



## Parcours diagnostique du TSA chez l'adulte



Si vous avez des questions concernant l'autisme, vos démarches ou celles d'un proche, vous pouvez contacter la **Ligne d'Écoute Autism (LéA)**.

Ce dispositif est dédié à l'information, à l'écoute et à l'orientation des personnes concernées par l'autisme, de leurs proches, ainsi que des professionnels.

La Ligne d'Écoute Autism peut être une ressource précieuse pour échanger, poser vos questions et être orienté·e vers des services ou des ressources adaptées à votre situation.

Plus d'informations : <https://lea-autisme.be/>

0800 13 904

# Table des matières

Je crois être autiste... et après ?

Où s'adresser pour un bilan TSA en Belgique ?

Se questionner sur l'autisme : peut-on se fier à l'autodiagnostic ?

Diagnostic officiel : dans quels cas est-il nécessaire ?

## Je crois être autiste... et après ?



### *Ce qu'il faut savoir au préalable...*

Le trouble du spectre de l'autisme (TSA) peut se manifester de manière différente à l'âge adulte, rendant son diagnostic parfois complexe. De nombreuses personnes découvrent leur condition tardivement, souvent après un parcours marqué par des questionnements ou des difficultés sociales et professionnelles.

La majorité de ces personnes présentent des difficultés dans leurs relations sociales, un isolement et/ou de l'anxiété. Ces signes sont toutefois pas spécifiques au TSA et peuvent être rencontrés chez des personnes avec des profils très différents : certaines ont des difficultés d'ajustement et d'autres des troubles en lien avec la santé mentale.

Pour rappel, le TSA sans déficience intellectuelle est rare. Il s'agit d'une forme d'autisme qui entraîne un handicap et un retentissement cliniquement significatif sur la vie professionnelle et sociale. Il débute dans la petite enfance.

À l'inverse, les troubles anxieux, la phobie sociale, la dépression, les troubles bipolaires, les troubles du spectre de la schizophrénie, les troubles de la personnalité sont beaucoup plus fréquents et vont aussi avoir des conséquences sur les interactions sociales.

C'est pourquoi, avant de demander un diagnostic d'autisme dans un centre spécialisé, il est conseillé de consulter préalablement un professionnel de santé mentale (psychiatre ou psychologue).

### *Où trouver des professionnels de santé mentale pour un avis diagnostique ?*

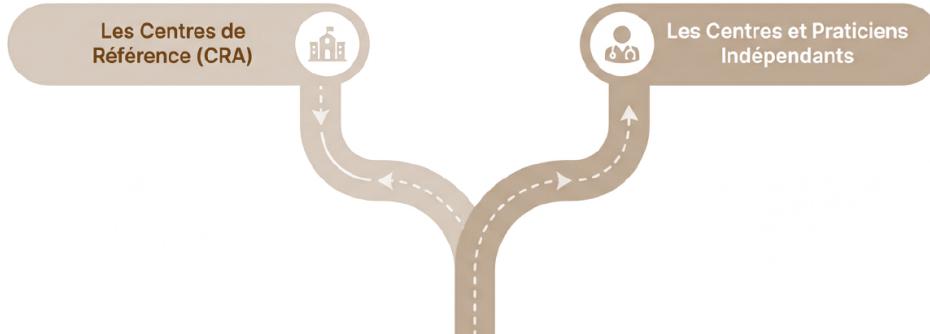


Listing des professionnels de santé mentale spécialisés: [ici](#)

## Où s'adresser pour un bilan TSA en Belgique ?

### Deux voies principales pour évaluer l'autisme en Belgique

Le choix dépend de vos priorités : temps, coût et reconnaissance officielle.



#### Centres de référence (CRA)

La Belgique compte 8 Centres de Référence Autisme (CRA), subventionnés par l'INAMI. Leur mission est double : diagnostiquer et coordonner un programme de suivi et de soutien pour les personnes diagnostiquées. Le diagnostic est réalisé par une équipe pluridisciplinaire.

En pratique, seuls deux CRA acceptent les adultes pour une évaluation diagnostique du TSA :

- Le Centre de Référence en Autisme 'Jean-Charles Salmon' (UMONS) - [CRA Mons](#)
- Le Centre de Ressources Autisme Liège (CRAL) - [CRA Liège](#)

**Limite d'âge :** ces deux centres n'acceptent pas les adultes de plus de 35 ans

**Délais d'attente :** les délais sont très longs, avec une attente moyenne d'environ 2 ans et demi avant le début du bilan.

