Elsa Brais-Dussault, D.Psy.
Psychologue-chercheure, enseignante, formatrice

En date du 22 octobre 2026

Présentation de la formation

Titre : Des deux côtés de la neurodivergence : Être une personne intervenante neurodivergente : adapter sa pratique pour soi et les gens qu'on accompagne

Format : Deux journées de 3 heures (6 heures au total), incluant les pauses et les marges d'ajustement; jour 1 animé par une psychologue, jour 2 par une travailleuse sociale, selon le plan transmis.

Problématique

Les personnes intervenantes neurodivergentes exercent leur profession dans des environnements où les attentes de communication, de disponibilité, de régulation et d'organisation peuvent reposer sur des normes implicites. Le masquage, les exigences sensorielles et exécutives et les préjugés capacitistes peuvent influencer leur expérience professionnelle. Parallèlement, la qualité des services exige une lecture clinique sensible à la diversité des fonctionnements et aux contextes sociaux des personnes accompagnées. Une démarche neuroaffirmative invite à examiner simultanément les besoins de la personne intervenante et ceux de sa clientèle, sans réduire les difficultés à des déficits individuels.

Besoins

Développer un langage commun et nuancé sur la neurodivergence; mieux reconnaître ses propres besoins sensoriels, exécutifs et de régulation; identifier les effets du masquage et du capacitisme intériorisé; relier les expériences individuelles aux systèmes dans lesquels elles prennent place; transférer ces connaissances à l'intervention et coconstruire des adaptations concrètes et réalistes à double niveau.

Résumé de la formation

Cette formation de six heures propose une exploration de la neurodivergence vécue des deux côtés de la relation d'aide. La première journée, « Se comprendre », aborde les concepts fondamentaux, les profils neurodivergents, les fonctions exécutives, les particularités sensorielles, le masquage et le capacitisme intériorisé. Une activité d'observation privée soutient la réflexion entre les rencontres. La seconde journée, « Intervenir », met en relation cette réflexion avec une lecture écosystémique, la posture neuroaffirmative, des vignettes cliniques et des adaptations applicables à la pratique et aux milieux de travail. Les échanges et les exercices respectent le choix de divulguer ou non ses expériences personnelles.

@2026. Des deux côtés de la neurodivergence : Être une personne intervenante neurodivergente : adapter sa pratique pour soi et les gens qu'on accompagne. par Dre. Elsa Brais-Dussault, D.Psy. psychologue, et Anouk Brière-Godbout, T.S. travailleuse sociale. Tous droits réservés. Aucune reproduction autorisée.

Objectifs de formation

1. Distinguer les principaux concepts associés à la neurodiversité et reconnaître l'hétérogénéité et les cooccurrences des profils neurodivergents.
2. Identifier les facteurs sensoriels, exécutifs et de régulation susceptibles d'influencer sa pratique professionnelle.
3. Reconnaître des manifestations du masquage et du capacitisme intériorisé et les situer dans leurs contextes relationnels et systémiques.
4. Appliquer une posture neuroaffirmative à l'analyse d'une situation clinique en considérant les besoins, l'autonomie et l'expertise du vécu.
5. Proposer des adaptations concrètes pour la personne intervenante, la personne accompagnée et l'organisation des services.

Formatrices

Jour 1 : Dre. Elsa Brais-Dussault, D.Psy, psychologue. Jour 2 : Anouk Brière-Godbout, T.S., travailleuse sociale

Approche pédagogique

- Exposés théoriques et échanges guidés
- Cartographie réflexive de son fonctionnement et de ses besoins
- Carnet d'observation personnel et confidentiel, partage facultatif
- Activité d'analyse écosystémique et vignette clinique intégrative
- Discussion sur les adaptations à double niveau et engagement vers une action concrète
- Modalités d'accessibilité et d'autorégulation adaptées aux besoins du groupe

Ressources et modalités

Le plan prévoit un document de référence sur les profils neurodivergents et un carnet d'observation. La remise de supports, d'une bibliographie, d'une attestation et les modalités précises de participation seront à confirmer avec l'organisme.

