



## Genre, validisme et intimité : expériences situées de femmes autistes

Clara Nicolas

*Cet article explore les expériences affectives et sexuelles de femmes autistes à travers l'analyse des scripts sociaux et des normes genrées. Il montre comment les attentes neuronormées en matière de sexualité, de genre et de temporalités imposent des contraintes sur les pratiques et les corps autistiques, conduisant à des stratégies de camouflage, de performance et de travail émotionnel. Il propose une relecture des temporalités sensibles et des écologies relationnelles, où le désir, le refus et le non-désir sont reconnus comme des modalités légitimes du lien. L'étude invite à repenser le soin, la communication et les environnements intimes pour favoriser des relations plus inclusives.*

### Introduction

*« Le contact physique peut être dur à gérer, surtout à cause des surcharges sensorielles. Émotionnellement, comprendre les émotions des autres et exprimer les siennes est compliqué. [...] Ma sexualité est atypique, avec des phases sans désir puis des pics d'hypersexualité, et des goûts qui sortent souvent des normes ».* Ce propos est celui d'Alice, femme adulte autiste, qui y décrit une expérience ordinaire de l'intimité, faite d'ajustements, de fatigue et de décalages. Elle nomme parfaitement les adaptations constantes auxquelles certaines femmes autistes doivent se plier dans leurs relations intimes et montre combien l'intimité peut laisser des traces (in)visibles, à la fois corporelles et émotionnelles. Ces expériences ne sont pas uniquement des difficultés individuelles, mais prennent sens dans des cadres sociaux et culturels plus larges, où les normes de genre et le validisme définissent implicitement ce que devraient être le désir, la communication, les émotions, la disponibilité relationnelle et la sexualité « légitime » (Rubin 2011).

La conception traditionnelle de l'autisme, historiquement fondée sur des critères masculins, tend à ignorer le contexte social et les normes de genre qui invisibilisent les spécificités des femmes autistes, notamment leurs stratégies de camouflage et les attentes sociales particulières auxquelles elles sont confrontées (Bargiela, Steward et Mandy 2016 ; Davidson et Tamas 2016 ; Labrecque-Lebeau, Dauphinais et Ouellet 2023). Ce biais diagnostique s'inscrit dans un système de santé androcentré et validiste, qui exclut ou invisibilise les femmes et retarde l'accès à des accompagnements adaptés (Courcy 2021, 119).

Selon l'Association Francophone de Femmes Autistes lors d'un témoignage présenté au Sénat en 2018, ces femmes sont particulièrement exposées aux violences sexuelles, en raison de l'intersection entre leur genre et leurs traits autistiques, telles que les difficultés à décoder les sous-entendus interactionnels ou les normes implicites de consentement. Ainsi, le genre influence non seulement les parcours diagnostiques, mais aussi les défis spécifiques de la vie affective associés à l'autisme (Laflamme et Chamberland 2020). Certaines formes de harcèlement et d'injustice reposent sur des normes implicites à la fois validistes, sexistes et

hétéronormatives, révélant la difficulté des cadres institutionnels et juridiques à reconnaître ces violences croisées. Ces éléments soulignent l'importance d'analyser les expériences autistiques à partir d'une approche intersectionnelle attentive aux normes corporelles et relationnelles qui structurent la vie sociale (Barnett 2017).

L'objectif de cet article est d'analyser la manière dont ces intersections se déploient dans certaines trajectoires intimes et comment les normes sexuelles dominantes participent à produire des formes spécifiques de vulnérabilité, ainsi que des stratégies d'adaptation et de résistance. La démarche empirique s'inscrit au croisement des approches critiques et féministes du handicap, des études de la neurodiversité et d'une perspective interactionniste (Dwyer 2022). Cette dernière permet de dépasser l'opposition entre différence et déficit en considérant que certaines caractéristiques de l'autisme relèvent de variations neurocognitives, tandis que d'autres difficultés peuvent nécessiter des accompagnements médicaux, environnementaux (ou les deux). Cette perspective non essentialiste repose sur l'idée qu'il n'existe pas un autisme homogène, mais une pluralité de trajectoires et de besoins, façonnée par les normes sociales, les rapports de pouvoir et les contextes relationnels.

À la lumière de ces cadres théoriques, je propose une lecture située (Haraway 2007; Harding 1991) et une critique des expériences affectives et sexuelles de femmes autistes, en mettant au centre leurs récits, leurs stratégies et leurs savoirs expérientiels en m'appuyant sur des données qualitatives issues d'entretiens. C'est à partir de ces expériences situées que je propose d'interroger la manière dont le genre et les particularités autistiques influencent les expériences intimes de femmes autistes. En utilisant les scripts sexuels et l'injustice émotionnelle comme outils d'analyse, cet article soutient que les difficultés rencontrées par certaines femmes autistes ne relèvent pas d'un déficit individuel isolé, mais d'un décalage structurel entre des normes genrées et neuronormatives et leurs modalités d'engagement intime, façonnées par des expériences sensorielles et émotionnelles spécifiques. L'autisme pourrait ainsi révéler des façons singulières de se relier, d'aimer et de gérer l'intimité, la communication et le désir.

### Considération méthodologique

Les recherches récentes (principalement anglophones) indiquent que la majorité des personnes autistes souhaitent des relations affectives et sexuelles, mais rencontrent des obstacles liés à la cognition sociale, à la compréhension des codes et signaux émotionnels et aux attentes relationnelles (Turner, Briken et Schöttle 2017). Ces difficultés contribuent à une satisfaction amoureuse et à une qualité de vie souvent plus faibles, liées à la solitude, à l'anxiété ou à la sensibilité sensorielle (Liepkalne et Bite 2020 ; Lin et Huang 2017). Le rôle du partenaire apparaît central, l'adaptation de la communication et le soutien émotionnel sont déterminants pour le bien-être relationnel (Yew, Hooley, et Stokes 2021). La portée de ces différentes études reste limitée car elles ne distinguent pas les expériences en fonction du genre, ou s'appuient sur des cohortes d'hommes, d'adolescents ou d'enfants. Ce biais structurel restreint grandement la compréhension des spécificités vécues par des femmes autistes, surtout dans leurs trajectoires relationnelles et leurs modes de socialisation affective.

D'autres écrits apparaissent suite à l'émergence du paradigme de la neurodiversité, qui, dès les années 1990 (Botha et al. 2024), propose de considérer l'autisme comme une forme de diversité cognitive plutôt que comme un dysfonctionnement à corriger. L'accent est plutôt mis sur les modes particuliers de perception, d'attention, d'intérêts ou de régulation sensorielle,

non pas comme des symptômes pathologiques à corriger, mais comme des manières situées et singulières d'habiter le monde. Dans cette perspective, les spécificités peuvent devenir des ressources relationnelles (Chapman et Carel 2022 ; Dwyer 2022 ; Gillespie-Lynch et Botha 2022).

Toutefois, ces travaux restent théoriques et manquent encore de données empiriques. Les expériences affectives et intimes des femmes autistes sont souvent absentes dans la littérature, qui se concentre sur les aspects développementaux, cognitifs ou comportementaux à partir d'échantillons restreints et de méthodes quantitatives centrées sur les « manques ». Elles accordent peu de place à l'exploration qualitative du vécu subjectif pour se concentrer sur les « déficits », laissant de côté les forces, ressources et stratégies d'adaptation, par exemple. La majorité des recherches quantitatives (en particulier les échelles utilisées) mobilisent des notions de « normalité » et de « déficit », construisant un standard universel qui ignore la diversité des expériences. Pour cette raison, je souhaite privilégier des méthodes qualitatives, capables de rendre compte des trajectoires sensibles singulières. Lorsque la vie intime est abordée, elle l'est souvent par les parents, les proches aidantes ou les professionnelles de la santé (Boivin et Fournier 2022 ; Désormeaux-Moreau 2024), ce qui relègue la parole des premières concernées au second plan. L'article de Pellicano, Dinsmore et Charman (2014) montre qu'il existe un manque d'études qualitatives sur la vie quotidienne des personnes autistes et constate que la recherche sur l'autisme se concentre principalement sur des études fondamentales, plus appréciées des financeurs, mais qui ont des applications pratiques limitées.

