

AUTISME CANADA

LES MOTS COMPTENT

UN GUIDE COLLABORATIF SUR LE LANGAGE ET LA COMMUNICATION EN CONTEXTE
D'AUTISME



LES MOTS COMPTENT



LES MOTS COMPTENT

UN GUIDE COLLABORATIF SUR LE LANGAGE ET LA COMMUNICATION EN CONTEXTE D'AUTISME

SEPTEMBRE 2016 / ÉDITION RÉVISÉE AVRIL 2025

© 2025 Autisme Canada. Tous droits réservés.

REMERCIEMENTS SPÉCIAUX À TOUT·E·S CELLES ET CEUX QUI ONT CONTRIBUÉ À CE DOCUMENT :

JACKIE MCMILLAN, Kitchener (Ontario), édition 2016

JESSICA PIGEAU, Edmonton (Alberta), édition 2016

COMITÉ CONSULTATIF TSA D'AUTISME CANADA, édition 2016

AMBASSADEUR·RICE·S D'AUTISME CANADA, édition 2021

autismcanada.org | info@autismcanada.org

RÉFÉRENCE SUR L'ÉCRITURE ET LA LINGUISTIQUE INCLUSIVE :

Principes pour une rédaction épicène et inclusive – Gouvernement du Canada

<https://www.noslangues-ourlanguages.gc.ca/fr/cles-de-la-redaction/ecriture-inclusive-lignes-directrices-ressources>

LES MOTS COMPENT



LANGAGE ET COMMUNICATION COLLABORATIFS DANS LE CONTEXTE DE L'AUTISME

Autisme Canada est un organisme national qui s'engage à favoriser la collaboration entre les nombreux groupes concerné·e·s, tant personnellement que professionnellement, par les conversations entourant l'autisme. Chacun·e possède ses propres perspectives et façons d'en parler. La richesse et la complexité de ces échanges peuvent rendre le dialogue difficile, mais leur importance exige que nous reconnaissions à la fois le besoin de clarté et celui de sensibilité envers les points de vue des un·e·s et des autres. C'est pourquoi il est nécessaire de créer un langage commun qui permette un discours productif, bienveillant et respectueux de toutes les personnes concernées. Nous expliquons ici les principes ayant guidé notre choix de langage, soit la nuance, l'humanisation et l'empathie.

L'autisme est une réalité complexe, croisant de nombreuses autres questions comme la santé, le bien-être, l'éducation, l'emploi, l'acceptation et l'identité. Il est donc essentiel d'éviter les récits simplistes, qu'ils soient positifs ou négatifs. Présenter les efforts visant à comprendre l'autisme et à améliorer la vie des personnes concernées comme une « guerre contre l'autisme » donne à l'autisme le rôle d'un ennemi. Pourtant, pour de nombreuses personnes, il fait partie de leur vie, de leur famille, parfois source de joie, parfois de défis, mais reste une composante fondamentale de leur être. Parallèlement, plusieurs personnes sur le spectre rencontrent des difficultés importantes au quotidien, ce qui ne doit pas être ignoré ni minimisé. Il est crucial de reconnaître à la fois la variabilité de l'autisme et la complexité de notre rapport à celui-ci.

Il importe aussi de considérer le contexte dans lequel nous nous exprimons. Les débats sur l'usage de formulations centrées sur la personne (« personne autiste » vs « personne avec autisme ») sont nombreux, mais ce qui compte au final est de reconnaître pleinement la personne. Une personne autiste pourrait dire, « Je suis autiste », car son humanité est implicite. De même, certains termes médicaux comme « trouble du développement » ou « comorbidité », bien que valides dans un contexte médical, sont souvent associés à des stigmates dans un usage général. Nous recommandons donc de réduire leur emploi dans les communications destinées au grand public.

Le langage est vivant, façonné par la communauté qui l'utilise. Nous nous attendons à ce que les discussions sur la création d'un langage inclusif, respectueux et bénéfique pour tout·e·s se poursuivent et évoluent avec le temps.

