

13. Pourquoi a-t-il peur de la douche?

Des parents rapportent que leur enfant refuse de prendre sa douche. En expliquant la notion de la « durée de la douche » de manière verbale (par exemple, on lui répète à plusieurs reprises que ce ne sera pas long, encore quelques minutes seulement) et en limitant cette activité dans le temps, de la rendre plus dynamique (par exemple, en faisant des jeux) on risque de fixer l'enfant dans une posture « statique », ce qui aggrave son refus.

En ne sachant pas positionner son corps par rapport à l'espace physique de la douche (le sol, le mur, le plafond), ce qui rend les étapes du lavage plus difficiles, l'enfant peut avoir peur de se perdre dans l'espace.

BRIGITTE SE SOUVIENT

Le concept de «douche», pour la personne autiste, est très complexe. D'abord, il y a l'environnement physique: je dois me déplacer dans cet espace étroit tout en tenant compte de l'environnement. Je ne peux pas changer le rideau de douche trop souvent, car je dois prendre à tout moment la mesure visuelle de mon corps par rapport au contexte, une mesure à la fois. Si le rideau de douche change, tout est à reconfigurer! Si je ne parviens pas à décoder l'espace, mon cerveau refuse de suivre.

Ensuite, je dois traiter comme donnée individuelle chacune des gouttes d'eau qui tombent sur ma peau. Au début, je les voyais une à une. C'était très exigeant. Aujourd'hui, avec l'eau, ça va. J'arrive à ne plus sentir les gouttes une à une puisque mon système est plus fonctionnel, j'arrive à en faire abstraction, à me déplacer dans la douche et à planifier de me laver.

Donc, non seulement je dois planifier visuellement mon déplacement dans l'espace de la douche, je dois aussi gérer l'arrivée instable des gouttes d'eau, planifier de me laver, calculer correctement le déplacement du gant de toilette, l'effet du savon et le rinçage. Il s'agit d'une séquence d'actions dont chacune doit être pensée «consciemment».

Voici pourquoi prendre une douche est si compliqué. Mais avec patience et ténacité, on y arrive!

du corps très laborieuses. Ces points de repère instables lui donnent l'impression de se retrouver chaque fois dans le vide. Chaque mouvement qu'il fait pour se laver une partie du corps exige de lui beaucoup de concentration et d'énergie.

En raison de la surconnexion du cerveau, l'autiste capte l'effet de «chaque» goutte d'eau sur sa peau. Il est impossible de la dégager par le traitement de l'information, d'arriver à porter la concentration à l'intérieur, parce que cette manœuvre demande à ne plus être sollicitée de l'extérieur par les autres

gouttes qui continuent de lui frapper la peau, l'une après l'autre. La première goutte est suivie de la deuxième, qui demande elle aussi à être traitée à partir du contact avec la peau, les yeux sont appelés immédiatement pour la traiter.

► *Au début, il est souvent plus simple de choisir le bain plutôt que la douche. Sinon, se laver peut devenir une activité très anxiogène pour la personne, et exiger d'elle beaucoup d'énergie inutilement.*

14. Est-ce à cause de l'autisme que mon enfant de sept ans doit encore porter des couches ?

L'autisme ne permet pas à certains enfants de comprendre adéquatement l'apprentissage de la propreté au même stade de développement que les enfants non autistes.

*

Deux apprentissages distincts de la toilette doivent être faits, celui des urines et celui des selles. Tant que l'on n'a pas transmis à l'autiste le sens de cette activité, il ne peut pas la réaliser, s'exécuter. Comme le sens des choses entre par les yeux, l'enfant doit VOIR ce que l'on tente de lui enseigner.

Il n'y aurait pas de raison pour que l'autiste ne devienne pas propre à cause de l'autisme s'il n'a pas de troubles associés. En revanche, il se peut que cet apprentissage se fasse un peu plus tard que chez les enfants non autistes.

► *Les stratégies utilisées avec les enfants non autistes, telles que les renforçateurs (les récompenses), l'imitation des pairs, la commande verbale, le désir de faire plaisir à l'adulte, réussissent habituellement peu avec les enfants autistes. Il est inutile d'associer cet apprentissage à un tableau d'émulation. L'enfant autiste doit atteindre un certain degré de maturité, avoir une conscience de son corps dans l'espace, puis saisir visuellement le sens de l'exercice demandé. L'enfant autiste aura besoin de votre aide pour cet apprentissage. Sortez papiers et crayons pour le lui expliquer. Et taisez-vous lorsqu'il tente de se concentrer, une fois sur la toilette.*

15. Pourquoi est-il très sélectif dans le choix des aliments et pourquoi ceux-ci ne doivent-ils pas se toucher dans son assiette ?

Mythe: « C'est normal qu'il ne mange pas. Les autistes font preuve de rigidité alimentaire. »

Faux. L'alimentation est très complexe pour un autiste. Il s'agit d'un problème conceptuel, et non sensoriel, qui serait causé par le statisme du cerveau, les images figées.

*

L'effet de la structure autistique est majeur pour cette activité, et ce, sur plusieurs plans. Il se peut que l'autiste, à une certaine étape de son développement, ne reconnaisse pas sa faim et que les références qu'il possède pour comprendre qu'il a besoin de manger se retrouvent toutes à l'extérieur, dans l'environnement. Par exemple, la personne autiste peut vouloir manger essentiellement dans son assiette bleue, sinon ce n'est pas un repas. Elle peut ne vouloir manger que le spaghetti de maman, car celui de grand-maman n'est pas du tout pareil, même s'il est préparé à partir de la même recette. Elle peut vouloir boire de l'eau seulement dans son gobelet jaune, sinon elle refuse. Si un aliment n'est pas à la température habituelle, impossible de le manger. Elle peut avoir recours à un menu composé de cinq aliments seulement, et ne pas s'ennuyer de ne manger que cela.

Si les gens autour de la personne autiste n'en ont pas conscience, et que les références sont toutes externes, dans l'environnement, les repas deviennent des moments très éprouvants.