C'est pour toutes ces raisons que je m'ancre théoriquement dans les études critiques du handicap, et plus particulièrement dans les études féministes du handicap. Ces approches ont mis en évidence les limites d'un modèle social strict, en réintroduisant le corps, la douleur, le soin, la dépendance et les interdépendances dans l'analyse du handicap (Garland-Thomson 2002 ; Masson 2022). Ces travaux défendent des savoirs situés, co-produits avec les personnes concernées, et proposent une approche incarnée et relationnelle du handicap, située à l'intersection du biologique, du social et du politique. Elles appellent ainsi à dépasser l'opposition entre modèle médical et modèle social, en interrogeant plus largement les normes, les attentes interactionnelles et les hiérarchies de valeur imposées, afin d'accueillir la pluralité des corps, des modes d'être, des façons d'entrer en relation et de rendre visibles des trajectoires encore peu étudiées.

J'ai donc adopté une approche qualitative reposant sur des entretiens semi-directifs. Les thèmes explorés portent sur trois dimensions principales. Premièrement, l'expression de genre et la perception de soi. Deuxièmement, la sensibilité sensorielle et cognitive, pour analyser comment ces traits influencent la participation aux scripts normatifs et les adaptations des participantes. Enfin, la notion de pouvoir émotionnel et épistémique, qui rend compte de la capacité des femmes autistes à ressentir, exprimer et faire reconnaître leurs vécus dans les interactions intimes. Ces thèmes justifient le choix d'entretiens semi-directifs, qui offrent un cadre souple permettant aux participantes de co-construire le discours autour de leurs expériences. L'analyse des données suit un design qualitatif exploratoire, mêlant une analyse thématique inductive et déductive. Cette méthode permet d'explorer les matériaux tout en intégrant un cadre théorique préexistant (études critiques du handicap, études de la neurodiversité, études de genre).

Les données empiriques reposent sur deux échanges auprès de deux femmes autistes hétérosexuelles âgées de 25 et 27 ans, Alice et Léa. Le recrutement des participantes a été réalisé par l'intermédiaire de réseaux sociaux. Les participantes ont reçu une information détaillée sur les objectifs et ont donné leur consentement libre et éclairé. La collecte des



données a été réalisée au moyen d'entretiens semi-directifs individuels, conduits à distance afin de garantir l'accessibilité du dispositif et de limiter les contraintes sensorielles et interactionnelles. Chaque entretien a duré environ 90 minutes, a été enregistré avec l'accord explicite des participantes, puis intégralement transcrit, anonymisé et supprimé. Le guide d'entretien, élaboré à partir de la revue de la littérature, comportait des questions ouvertes portant sur l'expression de genre, les trajectoires affectives et sexuelles, les expériences relationnelles, les normes et scripts sexuels perçus, ainsi que sur le rôle des particularités sensorielles et cognitives dans les interactions intimes. Le choix d'un échantillon restreint ici relève d'une démarche qualitative exploratoire visant une analyse approfondie de trajectoires singulières plutôt qu'une recherche de représentativité statistique. Cette approche permet de prendre en compte la complexité des récits recueillis et de valoriser les vécus encore peu documentés de femmes autistes, ainsi que le regard spécifique qu'elles portent sur le sujet.

L'analyse des données s'est appuyée sur la méthode de Braun et Clarke (2006), combinant des phases inductives et déductives. Dans un premier temps, une lecture exploratoire des transcriptions a permis d'identifier les unités de sens pertinentes pour la problématique avec un codage initial sans hiérarchisation préalable. Dans un second temps, ces codes ont été regroupés en catégories et sous-thèmes permettant de dégager les éléments importants. Ces thèmes ont ensuite été révisés et mis en relation avec le cadre théorique mobilisé, afin de produire une analyse interprétative. L'ensemble du processus de codage et d'organisation des données a été réalisé à l'aide du logiciel NVivo (version 15.3.1). Les résultats issus de l'analyse des entretiens ont été mis en perspective par une triangulation analytique avec des matériaux secondaires, incluant des productions issues d'espaces communautaires en ligne, des lectures documentaires et des observations réflexives, mobilisées non comme des données équivalentes mais comme des ressources contextuelles permettant d'enrichir l'interprétation.

Cette stratégie méthodologique vise à rendre visible le travail de recherche, de la constitution du corpus à l'analyse, en explicitant les procédures de traitement, de codage et d'interprétation des données. Elle permet d'assurer la cohérence et la transparence de l'analyse, tout en reconnaissant ces limites : le caractère situé et exploratoire de cette pré-enquête, conçue plutôt comme un point de repère méthodologique et théorique dans le cadre d'un début de terrain doctoral en cours de construction. Cette démarche exploratoire confirme la nécessité d'une approche participative et collaborative, inspirée des méthodes de co-recherche et des principes des études critiques du handicap. Les participantes ne sont pas de simples sujets d'étude, mais co-productrices de savoirs, contribuant à la construction des grilles d'entretien, à la validation des indicateurs et à l'interprétation des données. Cette posture méthodologique vise enfin à réduire les injustices épistémiques, à valoriser l'expérience vécue et à créer un espace où la parole des femmes autistes est entendue, légitimée et intégrée à la production scientifique. Je remercie Alice et Léa pour leurs partages respectifs.

### Les scripts sexuels neuronormés

La sexualité est façonnée par les normes sociales et les rapports de pouvoir (Boivin et Fournier 2022). Elle est à la fois politique et publique, encadrée par des attentes normatives : s'exprimer oralement, maintenir une bonne hygiène, regarder dans les yeux, éviter les monologues par exemple. Les pratiques jugées « acceptables » s'inscrivent dans le « cercle enchanté » (Rubin 2011), excluant les sexualités perçues comme atypiques, notamment celles des personnes



handicapées (Debergh et Torrent 2020). Ainsi, les écarts à la norme (différences dans le langage corporel, la communication non oralisante, les expressions faciales, l'auto-stimulation) entraînent une forte dévaluation sociale (Bouchet 2021).

Selon Gagnon (1999, 73–79) et Simon (1973), les scripts sexuels dictent les comportements attendus en matière de sexualité (Giarni 2023). Celle-ci est comprise comme socialement et culturellement construite, et non comme une donnée naturelle ou universelle (voir aussi les travaux de Foucault, pour qui la sexualité constitue un champ privilégié d'exercice du pouvoir et du savoir). D'après ces auteurs, la sexualité est apprise et vécue comme un scénario socialement structuré, qui organise ce qui est censé se produire, à quel moment, de quelle manière et entre quel-les acteurs-rices. Ils distinguent trois niveaux de scripts interdépendants : les scripts culturels, qui renvoient aux normes générales et aux représentations dominantes de la sexualité ; les scripts interpersonnels, qui structurent les interactions concrètes entre individus ; et les scripts intrapersonnels, qui concernent les désirs, fantasmes et interprétations subjectives.

Ces scripts imposent des attentes implicites sur les rôles, les comportements, les rythmes et les expressions émotionnelles, contribuant à stigmatiser ou marginaliser les formes d'intimité non conformes. Ils reposent également sur des modèles de conduite qui peuvent être difficiles à mobiliser lorsque les styles de communication et d'expression s'écartent des normes neurotypiques et validistes, comme c'est le cas pour Alice. Cela entraîne un « décalage dans la performance sociale » (selon la notion développée par Goffman (1973) pour décrire les situations où les comportements d'un individu sont perçus comme inappropriés par rapport aux attentes sociales) car son comportement, différent des normes féminines dominantes, est perçu comme inapproprié. Dans une perspective goffmanienne, cette situation peut être perçue comme une « impropriété situationnelle », où Alice ne joue pas le rôle attendu dans l'interaction sociale, ce qui peut entraîner une stigmatisation : « *Étant donné que je comprends jamais les signes et sous-entendus qu'on m'envoie, je préfère qu'on me pose la question directement, ça évite des moments de malaise avec des signes incompris dans un sens comme dans l'autre.* »

Dans ce contexte, les études crip permettent de penser ces scripts dominants comme des normes non seulement hétéronormatives mais aussi validistes : ils reposent sur des attentes implicites de communication, d'expression émotionnelle et de réciprocité qui supposent un fonctionnement neurotypique, souvent invisible mais normatif (McRuer 2006 ; Nayak 2016). Or, chez des personnes autistes, certaines particularités neurocognitives, surtout en matière de traitement émotionnel, de perception sensorielle et d'interprétation des signaux sociaux, peuvent entrer en tension avec ces attentes tacites. L'alexithymie illustre parfaitement cette tension. Elle se caractérise par une difficulté à identifier, différencier et verbaliser ses émotions. Cette difficulté n'est pas causée par les normes sociales en tant que telles, mais celles-ci peuvent agir comme des amplificateurs. Les normes culturelles dictent quelles émotions doivent être exprimées, de quelle manière et à quel moment. Dans des contextes où certaines formes d'expression émotionnelle sont considérées comme socialement correctes, une personne autiste peut ressentir une pression accrue à se conformer à ces attentes, ce qui peut générer de l'anxiété sociale, une auto-dévalorisation et un évitement des interactions intimes.

