

FLOOR TIME

Guide pour un programme à domicile Pour des parents, par des parents

Table des matières

| | |
|---|----|
| Préambule..... | 3 |
| Introduction..... | 4 |
| Nous l'avons vécu..... | 4 |
| Remarque sur les Troubles du Spectre Autistique..... | 5 |
| Qu'est ce que l'approche D.I.R. ?..... | 7 |
| Pourquoi utiliser l'approche D.I.R. ?..... | 7 |
| Comprendre votre enfant extra-ordinaire..... | 8 |
| Quelques sources d'information..... | 8 |
| Faire un bilan..... | 9 |
| ECHELLE DE DEVELOPPEMENT FONCTIONNELLE ET EMOTIONNELLE..... | 10 |
| Commencer un programme à la maison..... | 11 |
| Après de quelles personnes rechercher de l'aide..... | 11 |
| Autres sources d'information..... | 12 |
| Passons à la pratique | 13 |
| Floor Time en quelques mots..... | 13 |
| Trucs et astuces..... | 16 |
| Comportements d'auto-stimulation..... | 20 |
| Où jouer ?..... | 22 |
| Quelques suggestions sur la salle de jeu..... | 23 |
| Des jouets qui sont les vôtres..... | 25 |
| Des jouets qui aident au développement de l'enfant..... | 25 |
| Liste de jouets recommandés..... | 27 |
| N'oubliez pas les fondamentaux..... | 32 |
| Avec leurs propres mots..... | 33 |
| L'impact sur la famille..... | 33 |
| Conseil des Dr Greenspan et Wieder..... | 34 |
| Conseil d'autres experts..... | 34 |

Préambule

Ce guide est la traduction d'un guide sur l'approche Floortime rédigé par deux mamans américaines qui ont mis en œuvre l'approche Floortime avec leurs enfants atteints d'un Trouble du Spectre Autistique.

Nous sommes nous-mêmes mamans de deux petits garçons atteints d'un Trouble du Spectre Autistique. Au cours de nos recherches pour trouver des approches adaptées pour faire progresser nos enfants, nous avons découvert l'approche Floortime, développée aux États-Unis par Stanley Greenspan.

Cette approche de stimulation par le jeu nous a semblé intéressante et trop peu connue dans les pays francophones, faute de traduction des ouvrages de Stanley Greenspan et faute de thérapeutes formés à cette approche. C'est pourquoi nous avons choisi de traduire ce guide. Nous espérons ainsi donner aux francophones une première introduction à cette approche.

Nous ne sommes pas traductrices professionnelles et nous vous prions par avance de nous excuser pour les lourdeurs ou inexactitudes de traduction.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute question ou suggestion : marion_delphine@yahoo.fr

Bonne lecture !

Delphine et Marion

Introduction

Nous l'avons vécu

Pour commencer ce guide, faisons les présentations. Nous sommes deux mamans qui avons mis en œuvre avec nos fils, respectivement pendant sept ans et dix ans, l'approche DIR (modèle Développementale, Individualisé et basé sur la Relation), que l'on appelle également Floor Time. Nous avons commencé par des programmes intensifs à la maison qui ont évolué vers une intégration réussie à l'école et dans d'autres activités sociales ou avec des pairs. Alors que nous continuons à travailler avec nos enfants de façon intensive et adaptée, il nous semble que, grâce au programme mis en œuvre, nos enfants sont « passés de l'autre côté ».

Nous voulons également préciser dès le début de ce guide que, même si nous avons appliqué l'approche DIR dans sa globalité avec succès, des éléments de cette approche peuvent être intégrés à tout programme que vous mettriez en place avec votre enfant. L'approche DIR a une grande valeur même si vous ne l'appliquez pas comme un programme complet.

Nous remercions :

- 1) tous les parents « Floor Time » qui ont répondu à nos demandes d'information sur la façon dont ils ont développé et mis en œuvre leur programme à la maison
- 2) tous les praticiens talentueux qui nous ont guidés
- 3) nos enfants extra-ordinaires qui nous ont continuellement aimés et continuellement interagi avec nous, même quand les mots, les sons, le mouvement et l'interaction même étaient les plus difficiles combats qu'ils affrontaient lorsque nous avons commencé notre programme Floor Time
- 4) nos conjoints qui nous ont accompagnées et soutenues dans ce périple et les frères et sœurs qui nous ont aidées et aimées, exprimé leurs sentiments et tant appris à travers notre expérience familiale

Notre objectif, en écrivant ce guide, est d'aider les parents et les thérapeutes de leurs enfants à commencer à mettre en place un programme DIR/Floor Time à la maison. Ce programme a 3 composantes :

- 1) Floor Time : temps dédié où vous suivez l'initiative de votre enfant¹, en vous efforçant de construire, dans le plaisir, un flux continu d'interaction en essayant de rendre ce moment attractif et amusant pour votre enfant grâce à votre émotion et à votre énergie
- 2) Comprendre et intervenir en fonction des particularités sensorielles de votre enfant : comprendre que les enfants sont tous différents dans la manière dont ils traitent les sons et le langage et prennent en compte les informations et perceptions sensorielles, dans la manière dont ils voient, cherchent et trouvent, et dans la manière dont ils planifient et exécutent des séquences d'actions avec les personnes comme avec les jouets
- 3) Jeu semi-structuré : vous créez des opportunités de jeu et d'apprentissage (apprentissage basé sur l'émotion) en suscitant la motivation de l'enfant. L'enfant doit être capable d'un certain contrôle de ses émotions ainsi que d'avoir une forte implication dans l'interaction et un bon contact oculaire avant de développer des habiletés plus spécifiques.

1 NDT : Traduction imparfaite de « Follow your child's lead » (concept clé dans Floor Time)

Avant tout, nous nous intéressons aux enfants qui en sont aux premiers stades de développement, en travaillant sur :

- la régulation sensorielle
- l'implication (partagée) dans une activité amusante et l'attention conjointe (l'adulte et l'enfant sont intéressés par la même chose)
- la communication bilatérale (l'enfant ouvre et ferme des boucles de communication avec des sourires, des hochements de tête, des vocalisations)
- la résolution de problèmes (par exemple, l'enfant vous prend par la main pour vous emmener vers le réfrigérateur, pour avoir du jus de fruit)

Nous savons à quoi ressemble le début.

Nous aurions aimé avoir un guide. Nous espérons être le vôtre.

Remarque sur les Troubles du Spectre Autistique

En lisant ce livre, n'oubliez pas que les enfants ayant un Trouble du Spectre Autistique (TSA) ou des troubles de la relation et de la communication représentent un groupe d'enfants très différents les uns des autres, avec des centres d'intérêts, des forces et des faiblesses très divers. Il est important de personnaliser votre programme selon le profil sensoriel et cognitif de votre enfant. Nous espérons que nos suggestions vous aideront à stimuler votre créativité et votre imagination lorsque vous commencerez à réfléchir à ce à quoi votre enfant répond le mieux. Personne ne connaît votre enfant mieux que vous.

Notre objectif en écrivant ce guide et de mieux vous faire prendre conscience de ce que vous pouvez faire pour votre enfant, et pour ce faire :

- apprendre les principes de l'approche Floor Time
- lire comment différentes familles ont interprété ces principes à la maison pour leur propre enfant, leur propre famille
- prendre conscience que lorsque vous suivez l'initiative de votre enfant, il y a un plan très clair ainsi qu'une ligne directrice à suivre en terme développemental, pour vous permettre d'aider votre enfant à progresser sur l'Échelle de Développement Fonctionnel et Émotionnel
- entendre de la part de nombreux parents qu'il n'y a pas « une » bonne manière de faire. En novembre 1998, à la Conférence annuelle de l'ICDL (Interdisciplinary Council of Developmental and Learning Disorder), le Dr Stanley Greenspan conclut en disant : « le seul indicateur de résultat pour tout enfant est le programme optimal pour cet enfant »
- un programme optimal pour votre enfant consiste à assembler les éléments que nous allons évoquer dans ce guide d'une manière qui correspondent aux besoins spécifiques de votre enfant, ainsi qu'à ceux de votre famille et en fonction de votre style relationnel. En prendre conscience est un élément-clé.

En révisant et en développant ce guide, nous espérons inclure plus d'information pour vous permettre de personnaliser votre programme avec votre enfant. Nous espérons couvrir également le cas des enfants qui sont à des stades plus élevés de développement.

Nous sommes à votre disposition si vous avez des idées, des commentaires ou des suggestions. N'hésitez pas à envoyer vos commentaires à l'adresse suivante : parentnetwork@ICDL.com

Remarque : En parlant des enfants, nous utilisons généralement les pronoms masculins (« il » ou « lui »). C'est une habitude car nos enfants sont des garçons ! Floor Time s'adresse également aux filles et nous savons qu'il y a beaucoup d'histoires à raconter concernant des petites filles. Nous espérons en inclure plus dans ce guide dans l'avenir. Si votre enfant extra-ordinaire est une fille alors imaginez-la en nous lisant, lisez « elle » et visualisez une poupée ou un animal en peluche plutôt qu'un camion.

Qu'est ce que l'approche D.I.R. ?

Pourquoi utiliser l'approche D.I.R. ?

L'un des aspects les plus intéressants de l'approche D.I.R. est son exhaustivité. En même temps que vous utiliserez l'approche D.I.R. pour aider votre enfant à progresser dans l'échelle de développement, vous deviendrez un expert pour développer chez votre enfant les émotions, les facultés cognitives, les capacités de planification et d'exécution ainsi qu'éventuellement un expert des questions biomédicales (le cas échéant²), et plus important encore un expert de la manière dont votre enfant appréhende et utilise les informations sensorielles qu'il reçoit.

Nous vous recommandons quelques lectures sur l'approche D.I.R. avant de commencer. En voici quelques-unes et vous en trouverez bien d'autres sur Internet ou en livres.

- « The Parent Roadmap », Section 1 de « *For Parents, By Parents* » (disponible en ligne sur www.icdl.com)
- *The Child with Special Needs* (1998), de Stanley Greenspan, M.D. et Serena Wieder, Ph. D.
- *The Affect-Based Language Curriculum (ABLC) : An Intensive Program for Families, Therapists and Teachers*, de Stanley Greenspan, M.D. et Diane Lewis, MA, CCC/SLP. Peut être commandé sur le site www.ICDL.com
- le chapitre 2 de *The ICDL Clinical Practice Guidelines : Redefining the Standards of Care for Infants, Children, and Families with Special Needs*. Peut être commandé sur le site www.ICDL.com
- *The Guide to the ICDL Floor Time Training Videotape Series*. Peut être commandé sur le site www.ICDL.com

2 NDT : Nous ne comprenons pas ce mélange des genres entre Floor Time et approches biomédicales (type régimes et autres) et nous n'y souscrivons pas

Comprendre votre enfant extra-ordinaire³

Nous vous recommandons de lire la Section 1 du Chapitre 6 de « *The Child with Special Needs* » des Dr Greenspan et Wieder. A une conférence de l'ICDL, le Dr Greenspan nous faisait remarquer que la plupart des jeunes enfants sont éveillés 98 heures par semaine. En moyenne, cela signifie qu'ils sont disponibles pour interagir 90 heures par semaine. Le Dr Greenspan voulait amener son auditoire à se poser la question de ce qui pourrait arriver si la plupart de ces heures étaient transformées en opportunités de jeu à orientation développementale.

