

Inventaire des particularités autistiques

Ce questionnaire d'exploration décrit les particularités autistiques de l'adulte et ce qu'elles coûtent au quotidien : communication, codes sociaux, sensorialité, besoin de prévisibilité, intérêts intenses, camouflage, surcharge et épuisement. Il aide à préparer l'entretien lorsqu'une évaluation d'un trouble du spectre de l'autisme est envisagée, et à repérer les situations à aménager chez une personne déjà diagnostiquée.

Nombre de questions	28 questions
Durée estimée	7 minutes
Langue	Français
Nom original	Autistic Characteristics Inventory
Public cible	Adulte
Catégorie	TSA

Aperçu des 28 questions

Dans la vie de tous les jours, à quelle fréquence est-ce vrai pour vous ?

Je découvre après coup qu'une phrase voulait dire autre chose que ce que j'avais compris (ironie, sous-entendu, reproche voilé).

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Dans la vie de tous les jours, à quelle fréquence est-ce vrai pour vous ?

J'ai du mal à saisir les règles non dites d'un groupe (au travail, en famille, entre amis).

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Dans la vie de tous les jours, à quelle fréquence est-ce vrai pour vous ?

Le bruit d'un lieu animé (restaurant, magasin, bureau partagé) me pousse à partir ou à m'isoler.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Dans la vie de tous les jours, à quelle fréquence est-ce vrai pour vous ?

Un changement de programme imprévu (rendez-vous déplacé, trajet modifié) me déstabilise fortement.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Dans la vie de tous les jours, à quelle fréquence est-ce vrai pour vous ?

Quand je me plonge dans un sujet qui me passionne, j'oublie de manger, de dormir ou de faire une pause.

Jamais | Rarement | Parfois | Souvent | Très souvent

Faites passer vos questionnaires en ligne

Envoyez un lien à votre patient : il répond depuis son téléphone ou son ordinateur, et vous recevez les résultats cotés par email.

Voir le questionnaire sur mentaal.org ›

Cotations & interprétations

Cotation

Chaque affirmation est cotée de 0 (jamais) à 4 (très souvent) selon sa fréquence dans la vie de tous les jours. Chaque domaine réunit 4 affirmations réparties dans le questionnaire, soit un score de 0 à 16.

Lecture du profil

Il n'y a pas de score global : les domaines sont classés du plus au moins marqué, chacun avec ce qu'il recouvre et les points à explorer en entretien. Les domaines se lisent en deux temps : les particularités elles-mêmes (communication, codes sociaux, sensorialité, routines, intérêts), puis ce qu'elles coûtent à la personne (camouflage, surcharge et épuisement). Un camouflage et une surcharge marqués orientent vers les aménagements du quotidien et les temps de récupération, quel que soit le diagnostic.

Points de vigilance

Une anxiété sociale, un vécu traumatique, un trouble de l'attention ou une dépression peuvent produire un profil proche ; le diagnostic de trouble du spectre de l'autisme repose sur une évaluation spécialisée qui retrace le développement depuis l'enfance. Le questionnaire n'explore pas les idées suicidaires, qui peuvent accompagner un burn-out autistique : elles sont à rechercher en entretien, en particulier lorsque le domaine « Surcharge et épuisement » est marqué.

Limites

Ce questionnaire d'exploration n'a pas fait l'objet d'une validation psychométrique et ne comporte pas de seuils. Il soutient l'entretien clinique et ne pose pas de diagnostic.

Exemple de cotation

Cotation

Codes sociaux et relations	9 / 16

Règles implicites des groupes, incertitude sur la nature des liens, difficulté à entretenir les amitiés, vulnérabilité aux abus de confiance.

À explorer : les relations actuelles (amitiés, couple, travail), les expériences de rejet, de moquerie ou de manipulation, ce que la personne attend des relations.

Pour approfondir : SRS-2.

Routines et prévisibilité 9 / 16

Besoin de prévisibilité, habitudes rassurantes, coût des imprévus et des transitions d'une activité à l'autre.

À explorer : les habitudes qui rassurent, les imprévus les plus déstabilisants, ce qui aide (planning, annonce à l'avance), la part d'anxiété associée.

Communication et conversation 8 / 16

Compréhension de l'implicite et de l'ironie, effort demandé par les conversations sans but précis ou à plusieurs, malentendus.

À explorer : les situations de communication les plus coûteuses (téléphone, réunions, échanges informels), les malentendus récents, ce qui aide (écrit, demandes explicites).

Pour approfondir : SRS-2, RAADS-R.

Sensorialité 8 / 16

Sensibilité aux bruits, aux lumières, aux odeurs et aux textures, et perception tardive des signaux du corps (faim, soif, froid).

À explorer : les sens concernés, les lieux évités, les aménagements déjà en place (casque, lunettes teintées, vêtements choisis), la perception de la douleur et de la fatigue.

Pour approfondir : GSQ.

Intérêts intenses 8 / 16

Centres d'intérêt intenses et absorbants, sources de plaisir et d'expertise, qui peuvent passer avant les besoins du corps et les obligations.

À explorer : les intérêts actuels et passés, ce qu'ils apportent (plaisir, apaisement, compétence), la place qu'ils prennent dans la journée et dans les relations.

Camouflage 6 / 16

Efforts pour cacher ou compenser ses particularités devant les autres : gestes apaisants retenus, contact visuel forcé, intérêts tus, réactions de façade.

À explorer : les situations où la personne se cache le plus (travail, famille, nouvelles rencontres), l'énergie que cela lui coûte, les lieux et les personnes avec qui elle peut être elle-même.

Pour approfondir : CAT-Q.

Surcharge et épuisement 5 / 16

Besoin de récupérer après les interactions, moments de saturation (figement, perte de contrôle) et épuisement qui gagne les gestes du quotidien, comme dans le burn-out autistique.

À explorer : les signes qui annoncent la saturation, les épisodes de figement ou de crise et leurs déclencheurs, une période d'épuisement prolongé et ce qui l'a provoquée, les moyens de récupérer.

Aucun seuil clinique ni psychométrique validé n'est actuellement établi pour ce test. Les résultats doivent donc être considérés comme des indicateurs exploratoires, destinés à soutenir l'entretien clinique, et non comme des éléments diagnostiques.

Vous êtes psychologue ?

Avec Mentaal, disposez d'informations pertinentes pour accompagner vos patients.

- Tests standardisés
- Cotation automatique
- Résultats reçus par e-mail

Essayer gratuitement

Voir tous les questionnaires

★★★★★

“Sceptique au départ, je ne peux finalement plus me passer de cet outil dans ma pratique.”

Elodie C. - Psychologue TCC