

Vers une meilleure compréhension des difficultés sociales dans la vie quotidienne

Université de Genève

Chères familles,

Nous avons le plaisir de vous faire parvenir la deuxième newsletter du projet de recherche auquel vous avez participé avec votre enfant/adolescent.

Pour rappel, ce projet porte sur les difficultés sociales dans la vie quotidienne chez les personnes avec un Trouble du Spectre de l'Autisme (TSA) et syndrome de microdélétion 22q11.2 (del22q11). Nous avons reçu notre premier participant en octobre 2018, et continuons à recevoir des familles dans le cadre de ce projet de recherche.

Avant toute chose, nous adressons un immense MERCI à chacune et chacun d'entre vous pour votre implication!!

Nombre de participants évalués à ce jour:

1

TSA

41 participant(e)s

18 filles et 23 garçons

2

DEL22Q11

61 participant(e)s

27 filles et 34 garçons

3

TOUT-VENANTS

70 participant(e)s

35 filles et 35 garçons



unité de
psychologie
clinique
des situations
de handicap

Nous sommes fières de vous présenter notre nouvelle entité visuelle et nous espérons qu'elle vous plaira autant qu'à nous!

Réalisation: Alain Schraner

Notre équipe



Maude Schneider
Professeure à l'Université de Genève:
Unité de Psychologie Clinique des Situations de Handicap



Clémence Feller
Assistante doctorante



Laura Ilen
Assistante doctorante

Nous tenons également à féliciter Célia, Hanaé, Katie et Lou qui ont réalisé leur travail de mémoire de Master dans notre équipe et qui terminent cet été leurs études de psychologie. Nous avons eu beaucoup de plaisir à encadrer leur travail et leur souhaitons le meilleur pour la suite de leur parcours professionnel!



Dans cette newsletter, nous allons vous présenter nos résultats préliminaires sur le **stress et les stratégies de coping**, ainsi que sur les **compétences sociales**.

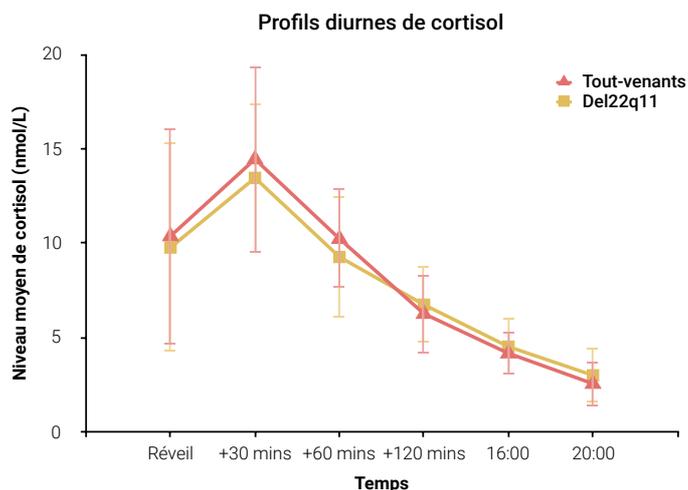
1. Stress et stratégies de coping

Deux études, l'une soumise pour publication et l'autre en cours de rédaction, s'intéressent au stress et aux stratégies de coping chez les jeunes avec del22q11.

Dans la première étude, nous avons demandé aux participants d'effectuer des prélèvements de salive à domicile pendant deux jours, six fois par jour, afin de pouvoir mesurer le niveau de **cortisol**, une « hormone du stress », qui peut nous donner des indications sur le niveau de stress. Nous avons également examiné l'exposition à des **événements de vie stressants** au cours des 12 derniers mois ainsi que l'utilisation de différentes **stratégies de coping** à l'aide de questionnaires. Nous avons aussi évalué la présence de **difficultés de santé mentale** à l'aide d'entretiens et de questionnaires.

