

Être asperger s'affronte mieux en étant préparé.

Le hasard est un sale petit ennemi.

ASPERGIRL 14 DÉCEMBRE 2016 [LES PARTICULARITÉS 0 COMMENTAIRE](#)



Le monde est si hirsute et imprévisible avec ses multiples **changements** mal ordonnés, pas question que je m'y balade sans prévoir. Plus les chemins qui s'ouvrent feront partie des possibilités envisagées mieux ce sera. À chaque fois que je pourrai emprunter une route déjà tracée, je serai plus confiante et calme. Puis ça, c'est positif.

Comment savourer si on est occupé à seulement gérer et classer les informations qui arrivent sans prévenir, qui nous attaquent de partout ? Comment être disponible si on a le sentiment de devoir avoir des yeux tout le tour de la tête de peur que ne se désintègre le calme temporaire ? Je ne vois qu'une seule et belle solution, prévoir et/ou connaître à l'avance une partie de la situation à vivre.

Intégrer un nouvel élément, des changements, à la vie déjà ordonnée

À chaque fois que je vais au local d'arts plastiques de ma fille, je suis fascinée par les objets, les textures, les couleurs, les boîtes emplies de matériaux, les odeurs, les taches... Ça fait des années que j'ai cette envie de me remettre à l'art. Ça mijote, c'est là, mais ça ne veut pas sortir.

J'ai peur. J'ai ce besoin d'avoir le précédent changement à ma vie tout à fait stabilisé avant d'en ajouter un autre. Même en ayant envie bien fort d'une chose, si je désire qu'elle se déroule correctement sans tout gâcher, je me dois d'être disponible et préparée. Sinon c'est comme recevoir le dessert en pleine face au lieu de le goûter, pas très délicieux, non.

Rien n'est parfait, ce n'est pas grave mais c'est comme ça...

Rien n'étant parfait, je suis devenue désagréablement nerveuse du fait que la personne devant moi avait un cheveu de coincé dans le complexe motif tridimensionnel et étourdissant de sa veste. Le tissu oscillait déjà telles des vagues hypnotiques, mais cet intrus brisant le mouvement est devenu obsessionnel, tellement que mes yeux se sont mis à me piquer et le nez à me chatouiller. C'est fou l'effet de la tête sur le corps. Pas grave, j'ai pu me sauver à la salle de bain pour reprendre mes esprits puisque j'étais tout près du bord.



À mon retour sur ma chaise, je me suis appliquée à essayer de me ramener au calme. Les mains sous mon manteau, je pouvais à l'aide de mes [super pinces magiques*](#) tenter de faire recoller les morceaux.

J'ai ensuite pianoté toutes mes séquences favorites sur mes doigts en comptant et recomptant tout ce qui pouvait former des équations agréables autour de moi, j'ai fait glisser mes mains tout près l'une de l'autre en les faisant se repousser par la chaleur, cet aimant inversé pour ne percevoir que l'électricité de proximité et tout ceci m'a maintenu dans un état assez stable, j'étais contente.

Si contente que j'ai décidé que si j'avais à prendre des cours d'arts, c'est ici que je pourrais me sentir apte.

Oui, j'étais prête, mais non sans préparation. Après quelques messages de questions auxquelles on me répondait un peu approximativement, j'ai supposé que le médium de communication écrit ne convenait pas à la personne, et donc je l'ai appelée.

À la minute à laquelle son facebook mentionnait que c'était ouvert, je faisais sonner, pleine d'espoir, parce que j'étais prête là, maintenant, enfin, et que j'avais un peu peur que ça ne fonctionne pas finalement.



- Bonjour, j'ai huit questions, est-ce que c'est un bon moment ?
- Oui. (allongé, fatigué et incertain)
- On ne dirait pas, vous êtes certaine ? Sinon je rappelle à un autre moment ? Quel moment serait mieux ?
- Non, non, c'est que vous êtes la première personne à qui je parle.

C'est parti...

- 1 – Si je suis débutante, très débutante, ça dérange ? Je ne connais rien à l'acrylique ?
- 2 – Quel est le fonctionnement et déroulement des cours, décrivez-moi.
- 3 – L'horaire, comment ça fonctionne exactement, il y a trois semaines de plus que de cours, on peut donc manquer des cours ?
- 4 – L'ambiance est comment, les gens, la manière dont ça se passe ?
- 5 – Comment est-ce que les sujets sont choisis, c'est libre, c'est vous qui les déterminez, comment on décide ce qu'on veut faire ?
- 6 – Il y a du bruit, de la musique, autre chose ? Je peux mettre mes écouteurs coupe-son ?
- 7 – Ça sent fort ? Les produits ? Les médiums utilisés par les gens et les produits nettoyants ? Le salon de coiffure à côté, ça sent ? C'est ouvert en même temps que vous le soir ?
- 8 – Au premier cours, ça se déroule de quelle manière ? Il y a quelque chose de différent ? vous demandez au gens de se présenter ? Il faut faire quoi que ce soit ?

J'aurais un commentaire pour conclure. Vous avez une faute de frappe dans votre facebook. Donc le lien internet vers votre page ne fonctionne pas. Vous allez le réparer ? Vous comprenez à quoi je fais allusion ?

Préparation mentale. Image préliminaire.

Il faut comprendre que je suis très loin, mais vraiment loin d'avoir posé l'ensemble des questions que j'aurais eu envie d'aborder. Je me suis restreinte. J'avais mon plan. Je me disais que huit c'était assez. Que sinon la neurotypique allait finir par se sentir attaquée. Il paraît que ça leur fait ça des fois quand je suis juste trop...