Cette pression se conjugue particulièrement avec les normes de genre, qui ne sont pas seulement difficiles à incarner : elles peuvent apparaître absurdes, reposant sur des signaux indirects, implicites et instables supposant une lecture fine des sous-entendus et des attentes non verbalisées. Ce décalage génère un double enjeu : d'une part, il augmente le risque de malentendus ou de situations de vulnérabilité dans les interactions intimes ; d'autre part, il



expose ces femmes à une stigmatisation genrée, où leur non-conformité aux codes de la séduction est interprétée comme un défaut personnel ou une immaturité émotionnelle, plutôt que comme l'expression légitime d'un rapport différent au monde fondé sur d'autres normes communicationnelles : « *Moi, j'aime quand tout est dit avec authenticité. Si je parle à quelqu'un parce que j'aimerais qu'on devienne amant, je le dis. Si je ressens de la gratitude ou de la tristesse, je le dis aussi. J'ai besoin que les choses soient claires et sincères* ». Ce positionnement d'Alice, fondé sur la clarté, la sincérité et la verbalisation directe des affects et des intentions, entre en contradiction avec les scripts hétérosexuels dominants, qui privilégient l'ambiguïté, la retenue émotionnelle et la mise en scène progressive du désir. Il montre comment des pratiques relationnelles alternatives, pourtant cohérentes, sont disqualifiées en raison de normes genrées et neuronormées, que ce soit dans la séduction, l'usage de la communication littérale ou métaphorique, ou plus largement dans la manière de s'exprimer.

On peut ici parler d'émoatypie, notion avancée par le philosophe du handicap et de la folie Virgil Murthy (Green 2024), c'est-à-dire la manifestation d'émotions et de comportements relationnels d'une manière non conventionnelle. Les participantes rapportent que leur franchise, leur littéralité, leur mutisme, ou leurs gestes jugés abrupts sont perçus comme maladroits, froids ou agressifs, alors qu'ils reflètent des modes d'expression et d'interaction caractéristiques de l'autisme.

C'est dans ce contexte que la notion de script neuronormé prend tout son sens. Chez les personnes autistes, ces scripts peuvent ne pas correspondre aux attentes sociales implicites, mais ils n'en constituent pas moins des cadres structurants de l'action et de l'expression émotionnelle. Ces scripts internes ou adaptatifs se déploient dans un environnement culturel normatif et genré, ce qui les expose en permanence à des frictions, à du stress et à des ajustements progressifs au fil des expériences relationnelles. Cette tension ne se joue pas qu'au niveau des interactions, mais s'inscrit concrètement dans les corps. Les scripts neuronormés croisent avec des scripts sexuels genrés qui prescrivent des manières spécifiques d'occuper l'espace, de se présenter et de se rendre désirable. Ils se matérialisent dans des pratiques corporelles (choix vestimentaires, apparence, gestion sensorielle par exemple) et engagent des coûts physiques et affectifs.

### Performance de genre : pratiques corporelles, camouflage et sensorialité autistiques

Les normes de la culture amoureuse, comme le contact visuel, la séduction implicite, la spontanéité ou la lecture des sous-entendus, imposent des rôles genrés où les femmes doivent être douces, disponibles et réceptives. Dans le cadre hétérosexuel, l'expression directe du désir leur est peu permise, voire disqualifiée. Pour les femmes autistes, ces attentes sont encore plus contraignantes, car certains traits associés à l'autisme, comme la franchise, la littéralité, les gestes brusques, l'auto-stimulation, l'absence de contact visuel, le mutisme ou l'alexithymie entrent en contradiction avec les normes dominantes de la féminité. Confrontées à des normes validistes et genrées, elles performant ainsi leur genre en ajustant leurs comportements, leur apparence et leurs pratiques corporelles aux attentes sociales dominantes (Butler 2005). Cela se fait au détriment de leur bien-être et souvent au prix de l'inconfort sensoriel, de la dissimulation du handicap et de la suppression d'auto-stimulations. Cela s'inscrit également dans un imaginaire validiste et patriarcal qui valorise l'autonomie, la maîtrise émotionnelle et la conformité corporelle comme preuves de reconnaissance sociale (Aulombard 2019 cité dans Primerano 2022, 55).

L'analyse des pratiques vestimentaires permet d'observer ces mécanismes, en particulier dans les contextes hétéroromantiques où l'apparence joue un rôle central dans la mise en scène du genre et du désir, le jeu de la séduction imposant souvent une scénographie précise du corps féminin : vêtements cintrés, lingerie, maquillage, matières synthétiques ou ajustées, épilation, etc. Pour certaines femmes autistes, ces habits deviennent de véritables sources de souffrance physique : coutures qui grattent, tissus qui collent, étiquettes qui piquent, sensation désagréable du maquillage sur le visage. Alice décrit ainsi la tension constante entre normes de genre et hypersensibilité sensorielle : « *Avec mon hypersensibilité, je ne supporte pas la sensation de mes poils qui frottent sur mon pantalon, mais l'épilation c'est tellement douloureux que j'ai du mal à réussir à le faire souvent* ». La douleur sensorielle expérimentée ici est spécifique à l'autisme et ne peut être directement comparée à celle vécue par des personnes neurotypiques : certaines sensations jugées anodines par la majorité deviennent intolérables, tandis que d'autres, plus habituellement douloureuses, sont amplifiées. Léa aussi m'explique que certaines tenues déclenchent aussitôt des crises en raison des sensations corporelles qu'elles provoquent : « *Je fais plus facilement des crises, simplement parce que je ne supporte pas certaines textures* ». Chaque tenue ou préparation attendue peut ainsi devenir un champ de micro-agressions. Ces expériences sont aussi traversées par un sentiment de frustration et de décalage vis-à-vis des normes vestimentaires féminines, comme le souligne Léa : « *J'ai du mal à accepter de ne pas pouvoir être habillée selon les codes* », « *Je passe ma vie en jogging, mais parfois j'aimerais avoir de jolies tenues, mais qui puissent être confortables aussi.* »

Avoir conscience du corps (de la peau, des sensations, de la manière d'occuper l'espace et d'être perçue) est une thématique récurrente dans les entretiens, dans les situations de séduction, de *dating* ou d'intimité sexuelle, les normes de genre et les attentes relationnelles s'inscrivant directement dans l'expérience corporelle et sensorielle. Les représentations dominantes du corps féminin (mince, séduisant mais pas trop sexuel, mobile, disponible, sans douleur ni fatigue) s'alignent sur une norme de corps valide. Le corps n'est pas seulement un « objet du désir » selon les normes hétérosexuelles, mais aussi un lieu de stimulations souvent intenses, parfois envahissantes.

Les attentes liées à la féminité entrent en tension avec les sensibilités sensorielles propres à l'autisme, mais aussi avec une remise en question plus large des rôles de genre attendus (Bargiela et al. 2016 ; Butler 2005). Si certaines femmes évitent spontanément les vêtements jugés trop contraignants sur le plan sensoriel, elles peuvent néanmoins se contraindre à les porter afin de se conformer aux normes de genre et de produire une apparence jugée socialement acceptable. La performance d'une féminité hégémonique devient une stratégie de reconnaissance sociale, visant à s'intégrer au modèle dominant de la conjugalité hétérosexuelle et à prévenir toute remise en cause de leur identité (Baril 2018 ; Madiot 2021).