Peu importe le nombre d'heures de thérapie que l'enfant reçoit, personne ne le connaît mieux ou ne passe plus de temps avec lui que sa mère et son père. Et nous pouvons vous assurer qu'il n'y a rien d'autre dans votre vie où vous vous investirez plus, ou dont vous tirerez plus de satisfaction, que le temps et les efforts que vous déployez aujourd'hui pour votre enfant. La façon dont vous considérez et dont vous ressentez le temps que vous passez avec votre enfant peut avoir un impact décisif.

Vous êtes l'expert de votre enfant car c'est vous qui passez le plus de temps avec lui et qui êtes le plus investi.

Soyez prêt à déployez vos meilleurs efforts. N'offrez pas le meilleur thérapeute : offrez le meilleur de vous-même. Personne, et surtout pas votre enfant, n'attend de vous que vous soyez un professeur. Vous êtes un membre unique de l'équipe de votre enfant : son parent qui l'aime. En choisissant l'approche DIR pour votre enfant, vous choisissez surtout de faire de votre relation avec votre enfant une des composantes premières de sa prise en charge. Vous adhérez à l'idée que c'est la motivation des enfants qui les encourage à grandir et à apprendre et vous savez que les gens avec lesquels ils sont le plus motivés à interagir sont leurs parents.

Quelques sources d'information

Soyez un consommateur éduqué. Formez-vous, parlez à d'autres parents, rejoignez des listes de discussions et tenez-vous au courant. Nous listons ici quelques sources d'information :

- Floortime@yahoogroups.com : vous pouvez y poser vos questions à des parents
- deux livres décrivent ce que devrait être une évaluation adéquate selon une approche D.I.R. et ce que les praticiens devraient vous donner comme information qui permette de mettre en place un plan d'intervention clairement défini. Ce sont : *Infancy and Early Childhood - The Practice of Clinical Assessment and Intervention with Emotional and Developmental Challenges* de Stanley Greenspan, M.D. et *The ICDL Clinical Practice Guidelines : Redefining the Standards of Care for Infants, Children, and Families with Special Needs*
- le *Guide For Parents, By Parents*⁴ contient de précieuses informations. Il est disponible sur le site www.ICDL.com

3 NDT : « special » traduit par extra-ordinaire

4 NDT : le présent guide

Faire un bilan

Dès lors que votre pédiatre vous suggère de faire un bilan, commencez à prendre des initiatives. Qu'on vous ait donné le nom d'un pédopsychiatre, d'un psychologue ou d'un pédiatre spécialisé, renseignez-vous. Recherchez des praticiens qui sont d'orientation développementale⁵. Vous avez besoin de praticiens qui soient capables de répondre à vos questions pratiques telles que : « que dois-je faire maintenant ? ». Recherchez des personnes qui non seulement font une évaluation mais aussi sont capables de vous conseiller dans la mise en place de votre stratégie d'intervention, dans la recherche de sources d'information et capables de vous aider à mettre en œuvre le programme intensif de votre enfant à domicile.

Certains évaluateurs ne permettent pas aux parents de faire part de leurs observations ou de participer à l'évaluation de leur enfant. Or un enfant qui a des difficultés dans les domaines de la relation et de la communication peut avoir des difficultés à montrer ses capacités et peut présenter des troubles de comportement face à un évaluateur.

Nous vous recommandons donc de participer à l'évaluation de votre enfant parce que c'est vous qui détenez les meilleures informations pour discerner comment votre enfant s'en est sorti lors des tests. Vous savez si votre enfant était fatigué, s'il était dans un bon ou un mauvais jour. Vous apprendrez aussi beaucoup en observant la manière dont votre enfant répond aux différentes questions et exécute les différentes tâches demandées. En particulier dans le cas des très jeunes enfants, il faut que les parents soient impliqués dans la passation de certaines parties des tests pour pouvoir voir ce que l'enfant est capable de faire quand il est au top de ses capacités.

N'hésitez pas à poser aux praticiens à qui vous aurez affaire des questions pointues telles que :

- Quel type d'évaluation faites-vous ?
- Combien de temps cela prendra-t-il ?
- Puis-je être présent durant l'évaluation ?
- Depuis combien de temps faites-vous ce genre d'évaluation ?
- Quel type d'information aurai-je à l'issue de l'évaluation ?

Au fur et à mesure, vous augmenterez votre savoir et vos compétences en même temps que votre enfant progressera dans l'Échelle de Développement Fonctionnel et Émotionnel (que nous détaillons plus loin). Vous apprendrez à faire plus confiance à votre instinct et vous deviendrez un partenaire efficace des thérapeutes de votre enfant et des autres membres de l'équipe. Au fil du temps, vos observations et vos interactions quotidiennes avec votre enfant vont alimenter les suggestions des thérapeutes qui suivent votre enfant. Vous ferez ainsi en sorte que votre enfant tire bénéfice de son programme individualisé d'intervention, à un rythme qui lui soit approprié.

5 NDT : en France, ce genre de praticien n'existe guère.

ECHELLE DE DEVELOPPEMENT FONCTIONNELLE ET EMOTIONNELLE

(Stades / Niveaux)

| | |
|----------|--|
| 1 | <p>Ability for regulation and shared attention Capacité à réguler ses émotions et à faire preuve d'attention conjointe</p> <p>Par exemple, l'enfant montre de l'intérêt pour son environnement, peut répondre à des stimulations sensorielles telles que le son et la lumière, et peut faire cela calmement et en ayant le contrôle de lui-même.</p> |
| 2 | <p>Ability to form relationships, attachment and engagement Capacité à entrer en relation, à nouer des liens et à s'investir dans la relation</p> <p>L'enfant est capable de s'investir dans une interaction d'une manière chaleureuse, avec un lien de confiance et de complicité. Vous le verrez à la manière dont l'enfant établit un contact oculaire avec son « caregiver »⁶, à ses sourires, à sa capacité à utiliser une gestuelle pour témoigner de son plaisir et de son intérêt réciproque (par exemple attraper une balle).</p> |
| 3 | <p>Ability to conduct two-way, purposeful communication Capacité à entrer dans une communication réciproque, à dessein</p> <p>L'enfant ouvre et ferme des boucles de communication et il utilise une gestuelle dans un sens affectif : sourires, hochements de têtes. L'enfant a la capacité d'utiliser cette gestuelle et de l'organiser de manière à communiquer de façon interactive.</p> |
| 4 | <p>Ability to problem solve, use gestures in a continuous flow, and support a complex sense of self Capacité à résoudre des problèmes, à utiliser des gestes dans un flux continu d'interactions et à affirmer sa personnalité</p> <p>Par exemple, l'enfant tire sa mère par la main, va jusqu'au réfrigérateur, tape sur la porte et lorsque celle-ci est ouverte, pointe du doigt pour obtenir du jus de fruit. Il peut y avoir entre 20 et 30 boucles de communication destinés à résoudre un problème.</p> |
| 5 | <p>Ability to use ideas representationally and functionally Capacité à conceptualiser des idées et à les utiliser de manière fonctionnelle</p> <p>L'enfant peut utiliser des mots et des symboles pour transmettre ses intentions et ses sentiments. Par exemple, il peut faire semblant de nourrir une poupée ou la mettre au lit en lui mettant une couverture.</p> |
| 6 | <p>Ability to build logical bridges between ideas and emotional thinking Capacité à construire des liens logiques entre les idées et entre les émotions</p> <p>L'enfant peut utiliser le langage de manière logique et réaliste, et passe de la réalité à l'imaginaire. Par exemple, une enfant peut participer à ce genre de conversation. L'enfant : « je veux sortir ». Le <i>caregiver</i> : « pourquoi ? ». L'enfant : « parce que je veux jouer » ou « Ma poupée va à une fête ». Le <i>caregiver</i> : « pourquoi est-ce que ta poupée va à une fête aujourd'hui ? ». L'enfant répond : « parce que c'est son anniversaire et elle aime les fêtes. »</p> <p>Ceci est un exemple d'une utilisation logique d'idées en support d'un jeu de faire-semblant, accompagné de négociation et de résolution de problème à un niveau symbolique.</p> |

Trois niveaux additionnels ont été développés dans l'approche D.I.R. pour mettre en évidence les niveaux les plus avancés en terme de réflexion et de pensée abstraite (cf. « Échelle de Développement Fonctionnel et Émotionnel » dans le glossaire pour plus d'information).

6 NDT : « caregiver » désigne aussi bien un parent que la nounou ou toute autre personne qui s'occupe de l'enfant. Faute de traduction simple, le mot anglais a été préféré.

Commencer un programme à la maison

D'abord, vous aurez besoin d'information et de guidance de la part des praticiens, thérapeutes et conseillers qui pourront le mieux apporter leur expertise à ce qui fait la base de Floor Time : la régulation sensorielle, l'attention conjointe, et une implication joyeuse. Vous déterminerez vos priorités en terme d'interventions au fur et à mesure que vous recevrez la guidance de la part des cliniciens et des thérapeutes. Par exemple, un travail sur la psychomotricité et l'intégration sensorielle qui accompagnerait vos séances de jeu avec votre enfant peut être votre priorité initiale avant de fixer des objectifs d'ordre plus cognitif. Autre exemple : pour certains enfants, il peut être nécessaire de soigner des allergies sévères avant que de réels progrès ne puissent être faits. C'est là que votre connaissance grandissante de votre enfant peut fournir les pistes pour traiter les réels problèmes sous-jacents. Au fur et à mesure que vous vous améliorerez dans l'observation de votre enfant et que vous rapporterez vos observations aux praticiens qui suivent votre enfant, vous pourrez mieux déterminer ensemble quelle intervention serait appropriée pour créer un programme optimal, personnalisé pour votre enfant.