**Conséquence directe :**

- Beaucoup d'adultes sont exclus du circuit public
- Le diagnostic en libéral/privé devient souvent la seule option réaliste



Listing des centres de référence en autisme : [ici](#) ↗

## Centres et praticiens indépendants

Beaucoup d'adultes choisissent aujourd'hui des praticiens privés (psychologues, neuropsychologues, psychiatres) pour un diagnostic plus rapide.

### **Qui fait quoi : psychologue, neuropsychologue et psychiatre ?**

- |                   |  |
|-------------------|--|
| Psychologues      | • Master en psychologie  |
| Neuropsychologues | • Peuvent réaliser des bilans comportementaux et cognitifs, évaluer les traits autistiques, les forces et difficultés sociales ou émotionnelles. |
|                   | • Ne peuvent pas poser de diagnostic officiel de TSA.  |
| Psychiatres       | • Médecin spécialisé en psychiatrie.   |
|                   | • Seuls professionnels habilités à poser un diagnostic officiel de TSA.  |
|                   | • Peuvent travailler en consultation libérale, dans un CRA, ou dans une unité hospitalière spécialisée.  |
|                   | • Évaluent également les troubles associés (anxiété, dépression, TDAH...).   |

### **Centres multidisciplinaires indépendants :**

Certains professionnels se regroupent dans des centres spécialisés indépendants. Ces centres proposent des bilans d'évaluation et des accompagnements.



Certains de ces centres accueillent aussi d'autres profils de neurodivergence, comme les personnes à haut potentiel intellectuel (HPI) ou avec un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H).

Dans certains centres, les équipes travaillent en lien avec des psychiatres. Cela permet de faire valider médicalement les bilans d'évaluation réalisés, lorsque cette validation est nécessaire.

### **Qui choisir ?**

Pour un bilan TSA adulte, le choix du professionnel dépend de l'objectif recherché.

- **Psychologue** : l'objectif principal d'un bilan réalisé par un psychologue est d'évaluer le fonctionnement émotionnel, social et comportemental. Il est particulièrement adapté si tu souhaites comprendre tes forces et difficultés sociales, émotionnelles ou cognitives, ou si tu envisages un accompagnement psychologique après le bilan.
- **Neuropsychologue** : l'objectif principal d'un bilan réalisé par un neuropsychologue est d'évaluer le fonctionnement cognitif, notamment la mémoire, l'attention, la planification et les fonctions exécutives. Il est particulièrement adapté si tu souhaites obtenir un profil cognitif détaillé afin de mieux comprendre tes stratégies d'adaptation ainsi que tes forces et faiblesses spécifiques.
- **Psychiatre** : l'objectif principal d'un bilan réalisé par un psychiatre est d'obtenir un diagnostic officiel de TSA reconnu par l'administration. Il est particulièrement indiqué si tu as besoin du diagnostic pour accéder à des droits, des allocations ou des aménagements professionnels ou scolaires, ou si tu souhaites évaluer d'éventuels troubles associés comme l'anxiété, la dépression ou le TDAH. Ce bilan peut être complété par une évaluation psychologique ou neuropsychologique afin d'obtenir un profil plus complet.

▲ Le temps d'attente pour un rendez-vous avec un psychiatre spécialisé en autisme peut être très long, en raison d'une forte pénurie de spécialistes en Belgique francophone. Il faut souvent prévoir plusieurs mois avant de pouvoir être reçu.

## Qui consulter en premier ? Psychiatre, psychologue, neuropsychologue ?

Beaucoup d'adultes font d'abord un bilan complet avec psychologue ou neuropsychologue, puis confirment le diagnostic officiel avec un psychiatre, combinant ainsi compréhension personnelle et reconnaissance administrative. Cette voie permet de d'abord mieux comprendre son profil, ses forces et ses difficultés, avant d'obtenir le diagnostic officiel. Ce bilan fournit des éléments précis que le psychiatre pourra ensuite valider rapidement, tout en aidant à identifier d'éventuels troubles associés ou diagnostics différenciels. Cela permet d'avancer à son rythme, tout en préparant une reconnaissance médicale solide et adaptée.