Emily Brooks (2018) souligne que les récits sur l'autisme restent dominés par un discours hétéronormatif, genré et blanc, rendant les femmes handicapées invisibles en tant que partenaires légitimes. Cette invisibilisation rejoint les analyses de Jenny Morris (1993), qui montre comment les femmes handicapées sont fréquemment déssexualisées et infantilisées, au détriment de leur droit au plaisir et à l'autodétermination. Dans le cas d'Alice et Léa, l'autisme reste associé à des stéréotypes validistes (froideur, naïveté, immaturité) qui les excluent de la vie affective, réservée aux adultes dits « autonomes ». Aussi, cette norme adultocentrée pénalise particulièrement celles qui ont besoin de soutien, prises dans une double contrainte : être assez indépendantes pour être jugées « dignes » d'une relation affective ou sexuelle, mais rester assez dociles et disponibles pour répondre aux attentes liées au genre : « *Je ne sais pas comment me*

*faire respecter ni poser des limites. J'essaie pourtant, et malgré cela je suis perçue par tous mes ex comme une "femme-enfant" », rapporte Alice. L'articulation entre validisme et patriarcat produit ainsi une disqualification spécifique de la subjectivité intime des femmes autistes, renforçant leur marginalisation. Elles sont dans une tension permanente entre deux pôles contradictoires : l'invisibilisation de leur désir d'intimité d'un côté, l'injonction à se conformer aux attentes de la féminité socialement valorisée de l'autre (douceur, écoute, maternité, disponibilité émotionnelle, voire sacrificielle), tout en étant constamment renvoyées à une image infantilisante.*

Ce qui est perçu comme de la naïveté ou de la maladresse traduit souvent une autre approche de l'intimité, fondée sur la sincérité ou une communication différente mais légitime. Les besoins d'Alice et de Léa remettent en cause les normes validistes et masculines de l'indépendance. Ces besoins récurrents d'accompagnement, de régulation sensorielle, de réassurance ou de clarté relationnelle ne relèvent pas d'un déficit, mais d'une autre façon de vivre le lien qui interroge les scripts sexuels dominants.

Les femmes autistes recourent souvent au camouflage pour se conformer aux normes sociales de genre et de validité, au prix d'un inconfort physique et émotionnel (Bargiela et al. 2016). Ces efforts sont souvent déployés de manière inconsciente, ou le deviennent avec le temps. Ce malaise traduit chez elles un décalage profond entre les attentes genrées et la façon dont leur corps autiste est vécu. La suradaptation mobilise beaucoup d'énergie. Léa m'explique ainsi qu'il y a quelque chose d'important dans ses relations mais qu'elle n'arrive pas toujours à exprimer : « *Même dans l'intimité, même quand j'ai envie...je peux m'épuiser très vite. Parce qu'un rapport, ce n'est pas que du désir : il y a aussi le fait d'être présente, de réagir, de lire l'autre, parfois de masquer encore. Et ce masking-là, même amoureux, me vide. Du coup après, mon corps s'effondre, il me fait dormir, parfois longtemps. Ce n'est pas un désintéret. C'est juste ma façon à moi de payer l'intensité* ».

Les stratégies de camouflage décrites par Hull et al. (2017) apparaissent ainsi comme des réponses adaptatives à la stigmatisation qui entraîne fatigue, stress, perte d'identité, isolement, dépression et risque accru de suicidabilité. En ce sens, Alice évoque le sentiment d'effacement subjectif qui accompagne cette tentative constante de répondre aux attentes sociales : « *J'ai souvent cette sensation désagréable : si je ne réponds pas de manière attendue, conforme aux codes sociaux, les gens perdent vite l'intérêt de me parler réellement. Mais je n'arrive pas à rentrer dans ce moule. Et quand j'essaie malgré tout d'agir comme ils voudraient, je me sens fausse, comme une imposture de moi-même... C'est un malaise profond, celui d'être obligée de travestir qui je suis pour exister socialement* ». Souvent contraintes d'adopter le langage affectif dominant, ces femmes autistes masquent leur fonctionnement réel, ce qui crée un écart entre désir et comportement, accroît leur vulnérabilité face à la manipulation psychologique (*gaslighting*) et aux violences et nourrit un sentiment d'imposture.

### Travail émotionnel et désavantage affectif

Les normes sociales de genre, de validité et de sexualité produisent des attentes implicites quant aux manières légitimes de ressentir, de se comporter et d'entrer en relation. Dans ce cadre normatif, certaines décrivent un rapport fragilisé à elles-mêmes, marqué par les différences dans l'expérience et le traitement des émotions, ainsi qu'une difficulté à affirmer leurs émotions, leurs besoins ou leurs désirs. En ce sens, les travaux récents sur l'injustice affective (Krueger 2023) offrent un cadre analytique pertinent pour appréhender la manière

dont les environnements physiques et sociaux structurent, contraignent et hiérarchisent les expériences émotionnelles. Pismenny, Eickers et Prinz (2024) définissent l'injustice émotionnelle comme une situation dans laquelle « le traitement des émotions est injuste, ou les émotions sont utilisées pour traiter les personnes de manière injuste » (154, traduction personnelle). Cette approche permet de saisir comment certaines émotions sont systématiquement disqualifiées, mal interprétées ou instrumentalisées au détriment de groupes socialement marginalisés. Ces injustices peuvent se manifester par la mésinterprétation des émotions (surestimation, sous-estimation ou inversion), la diffamation émotionnelle, la régulation normative des émotions ou l'instrumentalisation affective pour contrôler ou rabaisser autrui (Pismenny, Eickers et Prinz 2024).

Dans le cadre des relations intimes, ces dynamiques sont souvent amplifiées pour les femmes autistes, qui doivent naviguer à la fois dans des normes genrées et dans des attentes sociales neurotypiques, tout en gérant leur décalage corporel et sensoriel. Ainsi, Léa me décrit sa vie amoureuse : « *Franchement, ça me gave... Mon copain me reproche d'être trop rigide, genre il dit que je suis "difficile" au quotidien mais en vrai j'ai juste besoin que les choses soient un peu organisées à ma façon. Du coup, il finit par faire des trucs seulement avec ses potes* ». Les besoins de Léa, comme l'organisation, la clarté, les routines spécifiques ou le besoin de planifier, sont disqualifiés sur le plan émotionnel.

Cela traduit également une forme de reconnaissance injuste, dans la mesure où celle-ci invalide leur expérience subjective. « *Et en plus, il me dit que je manque d'empathie ou que je comprends rien, et il utilise mon TSA, inverse chaque situation comme si mes émotions n'existent pas, j'en ai marre parce que j'ai l'impression que c'est toujours moi qui dois faire des efforts, alors que lui, il ne se remet jamais en question ni ne cherche à s'adapter* ». Ses émotions sont ignorées ou interprétées négativement – « *tu es difficile* », « *tu manques d'empathie* ». Ses réactions sont interprétées comme des défauts de caractère alors qu'elles traduisent une différence cognitive liée à l'autisme, celui-ci étant utilisé contre elle. Léa doit adapter son comportement pour satisfaire les attentes relationnelles, tout en gérant ses propres besoins. Elle est également confrontée à une forme d'intrusion émotionnelle, dans la mesure où ses sentiments et ses besoins sont scrutés, jugés et critiqués, ce qui la place dans une position de vulnérabilité et de devoir constant de justification. Elle est souvent submergée par tout ce qui l'entoure et, quand elle en parle à son conjoint, « *il ne comprend pas toujours, pas forcément parce qu'il s'en fiche, mais parce qu'il ne le prend pas vraiment au sérieux. Je me sens peu soutenue, souvent seule avec ça. Et parfois, dans ses réactions, dans ce qu'il dit je sens comme si ma souffrance devait être expliquée ou corrigée* ».

L'injustice affective ne se limite pas à des interactions isolées, elle s'incarne dans la manière dont les corps occupent l'espace, se déplacent et interagissent dans des environnements conçus pour des normes neurotypiques. Alice et Léa adoptent des styles d'expression et de comportement qui ne correspondent pas toujours à leur confort naturel pour naviguer dans des contextes sociaux et physiques normatifs, ce qui demande un effort constant et épuisant de camouflage, comme abordé précédemment. Ce travail émotionnel et comportemental vise à réduire le risque d'incompréhension, de stigmatisation ou d'intrusion, mais il reproduit simultanément un désavantage structurel : leur agentivité spatiale et émotionnelle est limitée par des environnements qui ne leur permettent pas de se sentir chez elles.