J'aurais aimé savoir comment nous serions assis, est-ce que ce serait toujours la même place chaque semaine, est-ce que ça parlerait beaucoup, combien de personnes exactement il y aurait, est-ce que la dernière demi-heure serait réservée au nettoyage ou si ce serait après. Combien de temps avec chaque personne individuellement la professeure allait-elle passer ? Est-ce que certains apprentissages seraient communs ? Quel est le niveau des autres personnes ? Ce sont plus des hommes ? Des femmes ? Quel âge ont-ils en moyenne ?

La prévisibilité est la douce est rassurante amie des asperger.



Facebook étant ce qu'il est j'ai pu fouiller un peu pour obtenir plus de réponses, mais jamais assez pour combler mon insatiable désir de savoir comment tout cela va se dérouler et surtout, le problème demeure. Je ne pourrai pas tant réduire mon champ de possibilités, ce qui fait que l'arbre des diverses avenues que j'aurai à emprunter est carrément un séquoia.

Depuis la prise de cette décision il y a deux semaines, je prépare mes scénarios tous les soirs. J'ai donc maintenant une panoplie de conversations mémorisées et emmagasinées. Je visualise, je me place dans la situation, je me vois, je vais peut-être réussir à passer incognito le temps de m'habituer au lieu, à un nouveau médium artistique. Tout à coup ! Paf !

Mais ça ne fonctionne pas mon idée !

Si je fais de l'acrylique comment vais-je m'habiller ? De septembre à mai, je porte toujours le même pantalon. À une seule reprise, j'en ai mis un autre cette année durant la saison froide. Je le lave à la main pour le maintenir en bon état le plus longtemps possible. Je ne peux pas faire de la peinture avec ça sur le dos, et c'est mon seul vêtement hivernal assez confortable pour que je sois disponible à l'apprentissage. Puis mes chandails ? Les lignes et les pois m'inspirent, me rassurent, me calment, sans eux je partirai avec une longueur de retard évidente. Zut de zut de zut. J'ai l'idée du pyjama qui a commencé à tenter de se frayer un chemin, mais je crois que je pousse trop loin là.

J'ai fouillé, j'ai tenté de trouver une autre tenue mais rien n'était assez doux, ou assez moi, ou assez rassurant. Des jours durant j'ai mijoté sur ce problème lorsque soudain, eureka !

Mode solution activé.

J'ai donc écrit à la dame...

Bonjour, j'ai beaucoup réfléchi par rapport aux cours et je crois que je vais opter pour le crayon de bois pour commencer.

En fait, je trouve que ça fait beaucoup de nouveautés à gérer en même temps sinon (nouveau lieu, personnes, ambiance, horaire...), donc tenir des crayons me semblerait plus doux comme première approche pour me reconnecter à l'art que d'avoir à m'adapter à une matière que je ne connais pas du tout et aussi, surtout, je porte toujours le même pantalon de septembre à mai et je ne sais pas comment je pourrais m'habiller pour la peinture et ça me tracasse depuis plusieurs jours. J'ai peur de ne pas être confortable et si c'est le cas je ne serai pas disponible à l'apprentissage.

Est-ce que ça convient ? Vous l'offrez ? Je possède déjà 72 crayons Derwent Studio achetés en août 1999. Est-ce une qualité adaptée à vos cours ? Sont-ils trop vieux ? Ma fille les a utilisés, mais je ne sais pas si elle les a abimés. Sinon je vais acheter ce que vous me recommandez.

Ça me semble parfait. Je suis en mode solution. Je n'ai qu'à commencer comme ça, ce sera un changement plus graduel, je trouve mon idée excellente.

Puis si j'étais juste trop, trop...

Peut-être que je l'énerve ?

Ce message a été vu et lu le 3 décembre. Depuis, silence radio. je ne sais pas si c'est idiot, mais j'ai peur qu'elle se dise, c'est quoi cette *insécure* là, je n'en veux pas dans mes cours... J'ai peur d'avoir été trop moi. **Trop autiste, trop asperger...** ? En même temps, si je ne peux pas être moi, l'art ne voudra pas prendre sa place et sortir vers mes mains. Mon côté créatif est tout attaché et interrelié à mon fonctionnement de cerveau.

Depuis que je me permets de laisser paraître qui je suis, comment je suis, mon côté créatif a juste explosé de joie. J'ai des élans créatifs ailleurs que dans mon travail, j'assume mes goûts, je me laisse porter par ce qui me stimule véritablement sans égard pour ce qui séduit les neurotypiques. C'est pour ça que je peux passer des heures à faire des photos de dés*. Je peux. C'est un drôle d'intérêt spécifique, puis après. J'adore ça et c'est positif dans ma vie. C'est gagnant-gagnant si ça me rend heureuse et stimulée artistiquement. Une maman qui se sent bien, une amoureuse qui se sent bien, c'est à toute la famille que ça fait en fait du bien.

Donc si elle ne me répond pas et que je suis trop étrange pour elle (ce que je crois être un simple accès de paranoïa de ma part), promis, je me trouve tout de même un autre cours, ça prendra le temps que ça prendra, mais j'ai envie de le faire. Mais non sans être ultra méga bien préparée.

[A retrouver sur :](#)

<http://au-royaume-dune-aspergirl.com/2016/12/14/autiste-asperger-changements/>