**Précautions** : certains psychiatres acceptent de valider uniquement les bilans réalisés par des professionnels avec lesquels ils ont l'habitude de travailler et dont ils reconnaissent la qualité du travail. Il peut être utile de se renseigner à l'avance pour savoir quels psychiatres collaborent avec quel centre ou quel praticien, ou de demander directement au praticien ou au centre s'ils travaillent avec des psychiatres. Cela permet d'éviter de refaire des évaluations.

A l'inverse, commencer par le psychiatre permet d'obtenir rapidement une reconnaissance officielle du diagnostic, indispensable pour certaines aides, prises en charge ou aménagements scolaires et professionnels, tout en évitant de refaire des évaluations coûteuses. Le psychiatre apporte également un regard médical qui aide à distinguer le TSA d'autres conditions, réduisant ainsi le risque de diagnostic confus. Par la suite, un bilan complet avec un psychologue ou un neuropsychologue spécialisé en TSA permet d'avoir une compréhension détaillée du profil, de ses forces et besoins, et d'adapter au mieux l'accompagnement au quotidien.



**Attention aux centres et praticiens privés** : il n'existe pas de contrôle officiel sur la qualité des bilans réalisés en privé. Certains professionnels peuvent ne pas utiliser de protocoles standardisés ou ne pas avoir suffisamment l'expérience spécifique du TSA chez l'adulte, ce qui peut influencer la fiabilité du diagnostic.

Pour s'assurer de la fiabilité d'un praticien indépendant (psychologue ou neuropsychologue), voici plusieurs points à vérifier :

- **Qualifications et formation** : vérifier que le praticien a suivi des formations spécifiques sur le TSA, en particulier chez l'adulte.
- **Expérience avec le TSA adulte** : demander depuis combien de temps il travaille avec des adultes TSA et quelles sont ses expériences professionnelles avec ce public. L'expérience spécifique est un gage de qualité.
- **Méthodes et protocoles utilisés** : s'assurer que le praticien utilise des protocoles standardisés et reconnus pour le diagnostic du TSA, plutôt que des évaluations uniquement basées sur l'entretien clinique.
- **Références ou recommandations** : vérifier si le praticien collabore avec des psychiatres, centres spécialisés ou associations TSA, ou demander des retours d'autres patients.
- **Validation possible par un psychiatre** : si le bilan doit être reconnu officiellement, vérifier que le praticien collabore ou peut être reconnu par un psychiatre pour la validation du diagnostic.

## Se questionner sur l'autisme : peut-on se fier à l'autodiagnostic ?



### Attention aux échelles diagnostiques trouvées sur internet

Les tests et questionnaires accessibles sur Internet ne permettent pas de poser un diagnostic d'autisme. Les centres spécialisés soulignent que ces outils manquent de précision : il est possible d'obtenir des résultats évo-cateurs de l'autisme alors que d'autres difficultés sont en jeu. Ils peuvent néanmoins servir de point de départ pour s'interroger et entamer une réflexion personnelle.

### Faut-il écarter l'autodiagnostic ?

L'autodiagnostic ne se résume pas à un test en ligne. Il s'agit le plus souvent d'un processus progressif de questionnement, d'auto-observation et de recherche d'informations. Lire des témoignages, s'informer auprès de sources fiables et échanger avec d'autres personnes concernées permet de mieux comprendre ses expériences et ses besoins.

Attention, cette démarche ne remplace pas une évaluation menée par un professionnel formé, mais elle peut faciliter l'accès au diagnostic officiel en aidant à formuler ses questionnements et à préparer une consultation. Elle peut également permettre, en attendant ou en l'absence de diagnostic, d'identifier des stratégies d'adaptation et des ressources utiles au quotidien.

# Participate!

Cette question est détaillée dans le guide pratique de [Participate Autisme](#)

## Diagnostic officiel : dans quels cas est-il nécessaire ?

### Pour obtenir une reconnaissance officielle de handicap ?

La reconnaissance du handicap fait l'objet d'une évaluation par la **Direction générale Personnes handicapées (DGPH)** du Service Public Fédéral Sécurité sociale. Cette reconnaissance peut permettre d'accéder à des aides financières (allocations), des avantages sociaux et certains services adaptés si le TSA affecte votre autonomie ou vos capacités au quotidien. Un diagnostic reconnu peut renforcer votre dossier lors de cette demande.