Cette analyse s'inscrit directement dans le prolongement des travaux de Jo Abillama (ce numéro), qui défend l'idée de l'existence d'une socialité autistique alternative et pleinement constituée, régie par des normes, des valeurs et des attentes propres. En mobilisant



explicitement la théorie des affects (et en particulier les travaux de Sara Ahmed sur l'aliénation affective ainsi que ceux de Kathleen Stewart sur les (dés)accordages atmosphériques), Abillama montre que les difficultés sociales attribuées aux personnes autistes ne relèvent pas d'un déficit relationnel, mais d'un désajustement structurel entre des corps autistiques et des environnements façonnés par et pour la normativité allistique. Dans cette perspective, les personnes autistes apparaissent comme des « aliens affectifs » au sens de Sara Ahmed : leurs affects, leurs attachements et leurs manières d'entrer en relation ne sont pas socialement valorisés, et sont dès lors perçus comme inappropriés ou problématiques. Ce décalage affectif se manifeste concrètement dans les interactions ordinaires, mais aussi dans la manière dont les corps occupent l'espace, se déplacent et sont contraints à des formes de discipline affective et corporelle, notamment à travers le camouflage. Ainsi, l'effort constant requis pour performer une socialité neurotypique ne constitue pas une stratégie individuelle neutre, mais l'effet d'une injustice affective systémique, qui invisibilise et délégitime les formes propres de socialité autistique décrites par Abillama.

Cette inadéquation entre les comportements et les attentes sociales genrées illustre concrètement les mécanismes de validisme épistémique et d'injustice émotionnelle par lesquels leurs expériences et perceptions sont disqualifiées ou invisibilisées (Pismenny, Eickers et Prinz 2024). Comme me l'explique Alice quand on aborde l'expérience sur les plateformes de rencontre, « *On me dit que je parais agressive dans mes messages Tinder.* », une simple expression écrite pouvant être interprétée de manière négative. Alice doit alors mobiliser un travail émotionnel supplémentaire pour se justifier, corriger sa communication ou gérer le jugement. Le besoin d'adapter son expression émotionnelle et comportementale devient un travail affectif invisible, qui n'est ni reconnu ni compensé. Ces femmes autistes doivent constamment adapter leurs expressions et réguler leurs émotions pour éviter de provoquer des conflits, tout en faisant l'effort de rester bienveillantes et compréhensibles.

Les échanges suggèrent qu'Alice et Léa sont fréquemment perçues à l'intersection du handicap et de la psychiatrisation, ce qui complique leur rapport à l'intimité. Leurs comportements et modes d'expression sont souvent interprétés à travers un prisme saniste, c'est-à-dire vu comme des signes de folie, d'instabilité ou de dysfonctionnement psychiques, plutôt que reconnus comme des expressions situées, cohérentes et légitimes. Cette stigmatisation fragilise leur capacité à faire reconnaître leurs désirs, à poser des limites et à être considérées comme des partenaires à part entière. En ce sens, les stéréotypes validistes contribuent à les disqualifier en tant que témoins crédibles de leur propre expérience, et constituent ainsi un obstacle majeur à la reconnaissance des violences sexistes et sexuelles. Les normes sociales et genrées, combinées au validisme, créent une injustice émotionnelle envers certaines femmes autistes. Leurs émotions et besoins sont ignorés et utilisés pour renforcer des rapports de pouvoir inégaux dans la sphère intime, ce qui entraîne un désavantage affectif structurel. Cette grille théorique permet de comprendre pourquoi le travail affectif et émotionnel de femmes autistes dans les relations intimes est souvent invisible et injustement évalué, et constitue un angle essentiel pour penser une approche critique de la sexualité et du genre dans l'autisme.

Temporalités sensibles, écologies relationnelles : quelques pistes de réflexion

L'observation des scripts autistes et des normes de genre associées ne concerne pas uniquement les femmes autistes ; elle offre à tous et toutes un outil pour comprendre comment le



consentement, la communication et la régulation émotionnelle sont codifiés. En identifiant ces modèles, il devient possible de puiser des ressources pour améliorer la qualité des interactions, favoriser des pratiques relationnelles plus juste, et réfléchir à des alternatives aux normes dominantes. Ces premiers matériaux invitent à proposer quelques pistes de réflexion, notamment une attention portée aux temporalités sensibles pour penser une écologie relationnelle plus souple, plus inclusive, et respectueuse des rythmes corporels et sensoriels. Léa m'explique en ce sens que son « *TSA influence ma sexualité à plusieurs niveaux. Elle fait partie de mes intérêts spécifiques et me sert de stim pour réguler mes sensations et émotions, notamment en cas de surcharge cognitive, en stimulant dopamine et ocytocine. J'ai une hypersensibilité tactile mais une hyposensibilité proprioceptive : je supporte mal les contacts légers, mais les pressions fermes sont agréables* ». Une relation peut s'appuyer sur des stimulations partagées comme écouter de la musique, un contact peau à peau, ou des intérêts communs.

Certaines pratiques s'inscrivent dans une dynamique relationnelle où la notion de temps crip prend tout son sens. Selon Alison Kafer (2013), le temps crip ne désigne pas seulement un « temps lent », mais aussi une reconfiguration du temps imposé : il s'agit de créer un rapport au temps qui tienne compte des besoins corporels, cognitifs, émotionnels et sensoriels. Cela peut signifier avoir besoin de pauses, de répit, d'anticipation, de flexibilité, mais aussi de moments de solitude ou de retrait. En ce sens, le temps crip devient un outil critique pour repenser les normes de fonctionnement et de temporalité dans toutes les sphères de la vie. Chez Léa et Alice, le temps socialement genré, qui valorise la réactivité, l'écoute, l'organisation domestique ou affective, s'entrecroise avec le temps neurodivergent, souvent décalé, pas forcément oralisant, ou non conforme aux rythmes dits « normaux ». Les normes sexuelles sont fortement liées à des attentes de rythme, de spontanéité, d'endurance et de performance, souvent calquées sur des modèles hétéronormés et validistes. Le désir doit être réactif, la réponse sexuelle rapide, la communication fluide, l'intimité prévisible. Cette idée ne se limite pas à la sexualité, mais s'étend aux temporalités de vie plus larges.

Les attentes autour du mariage, de la parentalité ou de la constitution de relations durables imposent des échéances et des repères qui ne correspondent pas toujours aux rythmes et aux besoins des personnes autistes, soulignant la nécessité d'une approche plus flexible et respectueuse des temporalités individuelles. Cette idée rejoint des analyses récentes selon lesquelles les temporalités chrononormatives (linéaires, orientées vers des étapes attendues) peuvent être inadaptées aux vécus autistes, et que les récits autistes produisent des temporalités alternatives qui échappent à ces « pièges narratifs » du temps socialement prescrit (Pyne 2025).

Le temps crip permet de repenser la possibilité d'aménager les temporalités de l'intimité. Prendre plus de temps pour construire une relation de confiance, négocier les gestes et les interactions à l'avance, installer des routines et des monotonies, des temporalités souvent dévalorisées par les normes cishétérosexuelles : « *Dès que le sexe ne se passe pas comme d'habitude, ça me va pas, c'est tout l'enjeu d'être autiste* ». Pour de nombreuses personnes autistes, comme Alice, la planification et la prévisibilité sont des stratégies nécessaires pour se sentir en sécurité et en contrôle. Certaines pratiques peuvent permettre d'ajuster les temporalités et les conditions de l'intimité : instaurer des pauses, utiliser des supports ergonomiques pour adopter des postures plus confortables, s'autoriser à refuser sans justification, ou créer un espace où le désir émerge autrement – plus lentement ou en dehors des normes linéaires de l'excitation sexuelle classique. Il s'agit également de privilégier une sexualité ludique et multimodale, par exemple via des stimulations motrices. Cela passe par la création d'espaces qui valorisent le refus, le non-désir et l'asexualité comme légitimes.