Contenu du cours

Journée 1 — Se comprendre (3 h)

1. Accueil et cadre — 20 min

1.1 Présentation des objectifs des deux journées et recueil des attentes.

1.2 Cadre de sécurité, droit au choix des modalités d'adaptation et de participation.

1.3 Posture neuroaffirmative et reconnaissance de la diversité des profils et parcours professionnels.

2. Orientations du réseau — 15 min

2.1 Mandat de l'organisme et orientations du réseau.

2.2 Traduction de ces orientations dans les services offerts.

3. Langage commun et profils — 25 min

3.1 Neurodiversité, neurotypie, neurodivergence et capacitisme.

3.2 Survol des profils, cooccurrences et fonctionnements multi-neurodivergents.

@2026. Des deux côtés de la neurodivergence : Être une personne intervenante neurodivergente : adapter sa pratique pour soi et les gens qu'on accompagne. par Dre. Elsa Brais-Dussault, D.Psy. psychologue, et Anouk Brière-Godbout, T.S. travailleuse sociale. Tous droits réservés. Aucune reproduction autorisée.

3.3 Nuances relatives aux profils dits « deux fois exceptionnels » et aux étiquettes fonctionnelles; légitimité des besoins.
4. Comprendre son propre profil — 45 min
4.1 Système nerveux, fenêtre de tolérance et hyper/hypoactivation.
4.2 Huit systèmes sensoriels et modulation sensorielle.
4.3 Fonctions exécutives et activité de cartographie de son profil et de ses besoins d'adaptation.
Pause — 15 min
5. Masquage et capacitisme intériorisé — 40 min
5.1 Masquage choisi ou contraint et coûts cumulatifs.
5.2 Épuisement associé aux exigences d'adaptation; rôle possible de la honte et des jugements intériorisés.
5.3 Échange facultatif sur les stéréotypes de la neurodivergence appliqués à soi.
6. Clôture et carnet — 10 min
6.1 Synthèse des apprentissages et questions ouvertes.
6.2 Présentation du carnet d'observation privé entre les deux journées.
Marge d'ajustement pédagogique — 10 min
Entre les deux journées — Carnet d'observation
Noter en deux ou trois lignes un moment où un besoin a été minimisé, un comportement masqué ou un jugement sévère porté sur son propre fonctionnement. Aucun travail d'analyse immédiate n'est requis. Le carnet demeure personnel; tout partage est volontaire.

Journée 2 — Intervenir (3 h)
7. Retour sur la première journée — 15 min
7.1 Réactivation active des notions principales à partir des observations, sans obligation de dévoilement.
8. Capacitisme intériorisé : lecture écosystémique — 30 min
8.1 Identification des influences micro-, méso-, exo- et macrosystémiques.
8.2 Mise en contexte des jugements intériorisés et des attentes institutionnelles.
9. Transfert vers la pratique clinique — 35 min
9.1 Application des notions de régulation, de sensorialité, de fonctions exécutives et de masquage à la lecture clinique.
9.2 Vignette intégrative : profil, contexte, rôle de la personne intervenante et adaptations possibles.
10. Approche neuroaffirmative — 30 min
10.1 Se positionner : examiner les biais neuronormatifs et les rapports systémiques.
10.2 Comprendre le vécu : présomption de compétence et attention aux besoins exprimés.
10.3 Adapter l'intervention : coconstruction, autonomie et expertise du vécu.
Pause — 15 min
11. Adaptations concrètes à double niveau — 25 min
11.1 Ajustements possibles : horaires, communication multimodale, environnement sensoriel et charge de rencontres.
11.2 Discussion des pratiques déjà en place et des possibilités d'évolution des milieux.

@2026. Des deux côtés de la neurodivergence : Être une personne intervenante neurodivergente : adapter sa pratique pour soi et les gens qu'on accompagne. par Dre. Elsa Brais-Dussault, D.Psy. psychologue, et Anouk Brière-Godbout, T.S. travailleuse sociale. Tous droits réservés. Aucune reproduction autorisée.

12. Clôture et action dès demain — 15 min
12.1 Retour sur les attentes initiales et les apprentissages.
12.2 Identification d’une action concrète et rappel du principe : répondre aux besoins plutôt que chercher à changer la personne.
Marge d’ajustement pédagogique — 15 min

@2026. Des deux côtés de la neurodivergence : Être une personne intervenante neurodivergente : adapter sa pratique pour soi et les gens qu’on accompagne. par Dre. Elsa Brais-Dussault, D.Psy. psychologue, et Anouk Brière-Godbout, T.S. travailleuse sociale. Tous droits réservés. Aucune reproduction autorisée.