Auprès de quelles personnes rechercher de l'aide

Au début de la mise en place de votre programme à la maison, vous recueillerez des bilans et des évaluations de différents praticiens. Nous avons fait une liste de personnes sur lesquelles vous appuyer. Souvenez-vous que votre programme de départ va changer et évoluer dans le temps ; les praticiens et les thérapies qui auront été importants au début peuvent être très différents des praticiens et thérapies qui seront importants par la suite :

- un thérapeute D.I.R. / Floor Time. ICDL a un programme de formation à l'approche D.I.R. pour les thérapeutes. Pour trouver un thérapeute expérimenté formé à l'approche D.I.R., vous pouvez appeler ICDL au 301.656.2667 (USA). S'il n'y a pas de thérapeute formé à l'approche D.I.R. dans votre région, vous pouvez vous déplacer et/ou envoyer des vidéos de vos séances Floor Time à un thérapeute pour qu'il vous conseille.
- un orthophoniste
- un psychomotricien spécialisé en intégration sensorielle
- un psychologue d'orientation développementale
- des médecins spécialisés dans les aspects biomédicaux des troubles du spectre autistique (par exemple pédiatres, neurologues, nutritionnistes et autres spécialistes)
- un orthoptiste
- des technologies pour améliorer les capacités de traitement des informations auditives, les capacités de planification et d'exécution (au sens moteur), ainsi que les outils de communication alternative
- d'autres parents !

Autres sources d'information

Allez sur le site www.icdl.com souvent. On y trouve beaucoup de publications, de supports de formation et de sources d'information. La plupart des ouvrages et vidéos cités ici peuvent être commandés directement sur le site ou sont disponibles sur Amazon ou dans d'autres librairies.

Il est intéressant également de participer à la formation « Infancy and Early Childhood » de Stanley Greenspan, M.D. et Serena Wieder, Ph. D. La formation est différente de la conférence organisée par l'ICDL en novembre, qui est davantage un colloque avec des présentations de divers intervenants. La session de printemps de la formation est plus orientée sur l'intervention et destinée aux parents. Vous pouvez trouver toutes les informations sur cette formation sur le site www.stanleygreenspan.com et également sur www.icdl.com. La session de formation a lieu à Washington chaque année fin avril ou début mai.

Il y a plusieurs sites Internet consacrés à l'approche D.I.R. Certains de ces sites ont été élaborés par l'ICDL ou par des associations qui soutiennent l'ICDL. D'autres ont été faits par les parents qui ont mis en œuvre l'approche D.I.R. avec leurs enfants.

- www.ICDL.com : le site de l'ICDL = Interdisciplinary Council on Developmental and Learning Disorders
- Floortime@yahoogroups.com : c'est une liste de diffusion gérée par une maman formée à l'approche D.I.R. où les parents peuvent venir chercher du soutien et des idées pour la mise en œuvre de leur programme D.I.R. avec leur enfant
- www.eunicorn.com : la Fondation Unicorn soutient le travail de l'ICDL et l'approche D.I.R. et travaille à informer le grand public sur les troubles développementaux ainsi qu'à influencer sur les politiques gouvernementales
- www.mindspring.com/~dgn/index.htm : ce site a été fait par un père qui a mis en œuvre un programme Floor Time / Son-Rise avec son fils, et qui conseille aujourd'hui des familles sur l'approche D.I.R.
- http://home.sprintmail.com/~janettevance/floor_time.htm : ce site a été fait par une maman qui a mis en place un programme D.I.R. intensif avec son enfant. On y trouve de très bon résumés de ce que sont l'approche D.I.R. et les techniques Floor Time.
- www.polyxo.com/floortime/buildingplaypartnerships.html : sur ce site, vous trouverez un résumé de 25 pages de « The Child with Special Needs »
- www.specialfamilies.com : sur ce site, un psychologue, écrivain et père d'un enfant autiste partage son expérience et sa vision de la vie de famille avec un enfant autiste, en mettant en évidence les besoins particuliers des enfants et en insistant sur le rôle du père

Passons à la pratique

Floor Time en quelques mots

Même si le processus d'évaluation de votre enfant ne fait que commencer et que vous êtes tout juste en train de réunir l'équipe pour mettre en place le suivi, vous pouvez commencer à jouer avec votre enfant de cette manière particulière maintenant connue sous le nom de Floor Time. Prévoyez des séances Floor Time de 30 minutes plusieurs fois par jour.

Voici ce qu'on appelait il y a quelques années les « 5 étapes de Floor Time » et qui constitue une bonne manière de commencer. Floor time ne consiste pas seulement à s'asseoir par terre avec votre enfant pour jouer (en fait, nos propres enfants n'ont plus vraiment l'âge de jouer par terre et nous continuons néanmoins à faire du Floor Time avec eux). Floor Time est une manière spéciale et respectueuse de jouer avec votre enfant. Floor Time a même tendance à devenir une philosophie sur votre façon d'être avec vos enfants et avec les autres personnes. Voici donc les 5 étapes :

- Étape 1 : Observez votre enfant
- Étape 2 : Approchez-vous de votre enfant
- Étape 3 : Suivez son initiative (« Follow you child's lead »)
- Étape 4 : Développez et enrichissez les idées de votre enfant
- Étape 5 : Ouvrez et fermez des boucles de communication avec votre enfant

Étape 1 : Observez votre enfant. C'est la première étape et souvent celle qui est la plus oubliée. Lorsque vous estimez avoir devant vous 20 à 30 minutes ininterrompues dans votre journée pour jouer avec votre enfant, arrêtez-vous et observez ce que votre enfant est en train de faire et son humeur (son ton). Est-ce qu'il est en train de courir partout et de crier ? Est-ce qu'il est tranquillement assis en train de feuilleter les pages d'un livre ? Vous allez vous joindre à l'activité de votre enfant, quel que soit ce que vous aviez en tête, en vous mettant au diapason de son humeur (son « ton ») du moment. Ça ne veut pas dire que ce « ton » ne va pas changer au fur et à mesure de votre jeu, mais au début, vous devez vous joindre à votre enfant là où il est.

Étape 2 : Approchez-vous de votre enfant. Maintenant vous pouvez approcher votre enfant, en vous mettant au diapason de son humeur (son « ton »), et lui demander, par des mots et par des gestes, si vous pouvez vous joindre à lui. Vous pouvez utiliser les expressions de votre visage et votre ton de voix pour susciter de l'attention conjointe et montrer votre intérêt enthousiaste pour ce qu'il était en train de faire. Si vous surgissez d'un coup et que vous parlez fort à un enfant qui était à ce moment-là calme, vous risquez fort de le faire se renfermer. Par contre, rejoindre avec enthousiasme votre enfant qui était en train de tourner en rond sans but en lui adressant un « je vais t'attraper » peut être tout à fait approprié pour commencer une activité motrice avec votre enfant.

Étape 3 : Suivez l'initiative de votre enfant. Votre enfant va devenir le metteur en scène et vous prenez le rôle de son assistant et accessoiriste. Vous êtes là pour accompagner ses centres d'intérêt et soutenir ses prises d'initiative. Ce n'est pas une séance éducative. Souvenez-vous que l'apprentissage de compétences spécifiques se fait dans toutes les autres composantes de l'approche D.I.R. Pendant les séances Floor Time, votre objectif, aux premiers stades, c'est de faire en sorte que votre enfant contrôle bien ses émotions et puisse avoir des interactions amusantes avec vous.

Vous êtes là pour prendre plaisir à faire ce qu'il aime et pour lui dire à quel point vous aimez jouer avec lui de cette façon. Même si vous savez que ce que votre enfant voudrait ne peut être fait, faites-le quand même ! S'il vous demande de faire le poirier, faites-le et tandis que vous tentez en vain de faire le poirier et que votre enfant est en lien avec vous par ses rires et un contact oculaire approprié, vous lui communiquez quelque chose de très fort : « je peux faire tout ce que tu me demandes (du moment que ça ne fait pas mal), j'adore jouer avec toi et tu as de super idées ».

Dans le livre « Growth of Mind », le Dr Greenspan décrit en détail le rôle que la motivation a dans tout apprentissage. C'est la première étape indispensable à suivre pour un vrai apprentissage (pas un apprentissage par cœur). Très clairement, dans l'approche Floor Time, on doit utiliser cela comme le point de départ pour faire apparaître des interactions. Ce qui le motivait la veille ou il y a une heure n'est pas la question, ce qui compte, c'est ce qui le motive en ce moment. Par exemple, imaginez que vous avez amené un verre d'eau glacée dans la salle de jeu. Soudain, il fait des gestes vers ce verre (et évidemment, votre première pensée est « pourquoi est-ce que je n'ai pas amené un gobelet en plastique ? »). Vous vous rendez compte qu'il doit avoir soif et que vous pourriez lui apprendre les notions de chaud et froid, de mouillé et de sec. Vous pourriez aussi aller chercher des verres et les remplir avec différents niveaux d'eau pour faire la gamme musicale. Mais lorsque vous regardez bien, vous remarquez que ce qui l'intéresse, c'est le citron qui flotte dans l'eau. Alors vous mettez la rondelle de citron dans votre bouche, ce qui vous fait une drôle de tête et fait éclater de rire votre enfant. Dès lors que vous restez attentif à votre enfant et à ce qui semble l'intéresser, lui faire plaisir ou simplement à ce qu'il est en train de regarder, vous avez l'indice qui vous indique ce que vous devez faire par la suite.

A nos débuts, une psychologue du développement douée d'une grande finesse demanda à l'une d'entre nous quelles étaient les trois choses que son fils aimait particulièrement. C'était très facile de répondre. Puis elle lui demanda quelles étaient les trois choses qui pouvaient être faites avec ces trois objets. C'était à nouveau très facile de répondre. « Parfait ! », dit la psychologue, « maintenant, vous avez neuf idées de choses qui le motiveront à jouer ». Elle avait raison, c'était aussi simple que ça. Si on observons ce qui motive notre enfant et que, quel que soit ce dont il s'agit, on se met à entrer dans des jeux très simples autour de ce qui le motive, notre enfant commence à ressentir le plaisir d'interagir à tour de rôle autour du thème qu'il a lui-même choisi.

Avant de commencer, pensez au plaisir que vous ressentez lorsque vous chatouillez un enfant et que vous recevez en échange de vos efforts de grands éclats de rire. C'est exactement ce sentiment que nous recherchons lorsque nous commençons à inviter notre enfant à venir jouer avec nous lors de séances Floor Time. Il existe certaines propositions auxquelles la plupart des enfants, quels qu'ils soient, vont répondre. Si vous y ajoutez de chaleureux sourires de Papa ou de Maman qui vont récompenser toute réponse avec des rires et des gestes et des bruits rigolo et théâtraux alors arrive la magie de l'échange affectif (c'est « l'effet-guili »). Alors pour commencer réfléchissez aux trois objets préférés de votre enfant et aux trois choses que vous pourriez faire avec chacun d'entre eux.

Étape 4 : Développez et enrichissez les idées de votre enfant. C'est l'occasion, comme le dit le Dr Greenspan, de « transformer sa série télé en super-production ». Prenons l'exemple d'un parent pratiquant Floor Time : « j'étais en train de faire le cheval avec mon fils sur le dos et nous nous amusons bien, mais au bout de 15 minutes, je n'en pouvais plus. Alors je me suis effondré au sol en disant « le cheval est fatigué ». Mon fils est alors allé me chercher une couverture et un oreiller. Aussitôt je lui ai demandé : « est-ce qu'il y a quelque chose d'autre dont il a besoin pour dormir ? » et alors il est allé me chercher le nounours avec lequel il dort. J'ai commencé à ronfler et il s'est allongé serré contre moi.