LES MOTS COMPENT

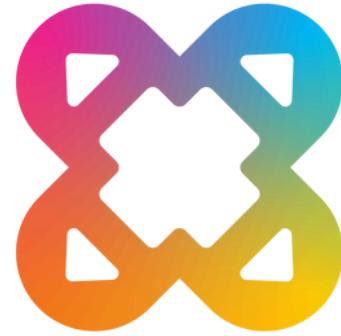


LE LANGAGE JOUE UN RÔLE IMPORTANT DANS LA FORMATION DES PERCEPTIONS SOCIALES.

Les mots et le langage sont des outils puissants par lesquels une personne peut exprimer des idées, qu'elles soient abstraites, concrètes ou orientées vers l'action. Le langage et les significations que nous attribuons aux mots influencent, façonnent, développent et transforment profondément les attitudes que nous avons envers les sujets abordés. Modifier une expression, même si elle conserve le même sens littéral, change les connotations subtiles et les nuances du discours, et communique ainsi un sens et un contexte différents de ceux de la formulation d'origine.

La théorie à l'origine du langage centré sur la personne repose sur l'idée qu'il place la personne avant le handicap ou la condition, et qu'il met en valeur la dignité et la valeur de cette personne en la reconnaissant d'abord comme une personne, et non comme une condition.

LES MOTS COMPENT



<i>Langage à éviter</i>	<i>Langage recommandé</i>	<i>Justification</i>
Se remettre, guérir, réparer, soigner, souffre d'autisme, incurable, maladie	Améliorer la qualité de vie, favoriser l'intégration sociale, répondre aux besoins de santé, accéder à des soutiens, condition à vie	On répare ce qui est brisé. On soigne ce qui est malade. Ce genre de langage convient à une fracture ou à une maladie, mais pas à une réalité complexe dont la « prise en charge » consiste surtout à développer des compétences, éliminer des obstacles, offrir des possibilités et répondre aux besoins connexes.
Souffre d'autisme, a l'autisme	Est sur le spectre de l'autisme	Dire que quelqu'un « souffre d'autisme » ou « a l'autisme » véhicule l'idée que l'autisme est forcément négatif. Une formulation plus neutre est préférable.
Rien ne peut être fait, il n'y a rien que tu puisses faire.	Des soutiens existent, il y a des options, renforcer l'autonomie, améliorer la santé	Il est rare que rien ne puisse être fait. Les soutiens offerts aux personnes sur le spectre et à leurs familles se sont considérablement améliorés au cours des dernières décennies.

LES MOTS COMPENT



Langage à éviter	Langage recommandé	Justification
Guerre contre l'autisme, éliminer, éradiquer	Améliorer les résultats, adapter l'environnement, appuyer les familles et les personnes en éliminant les obstacles	Le modèle social du handicap affirme que les limitations d'une personne sont souvent causées par son environnement et les obstacles sociaux, et non par sa condition elle-même.
Lent·e, simple, « spécial·e », faible fonctionnement, handicapé·e, anormal·e	Pense ou comprend différemment, neurodivergent·e, point de vue unique, personne sur le spectre de l'autisme	Des termes comme « lent·e » ou « simple » sont inexacts. Il existe plusieurs formes d'intelligence. L'intelligence ne devrait pas être jugée selon les capacités de communication ou d'interaction sociale. Pour plusieurs, les étiquettes sur le fonctionnement sont inappropriées.
Ne peut pas communiquer, muet·te, souffre de mutisme	Utilise un dispositif pour communiquer, ne peut pas s'exprimer verbalement, non verbal·e, non parlant·e	La communication ne se limite pas à la parole. Le langage corporel, la langue des signes, et l'écriture sont aussi des formes de communication.

