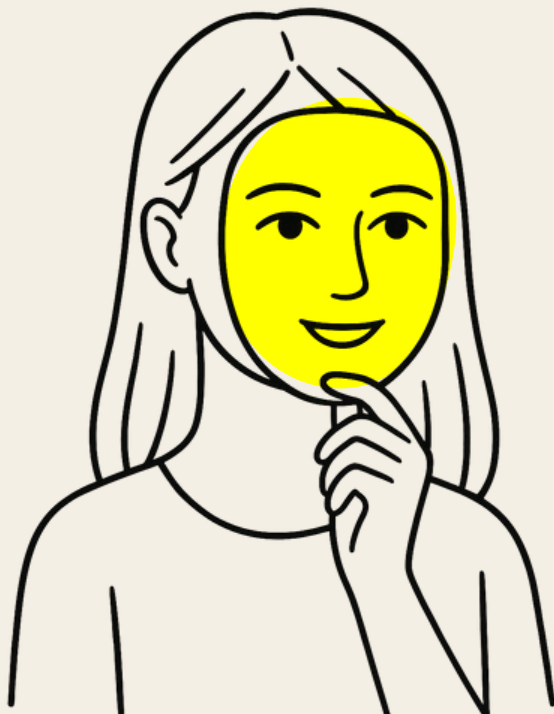




Comprendre le travail autrement

« On me dit souvent : “Mais il faut écrire un roman, ta vie est extraordinaire !” Et moi, face à mon accompagnatrice maintenant depuis 10 ans en matière professionnelle, je dis : “ Mais quel échec fulgurant !” Je n'ai fait que souffrir dès le début. Ce n'est pas du tout ce à quoi je pouvais prétendre, rêver encore moins. Ça n'a été qu'un parcours de souffrance. Donc, pour moi, c'est le plus grand échec en matière de développement personnel. »

Marion - 2024




ORIGINES D'EXODOXE

Exodoxe est une asbl née de deux recherches qualitatives menées à l'Université de Liège portant sur les parcours professionnels de femmes autistes sans déficience intellectuelle (TSA-SDI) :

1. une recherche sur l'intégrité au travail, centrée sur la cohérence entre normes professionnelles selon les règles de l'art et pratiques réelles tolérées sur le lieu de travail,
2. un mémoire portant sur leur expérience vécue dans les dispositifs d'emploi de l'action publique en Région wallonne.

Les résultats montrent que ces femmes souhaitent contribuer à la société, mais se heurtent à des environnements professionnels et administratifs qui fragilisent leur santé, leur insertion durable et leur autonomie financière. Exodoxe vise à rendre ces résultats accessibles pour mieux penser comment soutenir une vie professionnelle compatible avec la santé, pour elles ... et pour tous.



IMAGINEZ

Imaginez que vous traversez la vie en devant deviner les intentions de vos interlocuteurs à chaque instant. Vous entendez les mots, mais ils ne correspondent pas à ce que vous observez. Vous tentez de bien faire, de vous adapter, d'être à la hauteur, et pourtant, quelque chose échappe. Et cette chose finit par vous exclure. Elle ruine votre santé, fissure vos valeurs, anéantit vos efforts. Elle impacte toutes les sphères de votre vie : comme le travail, que vous finissez par perdre.

Puis un jour, vous découvrez que vous êtes autiste. Et là, vos préjugés vacillent : l'autisme, c'est Rain Man, c'est Elon Musk. Pas vous. Et pourtant, si.

Comme vous avez perdu votre travail, l'action publique vous prend en charge et vous promet de vous aider à "retrouver votre place". Mais au sein de ces dispositifs, les mêmes malentendus recommencent, et l'épuisement se répète sous d'autres noms.

Imaginez que cette femme, c'est vous. Mais elle peut aussi être votre collègue, votre sœur, votre amie.

Imaginer cela, c'est déjà difficile, parce que cette violence se vit à chaque instant. Vous finissez par l'accepter comme étant normale.

Cette construction sociale se fabrique ensemble.

Et comprendre ce mécanisme, c'est déjà commencer à le changer.


PARCOURS EN MIETTES



Les femmes TSA-SDI peuvent rencontrer des obstacles systémiques dans le monde du travail, tels que :

- diagnostic impossible à dire sans stigmatisation,
- incompatibilités professionnelles,
- épuisement lié au camouflage.

Lorsqu'elles quittent ou sont exclues de l'emploi, elles doivent composer avec de nombreuses institutions : mutuelle, FOREM, CPAS, SPF, syndicats, tribunaux, etc. Cette dispersion multiplie les territoires d'incompréhension où l'ignorance de l'autisme au féminin crée un obstacle supplémentaire à la communication.