Au bout de quelques minutes, je me suis rendu compte que je pouvais suggérer à mon fils toutes sortes de choses tirées de son quotidien pour enrichir son idée initiale tout en restant sur son thème. Le cheval, dans les séances Floor Time suivantes, s'est mis à avoir faim, soif, et s'est fait mal au pied (je n'ai plus eu à faire le cheval pendant plus de 15 minutes). Nous sommes aussi allés chez Mc Donalds et chez le vétérinaire et même chez le dentiste des chevaux. On a construit une écurie avec des légos, on est allés au magasin de jouet (après tout, les cowboys aussi ont besoin de jouets !). On a fait tout ça dans la salle de jeux ... et sans avoir besoin de piles ! »

Étape 5 : Ouvrez et fermez des boucles de communication. Reprenons l'exemple précédent : lorsque le Papa/cheval dit qu'il est fatigué et que son fils apporte la couverture, il « ferme une boucle de communication ». Même lorsque l'enfant n'est pas verbal, ce point reste valide par l'usage de la communication non-verbale (gestuelle). S'il avait apporté au cheval une fleur, alors il n'aurait pas fermé la boucle de communication. En fait, non seulement sa réponse était approprié mais aussi elle conduisait à ouvrir une nouvelle boucle de communication et c'est là l'un des objectifs les plus importants de Floor Time : un flux continu d'interactions réciproques où on ouvre et on ferme de plus en plus de boucles d'interaction, et un véritable plaisir à initier des idées et à interagir.

L'un des principaux objectifs de Floor Time est de faire en sorte que votre enfant exprime une large gamme d'émotions. Au début, il se peut que les émotions exprimées correspondent au stade de développement d'un enfant plus jeune. Pour avoir une description des thèmes émotionnels typiques que les enfants expriment dans le jeu, vous pouvez lire *The Child With Special Needs* (Drs Greenspan and Wieder). Au fur et à mesure que vous progresserez dans les stades de développement de Floor Time et grâce aux recommandations de vos thérapeutes D.I.R., les émotions exprimées correspondront de plus en plus à l'âge de votre enfant.

Une petite remarque sur la manière de traiter les sentiments de colères ou les sentiments agressifs dans une séance Floor Time. Il existe peu de moments où votre enfant est aussi motivé que quand il est en colère ! C'est le moment de rester avec lui, de montrer de l'empathie pour ses sentiments (montrer de l'empathie, c'est montrer de la compréhension, pas nécessairement montrer un assentiment). Proposez-lui une manière d'exprimer ses sentiments : par exemple, faire une bataille de polochons, taper dans un punching ball, gribouiller vigoureusement avec un crayon (bien plus intéressant au niveau sensoriel et proprioceptif qu'un feutre). S'il connaît quelques mots pour exprimer sa colère, écrivez-les (même s'il ne sait pas lire), ce qui les rend beaucoup plus importants. Demandez-lui de quantifier sa colère en utilisant vos mains : « est-ce que tu es très très en colère ? » (montrez avec vos bras) « ou un tout petit peu en colère ? » (montrez avec votre index et votre pouce). Si votre enfant a un certain niveau de développement, vous pouvez lui demander : « est-ce que tu te sens comme un ballon qui va exploser ? Montre-moi. Ou est-ce que tu te sens comme un volcan ? ».

Il y a beaucoup d'occasions d'ouvrir et fermer des boucles de communication et de gérer de fortes émotions. Prenons l'exemple d'une situation où une personne est agressée. Beaucoup d'enfants aiment bien jouer ce genre de scénario : parce que ça les fascine, ou parce que ça leur fait peur, ou parce qu'il veulent voir à quoi ça ressemble, ou parce qu'ils ont vu ce genre de comportement au square et qu'ils ne l'ont pas compris, etc. Puisque vous n'êtes pas un thérapeute ou un professeur quand vous faites du Floor Time, vous n'avez pas réellement besoin de savoir pourquoi. Pourtant, beaucoup de parents nous ont dit que ce genre de jeu les mettait mal à l'aise et voici ce qu'ils disent par exemple :

- si je rentre dans ce jeu, est-ce que je ne risque pas implicitement de donner l'autorisation à mon enfant de se comporter de manière agressive ?
- si j'accompagne mon enfant dans un jeu de faire-semblant agressif, est-ce qu'il ne risque pas de devenir agressif avec d'autres ?
- s'il peut jeter une figurine du haut d'un immeuble, qu'est-ce qui va l'empêcher de jeter par la fenêtre sa sœur ?
- Ceci me met très mal à l'aise

En fait, les enfants qui peuvent exprimer leurs émotions par le jeu, avec un compagnon de jeu qui fait preuve d'empathie (mais qui ne donne pas nécessairement son assentiment), ont une meilleure compréhension de leurs propres émotions et n'ont en fait pas besoin de les répliquer dans la vraie vie. Ils reçoivent aussi le message que toutes les émotions sont acceptables, que les ressentir ne fait pas de vous quelqu'un de méchant et qu'il y a des manières socialement acceptables de gérer ses émotions avant de perdre la maîtrise de soi-même. Il faut donc garder cela en tête.

Trucs et astuces

Le préalable pour une séance Floortime (et le premier stade développemental du modèle D.I.R.) est que votre enfant soit serein et ait la maîtrise de lui-même. Ensuite demandez à votre psychomotricien spécialisé en intégration sensorielle de quoi vous auriez besoin pour la salle de jeu de votre enfant. Ensuite demandez-vous quel type d'activités semblent fonctionner le mieux, quand les utiliser et comment savoir quand les utiliser. Tout cela signifie qu'après un nombre raisonnable de séances, votre psychomotricien devrait être capable de vous indiquer quelles activités sensori-motrices sont adaptées à votre enfant. Ceci comprend des activités que vous pouvez faire tout au long de la journée ou que vous pouvez intégrer dans vos jeux pour faire en sorte que votre enfant reste calme, serein tout en étant actif.

Au fil du temps, vous découvrirez de nouvelles activités sensori-motrices que votre enfant apprécie. Celles-ci changeront peut-être aussi avec le temps et l'évolution de votre enfant et se transformeront peut-être en simples distractions (ex : gym, promenade, natation, course). Certains enfants ont besoin de coussins lestés. D'autres ont besoin d'un mini-trampoline ou d'une balançoire pour se calmer. En gardant à l'esprit vos contraintes de budget (et en donnant aux gens des idées de cadeau d'anniversaire ou de Noël s'ils le demandent), votre psychomotricien devrait pouvoir vous suggérer par quoi et comment commencer, compte tenu du profil sensori-moteur spécifique de votre enfant.

Commencez par vous demander : « en ce moment, est-ce que mon enfant est suffisamment serein, à l'aise et actif ? ». Sinon, utilisez les activités sensori-motrices suggérées par votre psychomotricien pour le rendre plus calme ou plus actif pour qu'il puisse interagir avec vous ou, mieux encore, qu'il soit capable d'initier une interaction de sorte que vous pourrez suivre son initiative.

Une fois que votre enfant est en forme, passez à l'étape suivante. Essayez d'obtenir une attention conjointe. Pour inciter votre enfant à entrer avec vous dans une activité ludique, il faut que vous soyez plus qu'un sympathique compagnon de jeu, vous devez être absolument irrésistible. Voici quelques astuces pour montrer à votre enfant que vous êtes le jouet le plus génial qui existe :

- utilisez les expressions de votre visage, votre gestuelle. Plus vous serez théâtral, plus vous montrerez d'énergie et d'espièglerie (même quand vous murmurez) et plus vous augmenterez vos chances de créer le lien
- essayez de vous mettre à des endroits où votre enfant peut facilement établir un contact oculaire, même s'il vous regarde simplement dans une glace. Approchez les jouets de vos yeux pour encourager le contact oculaire. Utilisez du maquillage, un nez de clown, tout ce qui peut être amusant et qui attirera le regard de votre enfant vers votre visage
- bougez dans la pièce en même temps que votre enfant. Ne restez pas en arrière. Attrapez le jouet ou l'objet que votre enfant veut juste avant lui, de manière à le lui donner et à créer ainsi une boucle de communication

En même temps que vous avez amené votre enfant à être en forme et en lien avec vous, vous avez forcément commencé à ouvrir et à fermer des cercles de communication, de manière non-verbale (C'est très important : ne faites pas l'impasse sur la communication gestuelle dans votre désir impatient d'aller vers le langage. La recherche montre que près de 90% de la communication d'un adulte est non-verbale). En quoi consistent ces gestes ? Hocher la tête, serrer la main. Hausser les épaules, faire un mouvement de la main pour dire de venir ou d'arrêter. Froncer les sourcils quand on est surpris ou en colère. Montrer par son expression du visage qu'on est heureux, triste, énervé, effrayé. A partir de là, il faut obtenir de nombreuses boucles de communication, développer la « conversation » et enrichir le thème de base.

Pour vous aider, voici quelques conseils :

- N'oubliez pas de suivre l'initiative de votre enfant. Ne changez pas de sujet. C'est lui le metteur en scène. N'oubliez pas que la base, c'est de susciter du plaisir à entrer dans une interaction (« building solid joyful engagement »). N'interrompez pas une activité amusante pour l'enfant et ne la changez pas, même si celle-ci vous semble trop répétitive. Vous pouvez enrichir le jeu dès lors que l'implication de votre enfant dans le jeu est solide.
- Soyez en phase avec les paroles de votre enfant. Si vous obtenez des réponses d'un mot, ne répondez pas avec dix mots. Un ou deux mots sont suffisants. Et ensuite, laissez du temps à votre enfant (comptez jusqu'à dix). Pour fermer une boucle, un geste est un très bonne manière de la fermer. Au fur et à mesure que votre enfant commence à répondre avec plus de mots (chaînes de mots plus longues, peut-être 3-4 mots), répondez avec des phrases de la même longueur, peut-être en ajoutant un mot de plus au fur et à mesure que les

commentaires de votre enfant deviennent plus longs.