LES MOTS COMPENT



Langage à éviter	Langage recommandé	Justification
<p>« Quel est ton talent caché ? »</p> <p>« Es-tu un·e génie / savant.e ? »</p> <p>« Quel est ton superpouvoir ? »</p>	<p>« Qu'est-ce qui t'apporte du réconfort ? »</p> <p>« Qu'est-ce qui te rend heureux·se ? »</p>	<p>Toutes les personnes sur le spectre ne sont pas des prodiges, mais tout le monde a des intérêts qui leur apportent du bien-être.</p> <p>Si certaines personnes développent des compétences remarquables, c'est souvent parce que ces activités leur procurent beaucoup de joie et de réconfort.</p>
<p>« Tu as l'air normal·e »</p> <p>« Tu n'as pas l'air autiste »</p> <p>« On ne dirait pas que tu es autiste »</p>	<p>« Y a-t-il quelque chose que je devrais savoir pour te faciliter les choses ? »,</p> <p>« Comment puis-je aider ? »</p>	<p>Il n'y a pas une seule façon d'être autiste. Des affirmations comme « Tu n'as pas l'air autiste » peuvent invalider ou remettre en question l'identité d'une personne autiste, et sous-entendre qu'elle ne mérite peut-être pas les soutiens qu'elle reçoit.</p>
<p>« Comportement inacceptable »</p> <p>« Tiens-toi bien »</p> <p>« Contrôle ton enfant »</p> <p>« Qu'est-ce qui ne va pas avec ton enfant ? »</p>	<p>« Je ne comprends pas ce que tu essaies de me dire, peux-tu m'expliquer ? »</p> <p>« As-tu besoin d'aide ? »</p> <p>Soyez patient·e et sans jugement.</p>	<p>Ce que l'on appelle parfois un comportement « perturbateur » est souvent une façon d'exprimer du stress, de la douleur ou de l'excitation — ou une manière de composer avec une situation stressante. L'empathie est toujours préférable au jugement.</p>

LES MOTS COMPENT

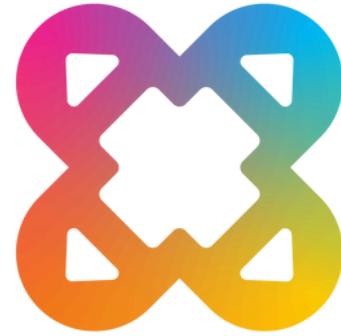


<i>Langage à éviter</i>	<i>Langage recommandé</i>	<i>Justification</i>
Co-morbidité (sauf dans un contexte médical ou diagnostique)	Troubles concomitants, diagnostic double	Le terme « comorbidité » est exact dans un cadre médical. Toutefois, pour le grand public, le mot « morbide » évoque quelque chose de grave ou effrayant. L'expression « troubles concomitants » est plus accessible et neutre.
Retard de développement, défis neurodéveloppementaux, trouble neurologique (sauf dans un contexte médical ou diagnostique)	Neurodivergent·e, sur le spectre de l'autisme, sur le spectre	Les formulations médicales longues et complexes peuvent paraître très graves ou alarmantes, même si elles sont techniquement exactes. Le langage inclusif et accessible favorise une meilleure compréhension et réduit la stigmatisation.

CLARTÉ DU LANGAGE

<i>Terminologie</i>	<i>Exemple d'utilisation appropriée</i>	<i>Exemple d'utilisation à éviter</i>
<p>NEURODIVERS : Un groupe est considéré comme neurodivers lorsque plusieurs façons de fonctionner sur le plan neurocognitif y sont représentées, c'est-à-dire lorsque certain·e·s membres du groupe ont un fonctionnement neurologique sensiblement différent de celui des autres.</p>	<p><i>L'humanité est une espèce neurodivers, riche en modes de fonctionnement neurologique variés.</i></p> <p><i>Les élèves dans cette classe présentent une diversité de profils neurocognitifs, ce qui en fait un groupe neurodivers.</i></p>	<p><i>Une équipe véritablement neurodivers regroupe des personnes dont les façons de penser, d'apprendre et de traiter l'information sont variées et complémentaires.</i></p>

