. En fait, je ne me suis fait embauché que « par chance ». Pour toutes les fois où j'ai été embauché, cela ne s'est pas passé de manière conventionnelle. La première fois, j'avais accepté un emploi, mais en dessous du prix du marché, et j'étais arrivé à un moment d'extrême plein embauche, et

je n'ai pas vraiment passé un entretien. La seconde fois, je n'ai pas passé d'entretien d'embauche car j'étais chez le client.

Par contre, toutes les fois où j'ai postulé à des offres d'emploi, je n'ai jamais réussi à décrocher le poste, pour des raisons évasives. L'entreprise ne m'a jamais vraiment dit pourquoi je n'étais pas embauché. A posteriori, je pense que l'autisme a joué de manière très négative sur les entretiens d'embauche. »



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

« Je suis obligé de mettre en place des stratégies, non pas pour m'adapter, mais plutôt pour survivre. Comme je travaille dans un environnement où l'acoustique n'est pas optimale, ni travaillée, je dois m'isoler plusieurs fois par jour pour pouvoir diminuer l'escalade sensorielle qui arrive chaque jour. J'ai demandé à mon entreprise des bouchons d'oreille et un casque anti-bruit. Heureusement que les gens acceptent et ne font pas de remarques désobligeantes sur ce point là.

Je demande à mon chef d'explicitier toutes ses demandes, pour que je comprenne bien ce qu'il souhaite, et j'essaie de faire de même pour les autres. Il y a très souvent des demandes implicites, et j'essaie dans la mesure du possible de les faire expliciter. Si c'est trop tard... Mon chef fait avec. »



ASPI'RATION : Es-tu bien intégré dans ton entreprise ?

« Heureusement, actuellement, oui. Je n'ai jamais eu de remarques désobligeantes par rapport à mes particularités. Mais cela n'a pas toujours été le cas. Parfois, j'étais rejeté, mais je ne m'en apercevais pas. Au moins, grâce à ma non connaissance des conventions sociales, cela m'a évité d'être blessé. Mais, même si j'en étais inconscient, j'étais extrêmement énervé d'avoir été rejeté de la sorte pour des conventions sociales que l'on ne m'a jamais expliquées. »



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

« Je l'ai dit à une collègue qui était nouvelle dans mon entreprise et que j'ai formée au métier qui est le mien. Au final, après coup, je me suis aperçu qu'elle ne m'aimait absolument pas, et qu'elle ne voulait rien savoir pour l'autisme. De plus, mon patron lui a donné la responsabilité du site alors qu'elle avait moins d'un an d'expérience, alors que j'en avais plus de 10 ans, dont plus de 3 ans sur le site sur lequel j'étais. Je l'ai très mal pris. »



ASPI'RATION : A quoi ressemblent tes relations avec tes collègues ?

« En général, je trouve que cela se passe bien, je discute d'un peu tout avec eux, et autres banalités ; chose que je n'arrivais jamais à faire lorsque j'étais plus jeune / adolescent. Mais en réalité, de manière objective, je dois probablement être souvent rejeté, je ne m'en aperçois généralement pas. Il est donc difficile de

donner une réponse correcte à cette question. Le problème est qu'au travail, cela ne va pas à la confrontation évidemment, mais que c'est souvent trop fin pour que je m'adapte assez vite au contexte et que je comprenne l'implicite. »



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

« Auparavant, je m'efforçais de manger avec mes collègues de travail. Mais au bout d'un moment, j'ai du sentir l'épuisement, et j'ai commencé à manger sans mes collègues. Cela devait être dû par mon instinct de survie. Maintenant que je sais que je suis autiste, je mange seul la très grande majorité du temps, et je n'ai aucun scrupule à le faire. Personne dans l'entreprise ne me dit quoi que ce soit.

Je prends des temps de pause chaque jour pour éviter l'épuisement total, et aussi car je ne peux plus travailler lorsque je suis saturé sur le plan sensoriel. »



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

« Anticiper, prévoir, gérer l'emploi du temps des autres (j'ai un travail de gestion de tâches, d'organisation du travail), devoir quantifier le travail demandé en ayant des inconnues, comme l'ampleur de la tâche à réaliser. »



ASPIRATION : Y a-t-il des choses, des comportements qui te mettent mal à l'aise ou que tu ne comprends toujours pas ?

« Le rejet implicite. Je préfère que les gens ne veulent pas me côtoyer de manière franche, car les choses sont claires. Mais ce n'est jamais le cas, car cela doit être malaisant de dire à quelqu'un qu'on ne veut pas le côtoyer. »



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

« Je gère partiellement la responsabilité de mon chef pour l'organisation, et je trouve que c'est difficile. Je gère comme je peux mais à la fin de la journée je m'effondre et je ne fais rien. Je passe souvent le week-end à récupérer. »



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

« Je pense que j'excelle dans toutes les tâches techniques. En tout cas, c'est ce que je constate de manière factuelle. Je suis assez précis pour détecter les détails qui ont leur importance. »



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

« J'ai une grande curiosité et des connaissances sur plusieurs sujets, que je recoupe pour déduire des informations auxquelles je n'ai pas eu accès. C'est

justement comme cela que j'ai presque toujours été reconnu dans mon travail auprès de clients chez qui j'ai travaillé (à part certains où j'ai été envoyé sans que je ne corresponde au poste). »



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

« Pour moi, il est satisfaisant. J'ai un chef qui me respecte, respecte les spécificités, sans que je ne lui ai explicitement parlé d'autisme, car je n'ai pas encore ma RQTH. Je n'ai pas forcément un poste très élevé mais il me convient car si j'avais davantage de responsabilités je ne pense pas que je pourrais gérer, surtout au niveau gestion, et au niveau relationnel. »



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

« Je dirai que j'ai eu de la chance. Un collègue m'a protégé en quelque sorte, au tout début de ma carrière, et j'ai pu travailler. Je suis aussi arrivé à une époque particulière où l'emploi était assez simple, et j'ai pu rester. Mais passer les entretiens d'embauche, je pense que ça sera toujours difficile. Je conseille de prendre un jour de congé pour chaque entretien d'embauche, car justement, si on est fatigué, on ne pourra pas convaincre facilement. J'ai justement raté un entretien car j'y suis allé après le travail. Bien sûr, cela va faire beaucoup de jours de congés rien que pour cela, c'est pourquoi je conseille de bien choisir l'entreprise dans laquelle on postule. »



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

« Demander dès le début si les conditions sont possibles, si l'on peut respecter les besoins. Après, il faut faire attention, car des personnes peuvent penser qu'après une période d'adaptation, il n'est plus utile de respecter ces besoins. Or il n'en est rien. C'est toute la difficulté de l'implicite. »