- Posez peu de questions. Ce n'est pas l'inquisition, mais il se trouve que tous, nous tombons dans ce piège. On a tellement envie d'une réponse qu'on l'assomme de questions. Pourtant, ce n'est pas très marrant, ce n'est pas la manière dont on converse normalement, surtout avec quelqu'un dont nous aimons la compagnie.
- Considérez toute parole comme quelque chose d'intentionnel. Un parent Floor Time racontait : "au début, j'ai remarqué que tout ce que mon fils préférait commençait par le son « C ». Son orthophoniste m'avait expliqué que le B, le C, le D et le M étaient typiquement les premiers sons. En réfléchissant à ce qui pouvait être le plus motivant pour lui pour pointer du doigt ou prononcer des mots, nous avons commencé à mettre ces choses qui commençaient par un « C » et qu'il aimait bien dans la salle de jeu : cookies (gâteaux), cat (chat), Cookie Monster and the Count (personnage de Sesame Street). Quand il regardait vers l'un de ces objets ou pointait du doigt et disait « Ca », nous nous précipitions pour aller chercher chaque objet et le nommer jusqu'à ce que nous ayons le bon. « Cookie – tu as dit cookie ! ». Très rapidement le son « ca » devient « coo » puis « cook » ... Voilà l'idée."
- Transformez tout centre d'intérêt en un jeu. L'un des meilleurs exemples est dans une vidéo que le Dr Greenspan montre fréquemment à ses sessions de formation. On nous montre une petite fille qui, au premier abord, semble très handicapée. Elle déambule et saisit un étui à lunettes en tissu puis commence à l'effleurer. Le Dr Greenspan suggère alors à la maman de cacher l'étui. Alors commence un jeu de cache-cache qui devient encore plus complexe quand le Papa est lui aussi mis à contribution.
- En faisant tout ça, gardez toujours comme priorité d'obtenir un flux continu d'interactions entre vous et votre enfant (verbalement et non-verbalement) et de susciter la prise d'initiative de votre enfant. L'enfant doit être stimulé pour avoir envie d'interagir, par exemple pour découvrir dans quelle main se trouve la balle colorée. Mais bien souvent, on a tendance à se reposer sur nos propres trucs et astuces plutôt que sur l'intérêt naturel de l'enfant. La conséquence, c'est que l'enfant ouvre peu de cercles de communication. Vous n'êtes pas là pour divertir votre enfant mais pour stimuler sa prise d'initiative.
- Vous devez vous placer dans un environnement équilibré : un environnement qui incite l'enfant à explorer et résoudre des problèmes tout en assurant que l'enfant se sente en sécurité et reste serein. Certains enfants ont tendance à se concentrer sur des détails et ne savent pas comment explorer leur environnement tandis que d'autres enfants ont besoin que leur environnement reste identique et prévisible. Il est important aussi de distinguer entre attention et distraction d'une part et dispersion d'autre part.

Modifiez l'environnement autant que vous le pouvez et faites des compromis parmi les obstacles à votre interaction avec votre enfant. Pour beaucoup d'enfants, l'environnement de jeu peut faire une grosse différence dans leur capacité à rester avec vous. Par exemple, imaginons que vous faites, avec votre fille, une sorte de jeu qui est un mix entre « je vais t'attraper » et un jeu de coucou en utilisant le carton vide du réfrigérateur posé sur le côté

pour en faire un tunnel. Au moment où elle court de l'autre côté (magnifique moment de jeu !), elle est distraite par un livre des Teletubbies que vous aviez lu auparavant toutes les deux pour vous préparer à un jeu plus énergique.

Pour certains enfants, tant qu'ils ne sont pas capables de garder leur attention sur ce qu'ils sont en train de faire, les éléments de l'environnement sont susceptibles de les distraire (surtout les objets choisis précisément pour leur pouvoir de motivation sur l'enfant). Au début et/ou tant que votre enfant semble se distraire facilement, il est peut-être préférable de ranger les jouets lorsque votre enfant semble passer à autre chose pour pouvoir le garder avec vous.

Bien sûr, lorsque vous voulez développer le scénario, vous pouvez proposer un jouet pour enrichir le thème mais ce jouet-là est très différent du jouet qui a été laissé après qu'on y a joué 20 minutes plus tôt, et qui peut distraire votre enfant de ce qu'il est en train de faire.

- Et voilà ... comme vous aviez laissé la poupée Dora sur le sol, la course poursuite autour du carton du frigo a été oubliée. Vous avez plusieurs options :
 - vous persistez : en forçant votre voix et en vous montrant encore plus théâtral : « AH ! AH ! Je vais t'attraper »
 - vous persistez et, si c'est adapté, vous invitez le nouveau jouet à vous rejoindre (encore plus théâtral) : « AH ! AH ! Maintenant, je vais attraper -nom de l'enfant- ET Dora ... J'arrive » (vous courez)
 - si ces tentatives ont échoué, vous vous n'avez PAS échoué. Vous avez probablement appris quelque chose sur votre enfant : l'effet de l'environnement, comment utiliser un jouet très motivant pour la ramener vers vous ou juste qu'elle avait besoin d'une pause et qu'elle n'avait pas la capacité de vous le dire
 - rien de tout cela. Vous êtes le parent, après suffisamment d'essais et d'erreurs, vous trouverez (ou vous vous rappellerez de ranger les jouets précédemment utilisés jusqu'à ce que votre enfant vous les redemande ... autre opportunité de communiquer !). Retournez à « suivez l'initiative de votre enfant ». Rejoignez-le dans ce qu'elle est en train avec Dora et cherchez des moyens d'interagir.

Comportements d'auto-stimulation

S'il y a un domaine dans lequel les parents ont particulièrement besoin de soutien, c'est dans la gestion des comportements que d'autres qualifient de stéréotypies ou d'auto-stimulation. « Comment les arrêtons-nous ? ». En fait, on les arrête pas.

Nous sommes arrivés à la conclusion que ce sont des moments où nos enfants donnent le meilleur d'eux-mêmes. Comme le dit la cofondatrice du « Developmental Delay Resources », la nutritionniste Kelly Dorfman, M.S., L.N., qui est devenue une référence pour beaucoup de familles, « quel que soit ce qu'ils ont choisi, ces enfants utilisent les stéréotypies comme outil d'intégration sensoriel, outil qu'ils se sont créés eux-mêmes ». Lorsqu'on regarde plus attentivement ces mouvements et même lorsque l'on suit l'initiative de notre enfant, en l'imitant pour découvrir ce que cela lui apporte d'avoir ces comportements, on finit par mieux comprendre pourquoi notre enfant a non seulement besoin de le faire mais même pourquoi il est obligé de le faire.

Nous avons pu observer et même faire l'expérience de ces comportements et nous avons pu pénétrer certaines des raisons pour lesquelles nos enfants agitent les mains, tournent sur eux-mêmes, courent, poussent des cris, etc. Nous ne vous apprendrons pas à éteindre ces comportements. Au contraire, il faut rendre ces comportements interactifs et les utiliser pour motiver votre enfant. Si on comprend les problèmes sensori-moteurs sous-jacents et qu'on interagit avec son enfant au moyen de ces comportements, on finit par y remédier, en permettant à l'enfant de progresser dans l'échelle de développement et de ne plus avoir besoin de cet « outil d'intégration sensoriel » qu'il s'est créé.

L'une de nous nous a rapporté cette anecdote : « ... on pouvait enlever tous les objets des environs, mon fils trouvait toujours quelque chose à agiter devant ses yeux. S'il était dans la salle d'attente du médecin, il trouvait inévitablement « le » magazine qui avait un carton d'abonnement à l'intérieur. A deux ans, il semblait savoir exactement combien de cartons il lui fallait arracher pour s'en faire un outil parfait pour s'autostimuler en les feuilletant rapidement devant ses yeux (si on mettait tous les cartons déchirés en une pile, on pouvait voir à quel point les piles se ressemblaient d'une fois sur l'autre !). ça m'a pris un moment avant d'arriver à faire exactement la même chose que lui en même temps (un jour où nous étions dans notre salle de jeu à la maison), mais alors que je faisais ça et que j'essayais de respecter son rythme, je me suis rendue compte que je concentrais tellement mon regard sur cela que tout le reste autour semblait devenir flou.

Comme on venait juste d'avoir une séance Floortime très animée et qu'il avait fait beaucoup d'effort pour rester en interaction avec moi et fermer de nombreuses boucles de communication, je me suis demandée si le fait de bloquer ainsi toute stimulation n'était pas une manière de faire une pause. Alors que nous partagions ensemble ce moment en souriant, j'ai commencé à me demander quel genre de stimulation sensorielle alternative j'aurais pu lui proposer durant nos séances de jeu pour qu'il n'ait plus besoin de ces longues pauses. Mais je venais de suivre son initiative, je m'étais jointe à lui dans ce qu'il était en train de faire et cela me faisait me sentir beaucoup mieux qu'auparavant quand je le regardais faire avec inquiétude. Une fois que j'eus pris conscience de cela, il devint beaucoup plus facile pour moi de me joindre à lui (où qu'il soit), en lui, pour prendre une pause. Quand il a été prêt, j'étais là pour saisir son regard et lui était bien plus serein qu'il ne l'était avant son auto-stimulation. C'était bien ça ! Son propre outil d'intégration sensorielle.

Je me rappelle aussi qu'on avait remarqué que sur une même journée, il pouvait avoir une quinzaine de comportements de ce type, et je me suis aperçue bien plus tard qu'un seul lui était resté. Un jour, je me tourne vers mon mari et je lui demande : « à quand remonte la dernière fois où tu l'as vu tourner en rond ? » Nous nous sommes alors rendu compte que ses auto-stimulations avaient disparu peu à peu. En fait, nous ne nous en étions même pas aperçus. J'avais mis au moins trois mois avant de me poser la question.

Nous savons tous, en tant que parents pratiquant l'approche Floor Time, que chaque enfant est différent, que chaque famille a une vie différente et que personne ne peut prédire l'avenir. Cependant, en changeant sa vision sur les comportements d'auto-stimulation d'une vision négative (« il faut se débarrasser de ces comportements ») à « ce sont des signes qui nous aident à mieux comprendre ce dont nos enfants ont besoin », on est mieux à même, au quotidien, d'aider son enfant et de lui donner le meilleur de soi-même.

En sachant cela, non seulement on apprend comment aider son enfant mais aussi on lui envoie le message qu'on l'aime de manière inconditionnelle. C'est facile d'aimer son enfant, qu'il soit typique ou différent, quand il est gentil, fait ce qu'on lui demande, se montre mignon. Avec des enfants typiques, c'est même parfois facile de les aimer lorsqu'ils viennent de renverser le lait ou de dire « non » avec leur petit air adorable.

Incontestablement, tous les enfants devraient recevoir l'amour inconditionnel de leurs parents. Dans le cas des TSA, jusqu'à l'âge de 18 mois / 2 ans, nous avons le temps de créer cette relation d'amour. Mais pour certains parents, lorsqu'ils reçoivent ensuite l'annonce du diagnostic, ils ont l'impression de perdre l'enfant qu'ils ont aimé. Comment nous sentons-nous lorsque nous voyons notre enfant faire du flapping ? Il est normal d'exprimer des craintes pour notre enfant et pour son avenir, peut-être même le faisons-nous à notre corps défendant et de manière non-verbale. Quel message est-ce que nous envoyons, de manière non verbale, à notre enfant lorsqu'il est en train de faire du flapping ou d'autres auto-stimulations ? Est-ce qu'aimer de manière inconditionnelle, ce n'est pas justement aimer notre enfant même dans ces moments-là ? Il est normal de vouloir aider notre enfant en recherchant et en corrigeant les causes de ces comportements. Mais comment pouvons-nous montrer à notre enfant, qui peut-être ne nous comprend pas encore verbalement, que nous l'aimons d'un amour inconditionnel, comme tout parent aime son enfant ? Pour cela, il faut se joindre à lui. Plus vous y mettez de sentiment, et plus il le ressentira.