LES MOTE COMPENT



Terminologie	Exemple d'utilisation appropriée	Exemple d'utilisation à éviter
<p>Autrement dit, un groupe est qualifié de neurodivers lorsqu'il rassemble plusieurs styles de fonctionnement neurocognitif.</p>	<p>Cette version évite l'ambiguïté du mot « groupe » et respecte la distinction essentielle : les individus sont neurodivergent·e·s, les groupes sont neurodivers.</p>	<p><i>“Mon enfant est neurodivers et a besoin de soutiens particuliers à l'école.”</i></p> <p>Cette phrase est incorrecte parce que « neurodivers » s'applique à un groupe, pas à un individu. Le mot approprié ici serait neurodivergent·e.</p>
<p>NEURODIVERSITÉ : La neurodiversité désigne la diversité des cerveaux humains, c'est-à-dire l'infinie variation des modes de fonctionnement neurocognitif au sein de notre espèce.</p>	<p><i>Notre école propose plusieurs stratégies d'apprentissage afin de tenir compte de la neurodiversité de notre communauté étudiante.</i></p>	<p><i>“Ma neurodiversité rend l'école difficile pour moi.”</i></p> <p>Le terme juste ici serait neurodivergence plutôt que neurodiversité, puisque les groupes sont divers, alors que les individus divergent.</p>
<p>NEURODIVERGENT·E (ou ND) : Le terme, parfois abrégé en ND, désigne un fonctionnement cérébral qui s'écarte de manière significative des standards sociaux dominants de ce qui est considéré comme « normal ».</p>	<p><i>“Notre école vise à être inclusive envers les élèves qui sont sur le spectre de l'autisme, dyslexiques ou autrement neurodivergent·e·s, bien qu'il existe certains types de neurodivergence pour lesquels nous cherchons encore des façons de nous adapter.”</i></p> <p>Ou</p> <p><i>“Ce groupe Facebook s'adresse aux personnes qui sont à la fois ND (neurodivergent·e·s) et membres de la communauté LGBTQ+ ainsi que d'autres personnes neurodivergentes.”</i></p>	<p><i>“Ce groupe accueille des personnes sur le spectre ainsi que d'autres personnes neurodiverses.”</i></p> <p>Il n'existe pas de « personne neurodiverse ». Le terme approprié serait :</p> <p><i>“Ce groupe accueille des personnes sur le spectre, des membres de la communauté LGBTQ+ ainsi que d'autres personnes neurodivergentes.”</i></p>

LES MOTS COMPENT



CLARTÉ DU LANGAGE

Terminologie	Exemple d'utilisation appropriée	Exemple d'utilisation à éviter
<p>NEURODIVERGENCE : (l'état d'être neurodivergent·e) peut être en grande partie ou entièrement génétique. Elle peut aussi résulter en grande partie ou entièrement d'une expérience ayant modifié le fonctionnement du cerveau, ou d'une combinaison des deux. L'autisme et la dyslexie sont des exemples de formes innées de neurodivergence.</p>	<p><i>“La neurodivergence de Sam, qui vit avec la dyslexie et l'autisme, influence sa façon unique de percevoir le monde et d'interagir avec les autres. L'environnement scolaire s'adapte pour répondre à ses besoins et valoriser ses forces.”</i></p>	<p><i>“La neurodivergence de cette personne la rend inapte à travailler en équipe.”</i></p> <p>Pourquoi c'est problématique : Cette affirmation véhicule une vision stigmatisante et réductrice des personnes neurodivergentes, en niant la diversité de leurs besoins et styles de fonctionnement, ce qui va à l'encontre d'une approche véritablement inclusive.</p>
<p>NEUROTIQUE, ou NT : Souvent abrégé par NT, le terme neurotypique désigne un mode de fonctionnement neurocognitif qui s'inscrit dans les normes sociétales dominantes dites « normales ». Le terme neurotypique est l'opposé de neurodivergent, mais non pas l'opposé de personne autiste. L'autisme est seulement une des nombreuses formes de neurodivergence, ce qui signifie que de nombreuses personnes ne sont ni neurotypiques ni autistes.</p>	<p><i>“Ma sœur est neurotypique, mais après avoir grandi avec un parent et un frère sur le spectre, elle est tout à fait à l'aise avec la neurodivergence des autres.”</i></p>	<p><i>« Est-ce que ton fils est normal ou neurotypique ? »</i></p> <p><i>« Est-ce qu'il est sur le spectre ou neurotypique ? »</i></p> <p><i>« Tu peux me dire si ton enfant est neurotypique avant qu'on planifie l'activité ? »</i></p> <p><i>« Tu dois être neurotypique, tu parles tellement bien ! »</i></p> <p><i>« Est-ce qu'il est neurotypique ou est-ce qu'il a un problème ? »</i></p> <p><i>« Tu veux dire qu'elle n'est pas neurotypique ? Oh... »</i></p>

LES MOTS COMPENT



CLARTÉ DU LANGAGE

LA CLARTÉ DU LANGAGE FAVORISE LA CLARTÉ DE LA COMPRÉHENSION.