Concrètement, le temps crip sexuel peut se manifester par le besoin de préparer mentalement un moment intime, parfois plusieurs heures ou jours à l'avance, afin d'intégrer les dimensions sensorielles et émotionnelles impliquées. Léa exprime la nécessité de ritualiser l'approche corporelle, par exemple à travers des étapes prévisibles, clairement énoncées et consenties. Cette autre temporalité est aussi une revendication d'une sexualité non normative, lente, fragmentée, fluide ou discontinue, en rupture avec les injonctions à la réciprocité immédiate. Cela peut être une manière de se réapproprier son corps, son désir et sa manière d'être en lien, sans avoir à « rattraper » un rythme social extérieur.

À ce stade, il devient pertinent de distinguer analytiquement la sexualité, entendue comme un ensemble de pratiques, de normes et de scripts, de ce que l'on peut appeler l'éros. Celui-ci renvoie moins à l'acte sexuel qu'à une force relationnelle et sensorielle engageant les corps, les affects, l'attention et la co-présence. Cette perspective invite à penser une véritable écologie érotique, non comme une extension de la sexualité, mais comme un ensemble de relations sensibles entre corps, temporalités et environnements, au sein desquelles le plaisir, le refus et le non-désir sont également reconnus comme des modalités légitimes du lien. En ce sens, la sexualité devient un lieu de résistance au validisme sexuel, mais aussi une manière d'habiter ses relations et son corps à travers des temporalités plus justes, plus sensibles, plus libres (Bertilsdotter Rosqvist et Jackson-Perry 2021). La sexualité dépasse alors le schéma classique (désir, acte pénétratif), d'autant que les scripts sexuels normatifs sont construits historiquement autour des attentes des hommes hétérosexuels. Le plaisir peut y être sensoriel, relationnel, non sexuel et se vivre sous des formes subtiles.

Les pratiques décrites par les personnes autistes rencontrées dans cette enquête (qu'il s'agisse de stimulations sensorielles partagées, de régulation émotionnelle par le contact, ou de plaisirs non pénétratif) peuvent ainsi être comprises comme des formes situées d'écologie du désir, du plaisir et parfois de la douleur. Sans prétendre épuiser ces filiations théoriques, cette lecture permet de penser les stim autistiques comme des pratiques relationnelles incarnées, qui participent à une reconfiguration érotique des rapports au corps, aux autres et aux milieux.

Dans cette perspective, Ombre Tarragnat (à venir) explique que le *stimming* pourrait être compris comme une pratique *queersomatique*, il permet aux corps autistiques de s'accorder au monde et aux autres de manière située, en investissant leurs mouvements et sensations dans des interactions qui produisent simultanément plaisir, désir et transformation relationnelle. Ce point de vue renforce l'idée que le *stimming* n'est pas seulement une réponse individuelle à la surcharge sensorielle, mais un moyen de créer des relations incarnées avec les environnements.

Ainsi, les spécificités sensorielles et neurocognitives influencent non seulement la perception du plaisir, mais également les formes d'intimité choisies et pratiquées par les personnes autistes. Ces expériences mettent en évidence un rapport au corps et à la sexualité qui s'écarte des modèles normatifs et qui valorise la régulation sensorielle, le contrôle des interactions et l'adaptation aux propres besoins corporels. Certaines voient la sexualité comme un spectre vivant et valorisent « l'érotique handie » (Piepzna-Samarasinha 2018) qui lie validisme, normes de genre et neurodiversité. Sur certains forums, des personnes neuroatypiques explorent des sexualités alternatives, comme le BDSM ou le shibari, appréciées non pour leur caractère transgressif, mais pour leurs cadres, consentement explicite, communication claire, règle et durée précise, pauses et adaptation aux sensibilités sensorielles (hyper- ou hyposensibilité tactile). Les spécificités sensorielles et neurocognitives influencent non seulement la perception du plaisir, mais également les formes d'intimité choisies et pratiquées par les personnes autistes. Ces expériences mettent en évidence un rapport au corps



et à la sexualité qui s'écarte des modèles normatifs centrés sur la réactivité, la spontanéité ou la performance sexuelle.

Afin de mieux préparer et anticiper les interactions corporelles, des outils pourraient être mis en place, comme des cartes des zones corporelles à stimuler ou à éviter, des kits sensoriels personnalisés (textures, sons, odeurs apaisantes), ou des fiches de stims préférés à partager avec les partenaires. Certains matériaux peuvent réduire les contacts désagréables et l'usage d'un casque antibruit ou d'écouteurs peut aider à moduler l'environnement sonore sans conduire à l'isolement total. Des objets tels que des balles lestées ou des fidgets tactiles peuvent également contribuer à l'ancrage corporel et à la régulation émotionnelle. Ces outils illustrent comment la prise en compte des besoins sensoriels et corporels contribuerait peut-être à rendre l'intimité affective et sexuelle plus accessible, sécurisée et satisfaisante pour les personnes autistes.

Mais l'accessibilité de l'intimité dépend avant tout de la qualité de l'échange entre partenaires, le concept de double empathie (Milton 2012) remettant en cause l'idée que les personnes autistes manquent d'empathie. Il souligne un malentendu réciproque entre autistes et non-autistes, dû à des modes différents de perception et de communication, plutôt qu'à un déficit, c'est pourquoi il est essentiel de favoriser une communication neuromixte (Désormeaux-Moreau, Courcy et Charron 2024). Adapté au contexte de la sexualité, le guide de Désormeaux-Moreau, Courcy et Charron sur la communication neuromixte en milieu de travail pourrait, par exemple, servir d'outil concret pour repenser les interactions intimes en valorisant toutes les formes d'expression et en reconnaissant les besoins et rythmes propres des personnes autistes. Il insiste sur l'explicitation des intentions, l'adaptation du rythme et la vérification mutuelle de la compréhension, afin de réduire malentendus et stigmatisation. Ces pistes permettent de construire des relations plus inclusives, respectueuses des corps, des émotions et des désirs.

Ni Alice ni Léa n'ont abordé ce sujet, mais l'asexualité mérite d'être envisagée comme une piste de réflexion. Elle revient souvent dans les récits en ligne, mais son expression reste difficile et souvent invalidée, perçue comme un symptôme ou une anomalie en raison des injonctions à la disponibilité affective des femmes, renforcées par le validisme et l'hétéronormativité (Carroll 2020). Cette position peut pourtant constituer une forme d'émancipation et invite à repenser les limites physiques et émotionnelles dans les relations (a)romantiques et (a)sexuelles (Bush, Williams, et Mendes 2021). Le consentement continu (oral ou non), l'usage de documents écrits et une communication directe facilitent l'établissement de limites et nourrissent des relations plus respectueuses. Les besoins sensoriels (balancements, stimulations vestibulaires, stimulations extérieures, vêtements doux, etc.) rappellent que vivre ensemble ne se réduit pas à une seule façon de vivre l'intimité. En ce sens, dormir séparément, limiter le contact physique ou privilégier d'autres formes d'intimité (silence partagé, stim mutuel) apparaissent comme autant de pratiques légitimes. C'est le cas pour Alice, qui remet en question le primat des rapports sexuels dans les relations romantiques : « *Je lui ai dit qu'avec mon ex on se voyait parfois, qu'on dormait ensemble, qu'on se faisait des câlins et il m'a direct demandé si on couchait ensemble, je comprends pas pourquoi, depuis quand c'est le sexe qui définit une relation amoureuse* ». Contrairement aux idées reçues, la sexualité des personnes autistes est bien présente et parfois même un centre d'intérêt particulier, demandant souvent créativité pour réinventer désirs et pratiques hors des modèles traditionnels. Si la sexualité est vécue comme centrale pour certaines personnes autistes, ce n'est pas le cas de toutes, l'asexualité et l'aromanticité sont aussi des réalités, ce qui souligne la diversité des expériences affectives et sexuelles.



## Conclusion

Ce que montrent les récits recueillis, c'est que la sexualité et l'intimité ne sont pas seulement des espaces de désir, mais des lieux où s'imposent des normes neurotypiques et genrées, contraignant les femmes autistes à se conformer, se justifier et se camoufler (corporellement, émotionnellement et relationnellement). L'idée de scripts sexuels neurotypiques offre un angle d'observation qui valorise ces expériences, en mettant l'accent sur les pratiques, les préférences et les rythmes propres de femmes autistes. Cette intersection entre autisme et normes de genre peut produire des obstacles spécifiques dans l'intimité, les attentes sociales qui assignent aux femmes des rôles passifs ou émotionnellement « adaptés » dans les interactions sexuelles pouvant entrer en conflit avec des styles de désir, de consentement ou de communication qui ne correspondent pas à ces normes.