A quel titre est-ce que nous disons cela ? Nous ne sommes pas des praticiens, des thérapeutes, des professeurs. Nous sommes seulement des mamans expérimentées dans la pratique de l'approche Floor Time. Nous sommes arrivées à la conclusion que même si votre enfant voit une orthophoniste 1 heure par jour, 5 jours par semaine, ces séances ne peuvent pas avoir autant d'impact que vous pouvez en avoir en pratiquant une approche pluridisciplinaire basée sur les principes du modèle D.I.R. Votre enfant ne répond à personne de la manière dont il vous répond à vous et vous avez des occasions tout au long de la journée que n'a pas forcément un thérapeute dans une séance programmée. En fait, avec toute l'information que vous avez à disposition, vous avez désormais l'opportunité de jouer un rôle-clé et de donner le la dans la prise en charge de l'enfant. Les parents ne sont plus démunis, ils peuvent devenir des consommateurs avertis et des participants à part entière dans la prise en charge de leur enfant.

Où jouer ?

S'engager dans un programme D.I.R., c'est s'engager à faire du Floor Time. Cela signifie que votre enfant va faire au minimum 3 à 4 heures de Floor Time par jour réparti entre les parents et les thérapeutes. Mettez ces séances à heures fixes si cela vous permet de « rester honnête » ou faites comme s'il s'agissait d'un rendez-vous chez le docteur. Il peut être difficile de s'extraire d'autres activités et corvées, mais cela vous semblera plus facile dès lors que vous constaterez que votre enfant s'implique de plus en plus avec vous dans les séances Floor Time. Certains parents recommandent de déterminer à l'avance la durée de la séance (par exemple une heure) et d'éliminer toute distraction (par exemple, ignorer le téléphone et le répondeur). Un parent qui pratique l'approche Floor Time nous a même dit : « j'ai pris l'habitude de dire aux autres personnes de la famille de ne me déranger qu'en cas d'incendie. »

Prenez le temps de définir vos priorités. Beaucoup de parents choisissent de scolariser à mi-temps leurs enfants (dans des écoles où sont intégrés des enfants différents et des enfants typiques), ce qui permet de dégager du temps tous les jours pour un programme à la maison et pour des prises en charge à l'extérieur.

L'une des premières étapes consiste à organiser l'espace de jeu de votre enfant. Même s'il est très utile d'avoir une pièce dédiée pour les séances Floor Time, n'oubliez pas qu'on peut faire du Floor Time partout dans la maison. Le moment des repas, du bain, l'habillage ou les sorties sont autant d'occasions d'ouvrir et de fermer des boucles de communication avec votre enfant. Et en même temps, vous pouvez en profiter pour encourager votre enfant à résoudre des problèmes et à surmonter ses difficultés de planification et d'exécution (toujours sur un mode ludique).

Pourquoi n'avons-nous pas eu une telle salle de jeu lorsque nous étions enfants ?!

Pour beaucoup d'enfants, il faut mieux un espace limité. Beaucoup d'enfants qui ont des problèmes de planification et d'exécution et des problèmes sensoriels seront tout le temps en train de courir et auront des difficultés à se concentrer sur vous au milieu des autres distractions de la maison (par exemple, tout simplement le téléphone qui sonne, une lumière qui crépite, ou le bruit de la télévision dans une autre pièce). Même si courir peut être intéressant pour partager un jeu de course-poursuite avec votre enfant dans le cadre d'une séance Floor Time, il est par contre difficile d'impliquer un enfant dans un jeu s'il court sans pouvoir s'en empêcher à travers toute la maison.

Lorsque que vous concevez votre espace de jeu, gardez à l'esprit qu'il doit être choisi et organisé pour favoriser l'implication de votre enfant dans le jeu. Faites vos choix en fonction de ce que vous observez de votre enfant et de la manière dont il réagit aux bruits, à la lumière et aux mouvements. S'il est distrait par le désordre, prévoyez des meubles de rangements pour les jouets de manière à ce qu'il y ait des espaces libres pour bouger. Si votre enfant est distrait par les stimulations visuelles, évitez de mettre des affiches au mur, etc.

L'un des principaux objectifs que vous devez avoir lorsque vous créez votre salle de jeu, c'est de faire en sorte que **vous soyez la chose la plus attrayante** de la pièce. De plus, vous êtes la personne qui assiste l'enfant pour obtenir les jouets ou les objets désirés. Par exemple, beaucoup de parents recommandent de mettre les jouets sur des étagères contre le mur. Cela signifie que les objets sont toujours disponibles et faciles à voir, mais hors de portée. Papa ou Maman sera la personne qui tendra à l'enfant le jouet qu'il veut.

Quelques suggestions sur la salle de jeu

Voici quelques suggestions sur la manière d'adapter votre maison et d'organiser la salle de jeu et les jouets. La plupart de ces suggestions proviennent de parents pratiquant le Floor Time à qui nous avons parlé. Nous espérons que cela vous permettra de réfléchir à la partie de votre maison ou de votre appartement qui vous semble la mieux adaptée pour votre enfant et pour le reste de votre famille. Répétons-le : les besoins et les centres d'intérêts de votre enfant lui sont propres et son espace de jeu doit en être le reflet.

- Salle de jeu au sous-sol
- Chambre (soit celle de l'enfant, soit la chambre d'amis)
- Une pièce où se trouvent beaucoup d'objets sensoriels et de vieux meubles que les enfants ont le droit d'escalader ou sur lesquels ils peuvent sauter
- Un espace qui peut être fermé de manière à éviter d'être distrait par les autres membres de la famille
- Un espace qui peut être fermé de manière à éviter que l'enfant puisse facilement s'échapper
- Un espace avec un accès facile vers une salle de bains
- Un espace avec une salle de bain
- Des étagères pour ranger les jouets et le matériel
- Une pièce aux murs peints avec des couleurs douce
- Une pièce avec des tapis ou des coussins au sol de manière à ce que ce soit confortable pour s'asseoir, courir, sauter et aussi facile à nettoyer en cas de dégâts
- Du linoléum au sol ou un parquet stratifié avec des coussins épais pour créer une surface confortable pour courir et sauter tout en ayant une surface facile à nettoyer
- Une famille a accroché des guirlandes de Noël dans la salle de jeu pour aider à calmer leur enfant
- Des photos sur les murs qui rappellent la vie de l'enfant : photos de la famille, posters avec des nombres, photos ou dessins des objets ou des activités favorites de l'enfant
- Essayez de concevoir la pièce pour que l'enfant soit en sécurité sans avoir à poser trop de limites. Par exemple, faire les séances de jeu dans une pièce avec un magnifique canapé blanc capitonné ou une télévision n'est peut-être pas une bonne idée !
- Beaucoup de parents ont mis de grands miroirs au mur (assurez-vous de choisir un miroir solide et pas facile à casser).
- Certains parents suggèrent d'organiser la salle de jeu de manière à avoir différents espaces

de jeu :

- mettez les jouets dans des casiers ouverts : par exemple, un casier pour les petites voitures, un casier pour les playmobils, un casier pour les marionnettes
- un coin peinture / dessin / pâte à modeler
- une table pour le petit train
- un panier de basket
- un coin avec une maison de poupée, une cuisine-jouet, etc..., pour le jeu de faire semblant

Certains parents ont conçu leur salle de jeu de manière à ce que les séances Floortime puissent facilement être observées ou filmées. C'est très utile pour la supervision et la formation des intervenants. Ainsi, une famille avait installé un jeu de miroir sur les portes de la salle de jeu de manière à ce que le thérapeute puisse observer la séance et leur faire ses commentaires après la séance. Vous pouvez acheter des micros pour recueillir le son. Vous pouvez aussi installer une caméra type caméra de sécurité (avec un grand angle) de manière à pouvoir facilement filmer. Vous n'avez pas besoin d'acheter du matériel coûteux et une caméra noir et blanc peut suffire. Vous pouvez l'acheter sur Internet et vous pouvez enregistrer facilement la vidéo sur tout support.

Une famille que nous connaissons a fait le choix de transformer son sous-sol, non encore aménagé, en salle de jeu, pour s'adapter au mieux aux besoins de son enfant. Ils y ont installé un vaste espace de jeu mais aussi un plus petit, plus cozy. Ils ont posé une moquette épaisse et résistante. Ils ont évité de mettre des néons, qui risquent de crépiter. Ils ont mis des crochets au plafond pour suspendre du matériel. Ils ont mis un vieux canapé ainsi qu'une table d'enfant en plastique pour prendre le goûter ou faire des jeux à table.

Pour beaucoup d'enfants, il est important de consacrer une partie de votre temps de jeu à de la psychomotricité orientée « intégration sensorielle ». Les Drs Greenspan et Wieder recommandent de faire en moyenne 3 sessions de 10-15 minutes par jour, à la maison. Certains parents incluent l'intégration sensorielle dans leur jeu avec leur enfant tout au long de la journée, quand cela est adapté, en appliquant le programme d'intégration sensorielle conçu avec leur psychomotricien, de manière à ce que l'enfant reste calme et actif tout au long de la journée. Ci-dessous, vous trouverez quelques recommandations de parents sur du matériel de motricité. Mais n'oubliez pas que vos choix doivent être faits en fonction du profil sensori-moteur spécifique de votre enfant et de son âge développemental.

Demandez à votre psychomotricien quel est le matériel le plus adapté pour votre enfant et comment l'utiliser pour obtenir le meilleur résultat. Par exemple : pour un enfant calme, tourner peut être approprié mais pour un enfant agité, peut-être que des balancements seront plus adaptés.

Voici quelques suggestions de matériel :

- une vaste zone pour courir et sauter
- un toboggan

- toutes sortes de balançoires ou de balancelles
- un mini-trampoline
- un trapèze
- des coussins rembourrés
- des matelas sous les balançoires
- des rampes
- une poutre de gymnastique
- des boîtes de rangements
- des marche-pieds
- des coussins
- un petit train
- une mini-chaîne pour écouter de la musique, danser, etc.
- une petite table pour prendre le goûter, faire du dessin, de la peinture, etc.
- des coussins sensoriels
- des planches de bois sur-élevées pour pouvoir marcher dessus en étant en hauteur, faire rouler des voitures dessus, etc.
- un frisbee
- des structures gonflables
- une tente
- un punching ball
- des ballons de différentes tailles et textures
- une corde à sauter
- des disques sensoriels

Des jouets qui sont les vôtres

Si on regarde cette liste qui a été faite à partir des réponses de nombreuses familles, on peut la trouver un peu effrayante. En fait, dites-vous que vous n'avez pas besoin de tous ces jouets, ni même d'une partie ou même d'un seul de ces jouets. Cette liste est seulement destinée à vous donner un point de départ pour trouver vos propres idées. Elle reflète ce qui a marché pour divers enfants avec leurs centres d'intérêts et leurs points forts spécifiques.