NEURODIVERSITÉ

Ce que cela signifie :

La neurodiversité désigne la diversité des esprits humains, soit la variation infinie du fonctionnement neurocognitif au sein de notre espèce.

Ce que cela ne signifie pas :

La neurodiversité est un fait biologique. Ce n'est pas une perspective, une approche, une croyance, une position politique ou un paradigme. Elle ne s'applique pas à une personne seule.

La neurodiversité n'est pas un trait que possède une personne. La diversité est une caractéristique d'un groupe, non d'un individu. Lorsqu'une personne s'éloigne des normes sociétales dominantes du fonctionnement neurocognitif « normal », iel ne « possède pas la neurodiversité » — iel est neurodivergent·e (voir ci-dessous).

Exemple d'utilisation correcte :

« *Notre école propose plusieurs stratégies d'apprentissage afin de tenir compte de la neurodiversité de notre population étudiante.* »

Exemple d'utilisation incorrecte :

« *Ma neurodiversité rend l'école difficile à gérer pour moi.* »

Le mot juste ici serait neurodivergence, et non neurodiversité. Les groupes sont diversifiés ; les personnes divergent.

NEURODIVERGENT·E, ou ND (et NEURODIVERGENCE)

Ce que cela signifie :

Neurodivergent·e, parfois abrégé·e ND, désigne une personne dont le cerveau fonctionne de manière significativement différente des normes sociétales dominantes du fonctionnement « normal ».

LES MOTS COMPENT



CLARTÉ DU LANGAGE

NEURODIVERGENCE

(L'état d'être neurodivergent·e) peut être en grande partie ou entièrement génétique. Elle peut aussi découler en grande partie ou entièrement d'expériences qui modifient le fonctionnement du cerveau, ou d'une combinaison des deux. L'autisme et la dyslexie sont des exemples de formes innées de neurodivergence.

Exemples d'utilisation correcte :

« Notre école vise à être *inclusive* envers les élèves autistes, dyslexiques ou autrement neurodivergent·e·s, bien que nous cherchions encore des façons de répondre à certains types de neurodivergence. »

ou

« Ce groupe Facebook s'adresse aux personnes qui s'identifient comme queer et ND (neurodivergent·e·s). »

Exemples d'utilisation incorrecte :

« Ce groupe accueille les personnes sur le spectre de l'autisme et d'autres personnes neurodiverses. » Il n'existe pas de "personne neurodiverse".

La formulation correcte serait :

« Ce groupe accueille les personnes sur le spectre de l'autisme et d'autres personnes neurodivergent·e·s. »

NEUROTIPIQUE, ou NT

Ce que cela signifie :

Neurotypique, souvent abrégé NT, désigne un mode de fonctionnement neurocognitif qui correspond aux normes sociétales dominantes dites « normales ».

Le mot neurotypique peut être utilisé comme adjectif (« Iel est neurotypique ») ou comme nom (« C'est un·e neurotypique »). Neurotypique est l'opposé de neurodivergent·e. La neurotypicité est l'état à partir duquel les personnes neurodivergentes divergent.

Ce que cela ne signifie pas :

Neurotypique n'est pas synonyme de non autiste.

LES MOTS COMPENT



CLARTÉ DU LANGAGE

NEUROTIPIQUE

Neurotypique est l'opposé de neurodivergent·e, mais pas l'opposé de personne autiste. L'autisme n'est qu'une des nombreuses formes de neurodivergence. Ainsi, plusieurs personnes ne sont ni neurotypiques ni autistes — par exemple, une personne dyslexique ou vivant avec la trisomie 21.

Exemple d'utilisation correcte :

« Mon amie est neurotypique, mais après avoir grandi avec un parent et un frère sur le spectre, elle est très à l'aise avec la neurodivergence des autres. »

Exemple d'utilisation incorrecte :

« Est-ce que ta fille est autiste ou neurotypique ? »

Cette question est mal formulée, car elle suppose une dichotomie trop simple. La fille en question pourrait ne pas être autiste, sans pour autant être neurotypique — elle pourrait, par exemple, être dyslexique ou vivre avec la trisomie 21.

NEURODIVERS

Neurodivers est un adjectif collectif qui qualifie un groupe composé de personnes ayant des styles neurocognitifs variés. Un groupe est dit neurodivers lorsqu'il comprend à la fois des personnes neurotypiques et des personnes neurodivergentes (par exemple : autisme, TDAH, dyslexie, etc.).