Dans ce cadre, analyser les scripts sexuels neurotypiques ouvre la possibilité de repenser les interactions sexuelles et affectives des femmes autistes, non pas comme des déficits à corriger, mais comme des formes légitimes de l'expérience intime, offrant ainsi un outil théorique pour observer les stratégies, adaptations et résistances mises en œuvre dans l'intimité. J'espère que nous pourrions voir de plus en plus de travaux pour éclairer la manière dont les scripts genrés et neuronormés structurent les expériences intimes, en produisant des ajustements corporels et émotionnels particulièrement coûteux. Ces ajustements relèvent moins de choix individuels que de rapports de pouvoir inscrits dans les normes sociales dominantes.

Ce premier terrain exploratoire met en évidence plusieurs contraintes spécifiques, liées aux textures des vêtements, aux stimulations sensorielles, mais aussi aux codes sociaux et genrés de la séduction et de la sexualité. Les scripts sexuels normatifs, codifiés et hétéronormés, entrent en conflit avec les modes de communication atypiques et les rythmes sensori-cognitifs d'Alice et Léa, générant un sentiment d'inadéquation et de décalage social. La préenquête a permis d'identifier que les stratégies relationnelles mobilisées par ces femmes (anticipation, planification, verbalisation explicite, mise en place de signaux clairs) constituent autant de mécanismes d'adaptation et d'empouvoirement, permettant de négocier l'intimité dans un contexte hostile aux différences. Ces constats rejoignent les analyses des études critiques du handicap et des études de la neurodiversité, qui insistent sur la dimension systémique et normative de ces obstacles et sur la nécessité de considérer la pluralité des corps-esprits et des expériences pour repenser l'intimité et le soin au sens large. Ces dynamiques ne peuvent être généralisées de manière homogène : les expériences de la socialité autistique se configurent toujours à l'intersection d'autres rapports sociaux, notamment de genre, de sexualité, de race et d'autres formes d'inégalités ou de marginalisation. On peut formuler l'hypothèse que les exigences de conformité sociale, affective et corporelle sont multipliées pour certaines personnes.

Ces premières réflexions permettent de mieux comprendre la double marginalisation subie par les participantes en raison de leur statut de femmes autistes et de dégager des pistes pour la mise en œuvre du terrain doctoral. Elles invitent également à approfondir ces pistes en restant attentive aux variations, aux écarts et aux configurations singulières, afin de ne pas reconduire une lecture homogénéisante des trajectoires de vie des femmes autistes. L'objectif principal reste d'éclairer des expériences singulières et complexes, tout en respectant la pluralité et la spécificité des trajectoires de vie.

Méthodologiquement, cette phase exploratoire a servi à affiner la construction des matériaux d'enquête, à préparer la prochaine étape qualitative et à saisir les dynamiques de



pouvoir et d'injustices épistémiques dans lesquelles ces expériences s'inscrivent. L'articulation entre données empiriques et paradigmes théoriques constitue un enjeu central pour la suite. Loin de se contenter d'une approche strictement biomédicale ou de corriger des déficiences individuelles, cette démarche vise à mettre en lumière la manière dont les normes sociales, matérielles et institutionnelles produisent et organisent l'expérience de l'autisme. Les concepts de temps crip et d'émoatypie permettent de lire les données à la lumière des théories critiques, tout en donnant une visibilité et une légitimité aux savoirs situés des participantes.

### Remerciements

Je remercie chaleureusement les relecteur-rices pour le temps qu'ils ont consacré à la lecture de ce travail, ainsi que pour la générosité de leurs commentaires. Leurs retours ont constitué un soutien précieux dans ce début de terrain sensible, en contribuant à affiner mes analyses, à préciser mes choix théoriques et à renforcer la rigueur de ce travail. Je tiens également à remercier Ombre Tarragnat pour sa patience et son précieux accompagnement.

### Travaux cités

- Abillama, Jo. 2026. « The Autist as a Social Being: Affect Alienation and Atmospheric (Dis)attunements ». *Feral Feminisms* 17.
- Bargiela, Sarah, Robyn Steward, et William Mandy. 2016. « The Experiences of Late-Diagnosed Women with Autism Spectrum Conditions: An Investigation of the Female Autism Phenotype ». *Journal of Autism and Developmental Disorders* 46 (10) : 3281–94. <https://doi.org/10.1007/s10803-016-2872-8>.
- Baril, Alexandre. 2018. « Hommes trans et handicapés : une analyse croisée du cisgenrisme et du capacitisme ». *Genre, sexualité et société* 19 (juin). <https://doi.org/10.4000/gss.4218>.
- Barnett, Jessica Penwell. 2017. « Intersectional Harassment and Deviant Embodiment among Autistic Adults: (Dis)Ability, Gender and Sexuality ». *Culture, Health & Sexuality* 19 (11) : 1210–24. <https://doi.org/10.1080/13691058.2017.1309070>.
- Bertilsdotter Rosqvist, Hanna, et David Jackson-Perry. 2021. « Not Doing It Properly? (Re)Producing and Resisting Knowledge Through Narratives of Autistic Sexualities ». *Sexuality and Disability* 39 (2) : 327–44. <https://doi.org/10.1007/s11195-020-09624-5>.
- Boivin, Julia, et Jennifer Fournier. 2022. « Vivre le handicap en établissement. Résonances en termes de sexualité et d'autodétermination ? » *La nouvelle revue - Éducation et société inclusives* 94 (2) : 165–80. <https://doi.org/10.3917/nresi.094.0165>.
- Botha, Monique, Robert Chapman, Morénike Giwa Onaiwu, Steven K Kapp, Abs Stannard Ashley, et Nick Walker. 2024. « The Neurodiversity Concept Was Developed Collectively: An Overdue Correction on the Origins of Neurodiversity Theory ». *Autism* 28 (6) : 1591–94. <https://doi.org/10.1177/13623613241237871>.
- Bouchet, Célia. 2021. « Handicap et genre dans la formation des couples. Des ressorts sociologiques classiques ? » *Revue française des affaires sociales* 1 (avril) : 43–68. <https://doi.org/10.3917/rfas.211.0043>.