Des jouets qui aident au développement de l'enfant

Choisissez des jouets qui sont motivants pour votre enfant et qui correspondent à son âge développemental (et non son âge réel). Bien sûr, vous pouvez avoir envie de remplir votre salle de jeux de jouets que vous « maître du jeu » trouvez motivant pour un enfant qui est un niveau au-dessus du vôtre dans l'échelle de développement, de manière à pouvoir plus facilement atteindre ce niveau.

Prenons l'exemple d'un enfant qui a de faibles capacités de planification motrice, et qui ne fait que faire rouler d'avant en arrière son petit train, sans être capable de faire autre chose. Ne tenez pas

compte de l'âge réel de votre enfant et accompagnez-le là où il est, peut-être en créant des tunnels avec vos mains, en le bloquant avec vos pieds tout en souriant, en faisant foncer votre petit train dans le mur et en l'incitant à faire foncer le sien dans le mur ... Tout cela, ce sont des jeux correspondant aux niveaux 1 à 3 de l'échelle de développement : attention conjointe, implication dans le jeu, communication non-verbale intentionnelle et grâce à cela, vous commencez à créer de nombreuses boucles de communication. L'interaction doit être joyeuse, théâtrale, accompagnée de bruits amusants et de rires. Jusqu'à ce moment, vous n'avez même pas besoin d'ajouter un quelconque jouet, à part vous-même, pour rendre le jeu de votre enfant plus amusant. Pour ajouter des jouets, vous pouvez faire une sorte de rampe (faite avec des légos, ou des bouts de cartons ou le dessus de boîtes à chaussures) sur laquelle on va pouvoir faire descendre les petits trains ou une ficelle pour tirer le petit train ou de tunnels faits avec des légos. Vous n'avez pas besoin d'acheter le ville légo au complet.

Il vous faut aussi des jouets et des objets que vous pourrez facilement intégrer dans le jeu au côté des jouets qui sont déjà en phase avec l'âge développemental de votre enfant (notamment au début). Ces objets vous permettront d'introduire des thèmes venant de la vie quotidienne de l'enfant. Au tout début, ces objets peuvent être par exemple des couvertures, des coussins, des chapeaux ou les cravates de Papa. Les déguisements et notamment les éléments de déguisement qui attirent l'attention sur le visage sont très utiles pour favoriser le contact oculaire et l'implication de l'enfant. Ensuite, vous pouvez utiliser une dînette (un ensemble de 2 couverts suffira). Vous pouvez aussi ajouter de la pâte à modeler pour fabriquer des aliments. Vous avez essentiellement besoin d'un ensemble de choses qui sont familières à votre enfant car vous les utilisez au moment des repas, du coucher, de la lecture, etc ...

Pour comprendre et avant d'en arriver à la liste des jouets, ajoutons un mot sur le fait de rejoindre l'enfant là où il en est et sur les jeux de base. L'approche DIR et l'approche d'intégration sensorielle sont tous les deux des modèles développementaux. Cela signifie que le meilleur moyen de susciter une interaction, c'est de rejoindre l'enfant au meilleur niveau de ses capacités mais pas nécessairement à son niveau d'âge réel. Prenez garde de ne pas imposer à votre enfant les activités « qu'il devrait être capable de faire à son âge » mais rejoignez-le là où il fonctionne le mieux.

Pour beaucoup d'enfants au tout début, le niveau est celui d'un enfant de 6-9 mois. Commencez à jouer à ce qui entraîne chez votre enfant des petits rires, des sourires et à ce qui va faire qu'il va vous tendre la main pour que vous recommenciez. Utilisez votre instinct en même temps que vous voyez que votre enfant a l'air de s'amuser. Construisez la suite à partir de cela. Pour beaucoup d'enfant, les jeux suivants et leurs variations sont le moyen le plus sûr de commencer :

- cache-cache
- jeu de ballon : lancer-attraper ou faire rouler de l'un à l'autre
- chatouilles
- « attrape-moi »
- « je vais te manger tout cru » : faire des sons bizarres avec votre bouche sur le pied, la main ou de le ventre de l'enfant (si votre enfant est d'accord)

Ci-dessous, vous trouverez une liste de jouets que beaucoup de parents ont trouvé adaptés à leur enfant, en fonction de son âge de développement. Mais même si un jouet est motivant pour l'enfant, il y a vous (avec toute l'exubérance possible) et le jouet n'est qu'un support : aucun jouet ne doit être plus amusant que vous. Beaucoup de parents nous ont indiqué aussi qu'ils faisaient tourner les objets régulièrement. Ainsi, vous avez de nouveaux jouets, et au bon niveau de développement.

N'oubliez pas que l'objectif pour obtenir du jeu interactif, c'est que votre enfant vous considère comme le meilleur jouet de la pièce.

Peut-être qu'en lisant la liste ci-dessous, vous vous direz que certains jouets sont d'un niveau de développement trop élevé ou portent sur des thèmes dont votre enfant n'a pas eu l'expérience dans son quotidien. Cependant, il se peut que votre enfant utilise ces jouets quand même de manière appropriée. Suivez l'initiative de votre enfant et vous progresserez sur l'échelle de développement.

Nous avons fait cette liste pour vous donner des idées et des exemples, pour faire travailler votre imagination. C'est vous qui savez le mieux quels jouets suscitent l'intérêt de votre petit bonhomme. Pour certains jouets, mieux vaut en avoir deux identiques (par exemple, un micro, un sifflet, ...) de manière à pouvoir accompagner votre enfant. Vous vous rendrez rapidement compte desquels il s'agit.

Liste de jouets recommandés

- un grand carton (pour en faire un tunnel, s'y cacher, le transformer en estrade ou en ferme, etc.)
- des ballons de baudruche : « qu'est-ce que je dois faire ? Mettre ma bouche là ? Plus gros ? PLUS GROS ? IL VA EXPLOSER !!! ». Après l'avoir laissé s'envoler : « Regarde-le là-haut » (*exercice visuo-spatial*). « Il est gros comment ? Montre-moi avec tes mains ! » (*exercice sur la taille*). Gonflez-le et faites plein de bruits rigolos.
- Figurines de pirates
- Figurines de cow-boys
- Figurines de cosmonautes
- une baguette magique
- à la cuisine : de l'eau, des colorants alimentaires, divers ingrédients et des ustensiles
- des tunnels : des jouets tel qu'un tube en tissu disponible dans n'importe quel magasin de tissu pour faire un tunnel étroit
- les livres : profitez de chaque page. Demandez-vous si votre enfant peut imiter l'expression faciale du personnage. Faites-lui remarquer les détails. Blottissez-vous dans un pouf ou des coussins favorisant une proprioception apaisante. Jouez l'histoire. Trouvez d'autres mots qui riment, etc. Tenez le livre à l'envers, lisez-le en commençant par la fin. Feignez d'ignorer quel livre votre enfant désire. Lequel est-ce ? Est-ce un gros ou un petit livre ? De quelle couleur ? Demandez-lui quel est son passage préféré.
- Puzzles : soyez attentif au niveau de difficulté proposé, si vous voulez que votre enfant y parvienne et y trouve du plaisir dès le début. Souvenez-vous que, parfois, l'intérêt d'un

puzzle n'est pas l'exercice visuel ou moteur mais la quantité de boucles de communication que vous pouvez fermer à l'occasion de ce puzzle. Arrêtons-nous un instant sur les alphabets à encastrier : il y a au moins 26 boucles de communication à construire à partir d'un alphabet à encastrier. Vérifiez que vous avez avec vous toutes les pièces du puzzle de façon à les présenter vous-même à votre enfant. Tenez-les avec les dents. Accrochez le K à vos lunettes. Cachez-les sur votre tête, dans votre manche, dans celle de votre enfant. Faites des erreurs évidentes ; par exemple, vous pouvez présenter les lettres de l'alphabet à l'envers tout en vous en excusant tout au long du jeu

- des jeux tels que les Hippos Gloutons (souvenez-vous que ces Hippos doivent parler entre eux à propos de leur appétit, de la quantité de nourriture, se souhaiter mutuellement bon appétit), des jeux de mime.
- des jouets donnant l'occasion au parent ou à l'enfant de faire tel ou tel bruit ; par exemple la poupée qui ne pleure pas, permettant à l'enfant de faire semblant de pleurer
- de la pâte à modeler et des accessoires : faire à manger pour le pique-nique. Faites de la nourriture absurde ou infecte : des escargots⁷ et des branches pour le dîner. Donnez-les au misérable T Rex qui est toujours en train de tenter de chiper la nourriture en pâte à modeler.
- des jeux d'imitation qui reflètent l'expérience de votre enfant. Un château ne reflète pas nécessairement ses expériences, mais les jeux suivants peuvent peut-être vous donner quelques idées :
 - un terrain de jeux
 - un set de pique-nique
 - une ferme
 - une maison de poupée, parfaite pour jouer les thèmes les plus simples (donner le biberon à bébé) et les plus compliqués (les disputes dans la fratrie et les compromis, les engagements pour l'avenir)
 - une cuisine et une dînette, comprenant un four, un réfrigérateur, les emballages des aliments préférés de votre enfant, de la nourriture en plastique
 - des animaux en peluche, des poupées, un hôpital...
 - des bus scolaires et une école de poupée
 - une valise de docteur, un équipement de policier
- des personnages de dessins animés. Leur utilisation est illimitée et, vu que nombre de nos enfants sont fortement motivés par ces personnages, ils sont devenus nos partenaires de jeux tandis que nous gravissions l'échelle de développement. Prenons le personnage d'Ernie de Rue Sésame :
 - Au tout début, quand un nouvel intervenant entrait pour jouer avec l'enfant, sa seule réponse pouvait être un « NON » furieux et déterminé. Le nouveau joueur pouvait simplement jeter Ernie contre le mur avec un immense sourire et dire « non » également. Ensuite, vous couriez pour attraper la peluche en laissant le temps à l'enfant de jeter à son tour Ernie contre le mur, en hurlant un « non » indigné, et ainsi, une espèce de jeu d'aller et retour avec Ernie pour ballon se trouve joyeusement instauré. Plutôt qu'un rejet, l'initiative de l'enfant a été transformée en une interaction intentionnelle.
 - Les façons de jouer avec Ernie sont illimitées. Il aime prendre un bain (dans l'évier ou dans un seau), nous le nourrissons avec toutes sortes de nourritures, alors que

7 NDT : Ce guide est originellement américain !

nous tentions de nouveaux aliments, il discute avec son vieil ami Bert (initiation à la politesse et à ce que nous disons et faisons entre amis), ils vont manger une pizza ensemble, Ernie met un pansement sur la tête de Bert, etc.