À ne pas confondre avec :

Neurodivergent·e (qui s'applique à une personne)

Neurodiversité (qui désigne un concept ou une réalité biologique)

Exemple d'utilisation correcte :

« Le conseil étudiant est neurodivers : il regroupe des élèves ayant différents styles d'apprentissage et de traitement de l'information. »

À éviter :

« C'est une personne neurodiverse. »

(Il faudrait dire : C'est une personne neurodivergente.)

LES MOTS COMPENT



CLARTÉ DU LANGAGE

Un·e individu·e peut diverger, mais ne peut pas être divers·e. La diversité est une caractéristique propre aux groupes, pas aux individus. Cela fait partie intégrante du sens même du mot divers. Les groupes sont diversifiés ; les individus divergent.

De plus, neurodivers ne signifie pas « non neurotypique ».

L'opposé de neurotypique est neurodivergent·e, pas neurodivers.

L'humanité est neurodiverse, tout comme elle est diversifiée sur les plans racial, ethnique et culturel. Par définition, aucun être humain n'est en dehors du spectre de la neurodiversité humaine, tout comme personne n'est en dehors de la diversité raciale, ethnique ou culturelle humaine.

Exemples d'utilisation correcte :

« Ce groupe est ouvert aux personnes neurotypiques et aux personnes neurodivergentes. »

« Nous, les humain·e·s, sommes une espèce neurodiverse. »

« Les élèves de cette classe sont neurodivers. »

« Ma famille neurodiverse comprend trois personnes neurotypiques, deux personnes sur le spectre, et une personne bipolaire et dyslexique. »

Exemples d'utilisation incorrecte :

« Ce groupe accueille les personnes sur le spectre et d'autres personnes neurodiverses. »

Il n'existe pas de « personne neurodiverse ».

La bonne formulation :

« Ce groupe accueille les personnes sur le spectre et d'autres personnes neurodivergentes. »

Ex. 2

« Ce groupe est ouvert aux personnes neurotypiques et aux personnes neurodiverses. »

Le mot neurodiverse est ici mal utilisé pour désigner des individus.

Il faudrait dire :

« Ce groupe est ouvert aux personnes neurotypiques et aux personnes neurodivergentes. »

LES MOTS COMPENT



PAGE DE RESSOURCES

TRADUCTION INCLUSIVE DU DOCUMENT LES MOTS COMPENT

RÉFÉRENCES PRINCIPALES UTILISÉES :

1. Guide de rédaction inclusive du gouvernement du Canada

Titre : Principes de rédaction inclusive en français

Organisation : Nos langues – Ressources officielles du gouvernement du Canada

Lien: <https://www.noslangues-ourlanguages.gc.ca/fr/ressources-resources/ecriture-inclusive-writing/principes-francais-guidelines-french-eng>

Citation : *Nos langues – Principes de rédaction inclusive en français*, Gouvernement du Canada.

2. Banque de dépannage linguistique – Office québécois de la langue française (BDL – OQLF)

Section consultée : Liste de termes épiciènes ou neutres

Lien : <https://vitrinelinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/25465/banque-de-depannage-linguistique/la-redaction-et-la-communication/feminisation-et-redaction-epicene/redaction-epicene/designations-neutres/liste-de-termes-epicenes-ou-neutres>

Citation : *Office québécois de la langue française, Banque de dépannage linguistique, section sur la rédaction épicène*.

3. Wikipédia – Page sur le langage épicène

Titre : Langage épicène

Lien : https://fr.wikipedia.org/wiki/Wikip%C3%A9dia:%C3%89criture_%C3%A9pic%C3%A8ne

Citation : *Wikipédia, article « Langage épicène », consulté pour les pratiques et concepts terminologiques de base*.

4. Guide de grammaire inclusive – Divergenres

Titre : Règles de grammaire neutre et inclusive

Organisation : Divergenres

Date : 2021

Lieu : Québec

Lien (PDF) : <https://divergenres.org/wp-content/uploads/2021/04/guide-grammaireinclusive-final.pdf>

Citation : *Règles de grammaire neutre et inclusive, Divergenres, 2021, Québec*.