Les résultats de cette étude montrent que:

- Les participants avec del22q11 ont des niveaux quotidiens et des profils diurnes de cortisol similaires à ceux des participants tout-venants.
- L'augmentation du niveau de cortisol durant la matinée (« *Cortisol Awakening Response* ») est associée aux difficultés de santé mentales chez les participants avec del22q11.
- Les participants avec del22q11 avaient tendance à utiliser des stratégies de coping généralement moins adaptatives que les participants tout-venants. L'utilisation de ces dernières est également associée à davantage de difficultés de santé mentale.



Vous voulez en savoir plus? L'article est disponible sur le lien suivant: <https://psyarxiv.com/>

LES STRATÉGIES DE COPING



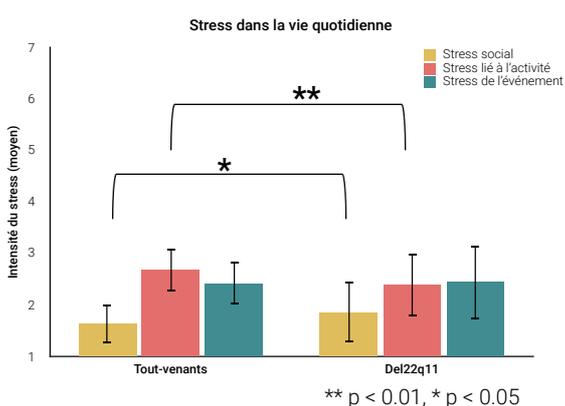
Les stratégies de coping peuvent être définies comme les stratégies de régulation émotionnelle utilisées pour faire face à une situation stressante ou désagréable.

Il existe des stratégies de coping adaptatives, comme par exemple la recherche de soutien social ou l'engagement dans une activité distrayante, mais aussi non adaptatives, comme par exemple la rumination ou la dramatisation.

Dans la seconde étude, nous avons étudié le **stress ressenti par les jeunes avec del22q11 dans la vie quotidienne** en utilisant la méthode d'échantillonnage des expériences (ESM). Les participants ont répondu à un questionnaire sur leur smartphone 8 fois par jour pendant 6 jours.

Nous avons investigué le stress dans différents contextes (**stress social** : stress lié aux interactions sociales, **stress lié à l'activité** réalisée et **stress en lien avec les événements vécus** : stress lié à des événements mineurs de la vie quotidienne). Nous avons également cherché à savoir si le stress pouvait augmenter les affects négatifs comme la tristesse et l'anxiété.

Nos résultats montrent que :



- Les participants avec del22q11 ont rapporté des niveaux de **stress social** plus élevés par rapport aux participants tout-venants.

- Ils ont signalé des niveaux plus faibles de **stress lié à l'activité**. En outre, ils ont rapporté faire moins d'activités liées au travail/à l'école et plus d'activités de loisirs.

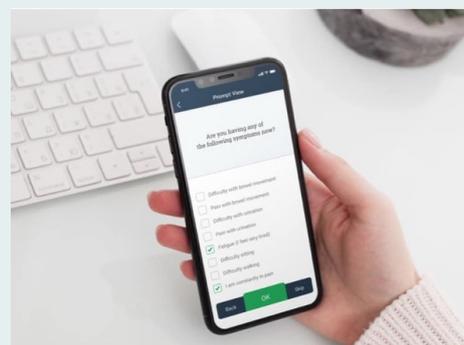
- Le stress dans tous les contextes était associé à une augmentation des affects négatifs, de la même manière chez les participants avec del22q11 et chez les personnes tout-venants.

Perspectives futures: La réduction des sources de stress et une meilleure adaptation aux situations stressantes (par exemple en utilisant des stratégies de coping plus adaptatives) sont importantes pour réduire les affects négatifs dans la vie quotidienne ainsi que les difficultés de santé mentale chez les jeunes avec del22q11. Nous prévoyons d'examiner les mêmes questions de recherche dans notre échantillons de participants avec TSA.