EXEMPLE : “RIEN SUR NOUS SANS NOUS”

Le principe « Rien sur nous sans nous » suppose que chacun puisse participer sans risque à la réflexion sur sa propre situation. Ce principe est d'autant plus essentiel que les femmes autistes sans déficience intellectuelle sont souvent écartées du travail ordinaire, et se retrouvent sous des statuts administratifs qui limitent leurs possibilités d'action. Certaines peuvent contribuer anonymement à des recherches ou à des échanges d'expérience, mais sans reconnaissance officielle. En revanche, lorsqu'elles souhaitent s'impliquer ouvertement, par exemple dans un groupe de réflexion, un comité consultatif ou une action associative, elles se heurtent à une limitation fixée par les dispositifs d'emploi ou d'invalidité qui peuvent juger le bénévolat comme une activité incompatible avec leur statut.

Exodoxe souhaite explorer ces mécanismes de désactivation et documenter les pratiques qui encouragent le pouvoir d'agir.

CANARIS HORS DES MINES

Ce que ces femmes vivent (l'usure, la perte de sens, la difficulté à conjuguer engagement et santé) éclaire des réalités partagées par d'autres groupes, neurodivergents ou non.

Leur parcours permet d'interroger ce que les organisations exigent au nom de la performance, la place laissée à la subjectivité et à la différence et les conditions dans lesquelles chacun peut travailler sans se trahir. En ce sens, comprendre les trajectoires des femmes autistes, c'est contribuer à repérer les failles structurelles du travail contemporain et à imaginer le travail d'une manière plus juste pour tous.



MISSION D'EXODOXE

- Poursuivre la recherche sur les opportunités professionnelles, avec un focus sur les femmes TSA-SDI ;
- vulgariser les résultats de manière accessible, fidèle et rigoureuse ;
- créer des supports adaptés, sur demande, pour les associations, institutions et acteurs concernés ;
- favoriser le dialogue interdisciplinaire entre chercheurs, travailleurs sociaux, professionnels de santé et décideurs publics.

L'association s'inscrit dans une démarche de recherche participative, où les personnes concernées contribuent à la production et à la diffusion du savoir. De plus, nous pensons que partage des connaissances issues de la sociologie du travail contribue à émanciper les personnes en leur offrant une perspective allant au-delà de l'individu.



Institutions

Renforcer la formation des personnels sociaux et médicaux à la compréhension des rôles dans les interactions et à leurs effets sur l'accès aux droits. Mieux former à l'autisme les professionnels chargés d'en évaluer les situations.

Employeurs

Développer des cadres organisationnels innovants, favorisant l'autonomie, la coopération et un climat de respect, afin que les aménagements de poste soient perçus comme des conditions de travail adaptées, non comme des exceptions.

Grand public

Favoriser la diffusion des témoignages et la connaissance de la diversité des formes d'autisme et des parcours professionnels.

Femmes autistes

Disposer d'une information fiable et accessible sur leurs droits et leurs possibilités d'action, sans porter seules la responsabilité d'un fonctionnement social.

ET MAINTENANT, QUE FAIRE ?

COMMENT PARTICIPER OU SOUTENIR ?

Relayer l'information

Partager les ressources et publications d'Exodoxe pour faire connaître les réalités vécues et les recherches associées.

Entrer en contact

Échanger avec les publics concernés (institutions, employeurs, citoyen·nes) afin d'ouvrir le dialogue et de favoriser la compréhension mutuelle.

Contribuer

Si vous êtes concerné·e, nous indiquer quels types de supports ou d'outils vous seraient les plus utiles.

Soutenir

Tout don, même modeste, permet à l'ASBL de concevoir de nouveaux supports, de rémunérer ou défrayer les personnes qui contribuent à nos activités, et de couvrir les frais de fonctionnement nécessaires à la poursuite de nos actions.

« Je crains que si moi, je devais remplir ce truc, de ce que j'entends, ce serait dégradant, quoi. Parce que c'est des gens qui ne connaissent pas du tout le TSA. On est humiliés en tant que personne... »

Angela, sur la procédure de reconnaissance de handicap au SPF - 2024

« Concernant la demande d'aménagement au travail, on peut dire que c'est bullshit, ça, j'en ai parlé, ça a été botté en touche très régulièrement. »

Adèle, après plusieurs tentatives d'aménagement de poste sur son lieu de travail après avoir obtenu le diagnostic - 2024



A large, irregular yellow shape that serves as a background for the text. It has several rounded protrusions and indentations, resembling a splash or a cloud.

EXODOXE
asbl

Marche-en-Famenne
www.exodoxe.be
exodoxe.asbl@gmail.com