En effet, la reconnaissance du handicap par la DGPH ne repose pas uniquement sur la présence d'un diagnostic officiel de TSA : elle se base surtout sur l'impact fonctionnel du handicap dans la vie quotidienne (capacités de déplacement, toilette, activités quotidiennes, communication, etc.) plutôt que sur l'étiquette du diagnostic elle-même. Autrement dit : même sans diagnostic TSA posé par un psychiatre ou un centre spécialisé, une personne peut, en théorie, obtenir une reconnaissance de handicap si les difficultés qu'elle rencontre au quotidien sont suffisamment importantes et documentées.

Par "documentées", nous entendons que les difficultés doivent être justifiées par des preuves concrètes ou attestations fiables, montrant que le TSA ou les particularités de fonctionnement affectent réellement la vie quotidienne.

Concrètement, cela peut inclure :

- **Rapports médicaux** : lettres ou bilans d'un médecin, psychiatre, psychologue, ou autre professionnel de santé décrivant les difficultés fonctionnelles (communication, autonomie, gestion du stress, etc.).
- **Bilans ou évaluations professionnelles** : tests cognitifs, neuropsychologiques, ou rapports de suivi attestant de certaines limitations ou besoins particuliers.
- **Attestations de tiers** : éducateurs, employeurs, assistants sociaux, ou structures accompagnantes qui peuvent décrire les difficultés concrètes dans la vie quotidienne.
- **Exemples concrets dans la vie quotidienne** : difficultés à gérer certaines tâches, à se déplacer, à communiquer, ou à travailler, avec des situations précises qui montrent l'impact sur l'autonomie.

Nuance importante : Même si ce n'est pas strictement requis, avoir un diagnostic formel de TSA aide beaucoup à constituer un dossier solide pour la DGPH ou d'autres organismes, car il fournit un cadre médical reconnu et des preuves détaillées des difficultés rencontrées.



Certains médecins conseillent un diagnostic officiel pour accepter une demande ou attribuer certaines aides spécifiques. Cela peut être source de confusion, car l'administration (DGPH) évalue en théorie surtout l'impact fonctionnel du handicap.

Quand un médecin conseil ou un service exige un diagnostic officiel alors qu'il n'est pas légalement requis, plusieurs stratégies et recours sont possibles :

1. **Demander des explications écrites** : demander par écrit pourquoi un diagnostic officiel est exigé et sur quelle base réglementaire. Cela permet de clarifier si c'est une pratique interne du service ou une exigence réelle.
2. **Se référer à la législation** : la DGPH et les services de reconnaissance du handicap se basent principalement sur l'impact fonctionnel, pas sur l'étiquette du diagnostic. Tu peux citer cette règle si le service refuse la demande pour absence de diagnostic officiel.
3. **Contacter des organismes de défense des droits** : En Belgique, il existe des associations et services d'aide pour les personnes en situation de handicap ou TSA. Pour connaître ces organismes, consulte notre page web : [ici](#)

## Pour des aménagements scolaires (enseignement supérieur)

Dans l'enseignement supérieur en Belgique, la mise en place d'aménagements pour les étudiants avec TSA (comme du temps supplémentaire aux examens ou un soutien pour l'organisation du travail) requiert un diagnostic officiel ou une reconnaissance du handicap par l'AVIQ ou la DGPH. Contrairement à l'enseignement fondamental et secondaire, les difficultés seules ne suffisent pas : il faut une preuve formelle du TSA pour que les services d'aide aux étudiants puissent proposer des aménagements.



Pour en savoir plus sur vos droits et les aménagements raisonnables dans l'enseignement supérieur, ainsi que des conseils pratiques pour les demander, consultez notre page d'information dédiée : [ici](#).

## Pour des aménagements professionnels

En Belgique, les personnes en situation de handicap ont légalement droit à des aménagements raisonnables sur leur lieu de travail afin de réduire ou neutraliser les obstacles liés à leur handicap.

Techniquement, pour demander des aménagements, il n'est pas obligatoire une reconnaissance officielle (comme une reconnaissance de handicap). Le droit s'applique à toute personne en situation de handicap, défini par des limitations fonctionnelles réelles. Toutefois, dans la pratique, produire un diagnostic ou une reconnaissance peut faciliter l'examen de ta demande.



Pour en savoir plus sur vos droits et les aménagements raisonnables au travail, ainsi que des conseils pratiques pour les demander, consultez notre page d'information dédiée à l'emploi : [ici](#)