- Braun, Virginia, et Victoria Clarke. 2006. « Using Thematic Analysis in Psychology ». *Qualitative Research in Psychology* 3 (2) : 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qpo630a>.
- Brooks, Emily. 2018. « “Healthy Sexuality”: Opposing Forces? Autism and Dating, Romance, and Sexuality in the Mainstream Media ». *Canadian Journal of Disability Studies* 7 (2): 161–86. <https://doi.org/10.15353/cjds.v7i2.428>.
- Bush, Hillary H., Lindsey W. Williams, et Eva Mendes. 2021. « Brief Report: Asexuality and Young Women on the Autism Spectrum ». *Journal of Autism and Developmental Disorders* 51 (2) : 725–33. <https://doi.org/10.1007/s10803-020-04565-6>.
- Butler, Judith. 2005. *Trouble dans le genre : pour un féminisme de la subversion*. La Découverte.
- Carroll, Megan. 2020. « What Can Asexuality Offer Sociology? Insights from the 2017 Asexual Community Census ». In *Outskirts: Queer Experiences on the Fringe*, dirigé par D’Lane R. Compton et Amy L. Stone. New York University Press.
- Chapman, Robert, et Havi Carel. 2022. « Neurodiversity, Epistemic Injustice, and the Good Human Life ». *Journal of Social Philosophy* 53 (4) : 614–31. <https://doi.org/10.1111/josp.12456>.
- Courcy, Isabelle. 2021. « “Nous les femmes on est une sous-culture dans l’autisme”. Expériences et point de vue de femmes autistes sur le genre et l’accompagnement » *Nouvelles Questions Féministes* 40 (2) : 116–31. <https://doi.org/10.3917/nqf.402.0116>.
- Davidson, Joyce, et Sophie Tamas. 2016. « Autism and the Ghost of Gender ». *Emotion, Space and Society* 19 (mai) : 59–65. <https://doi.org/10.1016/j.emospa.2015.09.009>.
- Debergh, Marlyse, et Sophie Torrent. 2020. « “C’est une pièce qui rentre dans une autre pièce” : Normer les corps par l’éducation à la santé sexuelle en Suisse romande ». *Genre, sexualité et société* 24 (novembre). <https://doi.org/10.4000/gss.6248>.
- Désormeaux-Moreau, Maude, Isabelle Courcy, et Marie Charron. 2024. *Faciliter la communication neuromixte en milieu de travail*. CRISPESH.
- Désormeaux-Moreau, Marjorie. 2024. « Savoirs sur l’autisme et savoirs autistes : Réflexion sur les enjeux épistémologiques et les injustices épistémiques qui caractérisent la recherche et les connaissances dans le domaine de l’autisme ». *Cahiers franco-latino-américains d’études sur le handicap*, 2 (décembre). [https://doi.org/10.56078/cfla\\_discapacidad.345](https://doi.org/10.56078/cfla_discapacidad.345).
- Dwyer, Patrick. 2022. « The Neurodiversity Approach(es): What Are They and What Do They Mean for Researchers? » *Human Development* 66 (2) : 73–92. <https://doi.org/10.1159/000523723>.
- Gagnon, John H. 1999. « Les usages explicites et implicites de la perspective des scripts dans les recherches sur la sexualité ». *Actes de la recherche en sciences sociales* 128 (1) : 73–9. <https://doi.org/10.3406/arss.1999.3515>.
- Gagnon, John H., et William Simon. 2017. *Sexual Conduct: The Social Sources of Human Sexuality*. 2<sup>e</sup> éd. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315129242>.
- Garland-Thomson, Rosemarie. 2002. « Integrating Disability, Transforming Feminist Theory ». *NWSA Journal* 14 (3) : 1–32.
- Giami, Alain. 2023. « Présentation de la théorie des scripts de la sexualité (John Gagnon) » : *Sexologies* 32 (1) : 61–70. <https://doi.org/10.1684/sexol.2023.0001>.
- Gillespie-Lynch, Kristen, et Monique Botha. 2022. « Come As You Are: Examining Autistic Identity Development and the Neurodiversity Movement through an Intersectional Lens ». *Human Development* 62 (2) : 92–112. <https://doi.org/10.1159/000524123>.
- Goffman, Erving. 1973. Traduit par Alain Kihm. *La mise en scène de la vie quotidienne*. Éditions de Minuit.



- Green, Laurie. 2024. « AFFECT [again] ». 23 février. <https://lauriegreen.substack.com/p/affect-again>.
- Haraway, Donna. 2007. *Manifeste cyborg et autres essais : sciences, fictions, féminismes*. Anthologie établie par Laurence Allard, Delphine Gardey, et Nathalie Magnan. Exils.
- Harding, Sandra G. 1991. *Whose Science? Whose Knowledge?: Thinking from Women's Lives*. Cornell University Press.
- Hull, Laura, K. V. Petrides, Carrie Allison, et al. 2017. « "Putting on My Best Normal": Social Camouflaging in Adults with Autism Spectrum Conditions ». *Journal of Autism and Developmental Disorders* 47 (8) : 2519–34. <https://doi.org/10.1007/s10803-017-3166-5>.
- Kafer, Alison. 2013. *Feminist, Queer, Crip*. Indiana University Press.
- Krueger, Joel. 2023. « An Ecological Approach to Affective Injustice ». *Philosophical Topics* 51 (1) : 85–112.
- Labrecque-Lebeau, Lisandre, Chloé Dauphinais, et Guillaume Ouellet. 2023. « Ça reste encore mystérieux pour moi” : récits et expériences du genre chez les personnes autistes ». *Genre, sexualité et société* 30 (décembre). <https://doi.org/10.4000/gss.8509>.
- Laflamme, Maude, et Line Chamberland. 2020. « L'expérience d'une double différence : quand l'autisme croise la diversité sexuelle et de genre ». *Genre, sexualité et société* 24 (novembre). <https://doi.org/10.4000/gss.6286>.
- Liepkalne, Santa et Bite, Ieva. 2020. « Quality of life assessment and romantic relationship satisfaction among adults with and without traits of autism spectrum disorder ». *Baltic Journal of Psychology / Baltijas Psiholoģijas Žurnāls* 21 (1–2) :115–24. <https://doi.org/10.22364/bjpp.21.01-02>.
- Lin, Ling-Yi, et Pai-Chuan Huang. 2019. « Quality of Life and Its Related Factors for Adults with Autism Spectrum Disorder ». *Disability and Rehabilitation* 41 (8) : 896–903. <https://doi.org/10.1080/09638288.2017.1414887>.
- Madiot, Justine. 2021. « Les effets de l'interaction du genre et du handicap : l'expérience de femmes handicapées en matière de sexualité ». *Revue française des affaires sociales* 1 (avril) : 69–86. <https://doi.org/10.3917/rfas.211.0069>.
- Masson, Dominique. 2022. « Les théories féministes anglosaxonnes du handicap : Cartographie des Feminist Disability Studies ». *Travail, genre et sociétés* 48 (2) : 89–109. <https://doi.org/10.3917/tgs.048.0089>.
- McRuer, Robert. 2006. *Crip Theory: Cultural Signs of Queerness and Disability*. NYU Press.
- Milton, Damian E.M. 2012. « On the Ontological Status of Autism: The 'Double Empathy Problem' ». *Disability & Society* 27 (6) : 883–7. <https://doi.org/10.1080/09687599.2012.710008>.
- Morris, Jenny. 1993. « Feminism and Disability ». *Feminist Review* 43 : 57–70. <https://doi.org/10.2307/1395069>.
- Nayak, Lucie. 2016. « Les scripts de la sexualité des personnes désignées comme "handicapées mentales" ». *Sexologies* 25 (3) : 100–6. <https://doi.org/10.1016/j.sexol.2016.05.002>.
- Pellicano, Elizabeth, Adam Dinsmore, et Tony Charman. 2014. « What Should Autism Research Focus Upon? Community Views and Priorities from the United Kingdom ». *Autism* 18 (7) : 756–70. <https://doi.org/10.1177/1362361314529627>.
- Piepzna-Samarasinha, Leah Lakshmi. 2018. *Care Work: Dreaming Disability Justice*. Arsenal Pulp Press.
- Pismenny, Arina, Gen Eickers, et Jesse Prinz. 2024. « Emotional Injustice ». *Ergo an Open Access Journal of Philosophy* 11 : 150–176. <https://doi.org/10.3998/ergo.5711>.
- Pyne, Jake. 2025. « Temporalités trans, perturbations autistiques : échapper aux pièges narratifs du temps ». Traduit par Ombre Tarragnat. CrashRoom, March 19, 2025.



<https://crashroom.ooo/2025/03/19/temporalites-trans-perturbations-autistiques-echapper-aux-pieges-narratifs-du-temps/>.

Rubin, Gayle. 2011. *Surveiller et jouir : Anthropologie politique du sexe*. EPEL.

Tarragnat, Ombre. À venir. « Queer Ethologies and the More-Than\* Potentials of Animality ». In *Neuroqueer Theory and Practice*, dirigé par Nick Walker. Autonomous Press.

Turner, Daniel, Peer Briken, et Daniel Schöttle. 2017. « Autism-Spectrum Disorders in Adolescence and Adulthood: Focus on Sexuality ». *Current Opinion in Psychiatry* 30 (6): 409–16.

<https://doi.org/10.1097/YCO.000000000000369>.

Yew, Rui Ying, Priscilla Samuel, Merrilyn Hooley, Gary B. Mesibov, et Mark A. Stokes. 2021. « A Systematic Review of Romantic Relationship Initiation and Maintenance Factors in Autism ». *Personal Relationships* 28 (4) : 777–802. <https://doi.org/10.1111/perc.12397>.

CLARA NICOLAS est doctorante en santé et société à l'Université du Québec à Montréal (UQAM). Ses travaux portent sur le *care*, les relations de dépendance, ainsi que sur la vie affective des femmes autistes. Elle s'intéresse également aux obstacles institutionnels et sociaux rencontrés par les personnes en situation de handicap et leurs proches aidant-es dans leurs parcours de vie.