

Dorota Chadzynski, psychomotricienne et psychologue clinicienne/psychothérapeute

Comme la plupart de vous je suis en contact avec les parents des bébés, enfants, ado et adultes autistes et je peux témoigner déjà d'une nécessité pour eux (adultes surtout) d'avoir une régulation extérieure sans laquelle ils s'enferment dans leur routine et ne font pas attention à leur aspect physique, leur nourriture, leur besoins physiologiques.

Une patiente perd la notion du temps, ne s'habille plus car elle ne sort pas et ne sait plus quand il faut se coucher, il fait chaud ou froid.

Quand je me suis rendu compte de cela, je lui ai proposé de passer des consultations au téléphone à celles par Skype le matin, deux fois par semaine, pour qu'elle soit motivée à se lever, faire son lit, s'habiller, se coiffer et prendre son petit déjeuner.

Donc Skype peut aider à structurer l'image de soi et de la journée. Et ce qui importe, ce sont également les mimiques...

Sans personne en face pendant le confinement, les adultes autistes n'exercent pas leurs mimiques et leur expression s'efface. C'est bien de rire avec eux et qu'ils contractent leurs muscles du visage.

Certaines douleurs sont modifiées dans les TSA et il est important de poser certaines questions pour savoir si le patient ne couve pas quelque chose.

Certains ne mangent rien, etc ... Pour d'autres, il est important de leur proposer des activités corporelles par Skype, même parfois la respiration ou les contractions contre les angoisses.

Beaucoup de ces personnes ont besoin de déambuler, de se dépenser ici et là, elles ne le peuvent pas, ce qui n'est pas évident pour elles. Avec la nouvelle attestation de sorties prolongées pour les autistes, les parents sont soulagés de pouvoir sortir plus souvent.

Un vélo d'appartement peut résoudre parfois le besoin d'activité physique. Mais il faut pouvoir se le procurer. Ou la Wii sport pour les ados : ils peuvent danser, ou faire du sport face à la vidéo, c'est déjà ça!

Voilà quelques idées pratiques. Il faut les contacter régulièrement surtout s'ils vivent seuls.

Il y a des situations aberrantes : une patiente adulte autiste doit poursuivre sa rééducation du genou et ne le peut pas car les kinés ont été réquisitionnés pour faire de la kiné respiratoire en premier lieu. J'essaie de l'aider à continuer ses mouvements par Skype, dans la mesure de mes connaissances, mais ce n'est pas de la kiné. Cependant, il est nécessaire qu'elle mobilise son corps sans se faire mal (qui fait quoi?).

C'est aussi un moment pour penser différemment la permanence de l'objet pour certains patients qui n'ont plus l'occasion d'avoir leur suivi régulier (visio, téléphone avec chansons, proposition d'objets ou activités symboliques, du sensori-moteur à travers Skype ...

Problèmes de gestion et de filtrage sensoriel : un ado autiste était incapable de me regarder via l'écran mais lorsqu'il a mis son casque, il n'y a plus eu de problème : il était présent ; les bruits étaient filtrés par le casque, ce qui lui a permis de rester disponible dans notre rencontre.

Voilà le site à conseiller pour le Qi-Gong des yeux pour tous ceux qui sont tout le temps sur les écrans pendant cette période de confinement. Et surtout les autistes.

https://www.youtube.com/watch?v=RtOT7t_TYhc

Pour les parents des bébés, je suis disponible et ils m'appellent pour continuer le suivi, m'envoient les petits films et on analyse ensemble.