MÉTHODE D'ÉCHANTILLONNAGE DES EXPÉRIENCES (ESM)

La méthode d'échantillonnage des expériences (ESM) est une technique de journal structuré qui recueille des informations dans le contexte de la vie quotidienne.

Les participants peuvent ainsi rapporter leurs humeurs, pensées et expériences au cours de la journée sur une application mobile. Cette technique reflète la vie quotidienne car elle permet plusieurs évaluations par jour rendant ainsi compte de la fluctuation des ressentis. De plus, les données sont collectées dans l'environnement réel des personnes et non dans un contexte de laboratoire. (Myin-Germeys et al., 2009; 2018).



2. Compétences sociales

Les **compétences sociales** nous servent à percevoir et interpréter les signes sociaux et sont indispensables au bon fonctionnement dans la société. Nous les utilisons tous les jours, c'est pourquoi nous avons décidé de nous y intéresser de plus près. Lors d'une conversation réciproque, ou lorsque nous voulons témoigner de l'empathie à quelqu'un, nous utilisons nos compétences sociales. Il existe

JEUX DE RÔLES

Les jeux de rôles sont des situations simulées dans lesquelles les comportements verbaux et non-verbaux peuvent être observés par le biais d'une observation directe et systématique. Ils reflètent ainsi les situations de la vie réelle et donnent un aperçu des compétences sociales des individus (Norton et al., 2010).

Nous filmons nos participants durant des jeux de rôle afin de pouvoir ensuite évaluer plusieurs comportements sur la base de ces vidéos. Le visionnage et la cotation de ces vidéos prenant beaucoup de temps. Aussi, nous tenons à remercier Emilie, Stéphanie et Océane, étudiantes de Bachelor et de Master en psychologie, pour leur contribution à ce travail!

plusieurs méthodes pour les mesurer, par exemple les jeux de rôle. Dans cette étude, nous avons placé nos participants (tout-venant, del22q11 et TSA) dans des situations fictives reflétant la vie quotidienne.

Dans un premier jeu de rôle, il s'agissait de **faire la connaissance d'un nouveau voisin**, et dans un second de **récupérer un cahier d'histoire prêté à un camarade** (adaptation de l'outil SSPA; Patterson et al., 2001). Nos résultats montrent que:

- Les participants tout-venants ont des compétences sociales significativement supérieures aux participants avec del22q11 et avec TSA.
- Les participants avec del22q11 et avec TSA ont des compétences sociales globalement comparables. Les participants avec TSA présentent toutefois plus d'**inadéquation sociale** (par ex. remarques trop familières) et les personnes avec del22q11 une **fluence verbale** altérée (par ex. longues pauses).

- Bien que les participants avec del22q11 et avec TSA aient des scores supérieurs d'**anxiété sociale**, cette dernière n'est pas en lien avec la performance lors des jeux de rôle.

Perspectives futures: les performances des participants avec del22q11 et avec TSA étant cliniquement différentes, il serait intéressant de développer un outil d'évaluation permettant de mettre en avant les subtilités de chaque profil afin d'affiner les cibles thérapeutiques.

Pour aller plus loin: notre équipe a contribué à une série de cours en ligne (MOOC) sur l'autisme disponibles gratuitement sur la plateforme [coursera.org](https://www.coursera.org), « Troubles du spectre de l'autisme: diagnostic », « Troubles du spectre de l'autisme: interventions », « Troubles du Spectre de l'autisme: biologie et neurosciences ».

"La différence est une richesse, la tolérance est une sagesse." Inconnu

CE PROJET, C'EST GRÂCE À VOUS !

Un immense merci à toutes les familles ayant participé à cette recherche. Nous espérons que cette newsletter répondra à certaines de vos questions et nous réjouissons de vous faire part de nos prochaines avancées.

Nous sommes toujours à la recherche de nouvelles familles volontaires pour participer à ce projet. N'hésitez pas à transmettre nos coordonnées à toute personne intéressée!

L'équipe de *Psychologie Clinique des Situations de Handicap*