- Un jour, votre enfant réclame Ernie et il y a, hors de portée, deux Ernie et deux Bert. Que faire ? Quel Ernie veux-tu ? Et ainsi commence l'apprentissage de la phrase complète pour décrire quelque chose, avec des adjectifs, et des prépositions spatiales.
- A une autre occasion, votre enfant adorera faire avec vous une simple chasse au trésor, à la recherche d'un Ernie bien particulier, à partir d'indices déposés par vos soins la nuit précédente.

Nous espérons que ces quelques suggestions vous aident à réaliser à quel point on peut facilement exploiter les particularités du profil individuel d'un enfant, en utilisant les jouets qui le motivent, des notions qui lui sont familières et, plus que tout, en s'amusant ensemble.

- une caisse-enregistreuse et de l'argent
- un caddie de supermarché
- un baigneur, un berceau et une poussette
- des vêtements de toutes sortes, des chaussures, des chapeaux
- des jeux permettant de pratiquer le tour de rôle : jeux de construction : cubes, légos, chalets, toboggans à billes, engrenages, mécano (NDT : et Kaplas) ...
- des instruments de musique, des trompettes, des sifflets (ayez-en un nombre suffisant pour travailler les différentes habiletés ou praxies buccales), des xylophones
- une boîte à formes
- des animaux en peluche
- des balles de différentes textures, couleurs, tailles, balle pompon, ballons de baudruche qui sont faciles à attraper, balle hérisson
- des rubans, des foulards, des écharpes
- des coupons de divers tissus, assez grands pour faire une cape. Certains suggèrent de fabriquer des pièces d'un pied carré figurant différents lieux : avec un motif de jungle, d'océan, de façon à donner facilement un cadre symbolique aux faits et gestes de votre enfant. S'il dit qu'Ernie va à la plage, dépliez votre tissu « plage » et vous voici tous installés.
- des voitures et des engins de chantier. Donnez-leur une personnalité. Utilisez votre meilleure voix de conducteur de machine, appelez votre enfant « chef » et demandez-lui des instructions pour construire des bâtiments.
- des playmobils
- des épées.
- des marionnettes de différentes tailles et des figurines. C'est l'occasion d'employer deux voix : celle que l'enfant assigne à la créature et la nôtre propre. Par exemple, si l'adulte a une marionnette de grenouille en main, celui-ci va chercher à savoir auprès du « metteur en scène » quel rôle va jouer la grenouille et quelles sont ses motivations.
Papa : « Je me demande ce que va manger la grenouille »
L'enfant : « gâteaux »

Papa, avec la voix de la grenouille : « veux gâteaux ! »

L'enfant, désignant les gâteaux, qui sont hors de portée : « paquet de gâteaux »

Papa, l'air stupide : « Où sont ces gâteaux ? »

L'enfant, désignant toujours « Regarde, le paquet de gâteaux, en haut ! »

Papa-grenouille : « Mmmmm, aider attraper gâteaux ! » tandis qu'ils se précipitent joyeusement à l'idée de manger. De nombreuses boucles de communication peuvent être développées ainsi.

- Des jouets pour faire sauter des balles.
- De la mousse à raser : soyez prêts. Choisissez des vêtements faciles à laver, évitez les pièces couvertes de moquette. Utiliser un grand miroir incassable est très amusant ! Essayez le patin à glace. Amusez-vous à tartiner les pieds de votre enfant de mousse à raser, mais c'est très glissant !
- Des bulles : Tu as dit souffler ? Plus gros, plus gros... oh non ! Elle va éclater ! Encouragez l'enfant à éclater les bulles avec ses doigts, puis d'autres parties du corps. Faites des bulles de chewing-gum et dites-lui de les attraper avec sa langue. Tu veux des bulles en haut ou en bas ? Petites ou grosses ? Une seule grosse bulle ou plein de petites ? Vos succès ou vos échecs en matière de bulles n'ont pas d'importance ; ce qui compte, c'est la joie et le rire de votre enfant, et surtout que ce flacon à bulles n'a aucun intérêt sans vous ! Bien sûr, vous ferez votre possible pour aider votre petit patron à souffler sa propre bulle, vous l'encouragerez de tout votre cœur et le félicitez pour ses efforts et ses succès.
- Des figurines Polly Pockets. Ces jouets ont pour intérêt de stimuler les habiletés motrices nécessaires à l'installation du mobilier dans la maison.
- Un tableau blanc.
- Un tube à son hideux. Une famille a utilisé ces tubes comme sarbacanes avec des pompons, se bombardant mutuellement ou visant une cible désignée dans la pièce. Faites équipe avec votre enfant contre l'autre parent quand celui-ci rentre du travail. Imaginez quels seront ses éclats de rire lorsque vous bombarderez votre conjoint de pompons.
- Jeux de paddle ball, où la balle est attachée à la raquette par un fil. On peut utiliser des ballons ou des balles en fils de caoutchouc (balle pompon).
- Des vidéos d'exercices de gymnastique pour enfants
- Des micros qui répètent votre voix.
- Des perles à emboîter.
- Des frites de piscines qui font de parfaites épées.
- Des autocollants repositionnables qui conviennent aux réfrigérateurs ou aux vitres. On peut y ajouter des décors faits au feutre lavable ou à la peinture lavable, ainsi, « Ernie peut monter les escaliers de Sesame Street et Bert dort au 2ème étage »
- Des personnages et des décors de feutrine
- Des duplos
- Un ordinateur, à utiliser parcimonieusement comme récompense. Certains parents limitent le temps passé sur l'ordinateur, mais l'emploient de façon interactive et motivante comme point de départ pour d'autres activités Floor Time.

Mise en garde : de nombreux parents évoquent également les jouets à éviter. Ceux qui font du bruit (certains enfants s'attachent à l'un des boutons qui provoque le bruit et sont obnubilés par faire

répéter le son encore et encore.), les jouets à piles et les jouets électroniques. Un parent écrit : « l'enfant peut être stimulé de façon trop exclusive et se tourner vers le jouet plutôt que vers vous. »

Quelques pistes pour des jouets et des jeux.

De nombreux parents proposent des ressources pour les jeux.

Occupational Therapy Associates in Watertown, MA publie une excellente liste de jouets sensoriels, avec leur fonction et leur disponibilité. Disponible sur internet à www.otawatertown.com (Vous devrez télécharger la newsletter sous la forme d'un fichier Adobe ; la liste figure dans la newsletter).

Toys-R-Us a un guide de jouets pour les enfants à besoins particuliers, www.kidtips.com.

Une maman créative publie un site web réunissant un fichier d'idées, des listes de matériaux pour des jeux sensoriels, etc. www.geocities.com/motamedfamily/.

The Out-Of-Sync Child Has Fun: Activities for Kids With Sensory Integration Dysfunction, de Carol Stock Kranowitz, M.A.(2003), disponible chez Developmental Delay Resources et les librairies en ligne. Un excellent livre pour des activités sensorielles.

Oriental Trading Company propose un catalogue et un site web que de nombreux parents exploitent, depuis le masque d'animal en mousse jusqu'à toutes sortes de chapeaux et de costumes, en passant par les simple kits créatifs. www.oriental.com.

The Construction Site est un magasin de jouets à Waltham, MA qui propose un grand choix de blocs, de jeux de construction et d'accessoires. www.constructiontoys.com.

- Ebay est une source intéressante d'idées, de jouets bon marché, et permet de se procurer des lots entiers de jouets.

De nombreux parents recommandent www.Smarterkids.com, pour trouver des jouets et des idées.

Enfin, ces sites sont également recommandés. Nous vous suggérons de chausser vos « lunettes Floortime » et de choisir ce qui, peut être, stimulera l'intérêt et la motivation de votre enfant.

- Leaps and Bounds, www.leapsandboundscatalog.com
- Museum Tour, www.museumtour.com
- Music for Little People, www.mflp.com
- Toys to Grow On, www.ttgo.com
- Western Psychological Services (WPS) Creative Therapy Store
www.creativetherapystore.com
- Young Explorers, www.YoungExplorers.com
- Cambridge Development Laboratory, Inc. (CDL) Software Shop, www.edumatch.com
- CDL Times, www.edumatch.com/special
- Child's Work/Child's Play, www.childswork.com
- Chinaberry, www.chinaberry.com
- Discount School Supply, www.earlychildhood.com
- The Edutainment Catalog, www.edutainco.com
- Gryphon House Early Childhood Teacher Resources, www.ghbooks.com
- The Happy Puzzle Company, www.happypuzzle.co.uk

- HearthSong, www.hearthsong.com
- Highlights Catalog, www.highlightscatalog.com
- Imaginart Communication Products, www.imaginaronline.com
- McGraw-Hill Children's Publishing, www.MHkids.com
- Professional Development Programs, www.pdppro.com
- Sensational Beginnings, www.sb-kids.com
- Sensory Comfort, www.sensorycomfort.com
- Therapro, www.theraproducts.com

N'oubliez pas les fondamentaux

Le matériel quotidien de base dépend des besoins de votre enfant. Voici quelques idées pour démarrer.

- nourriture et boissons
- du papier de brouillon et des feutres lavables
- de la colle lavable
- du ruban adhésif décoratif
- cartes à jouer vierges
- des crayons et des craies, qui ont un meilleur retour proprioceptif que les feutres
- des serviettes en papier
- des peintures lavables
- de l'imagination et le sens de l'humour !

Avec leurs propres mots

L'impact sur la famille

Nous savons qu'avoir un enfant avec des besoins particuliers conduit à modifier ses espérances et son style de vie. Après avoir parcouru la plupart des bases d'un programme Floor Time à domicile, il nous semble loyal de présenter comment réussir cette acrobatie. Qui êtes-vous ? Maman ou Papa, épouse, soutien de famille, femme de ménage ? Nous allons essayer de vous aider à trouver le soutien nécessaire pendant cette période épuisante et éprouvante.

Tout d'abord, prenez soin de vous. Rappelez-vous la consigne des compagnies aériennes : en cas de turbulences, mettez d'abord votre propre masque à oxygène, puis celui de votre enfant. Nous savons combien ce peut être difficile, avec toutes les exigences de notre époque. S'il s'agit de trouver du temps pour le mettre en pratique, allez prendre un café avec un ami, ou profitez d'une sortie en soirée, d'un bain chaud, d'un peu de musique apaisante, ou procurez-vous enfin ce nouveau livre ; trouver du temps pour vous fonde tout le reste.

La plupart d'entre nous a trouvé nécessaire que l'un des parents travaille à temps plein au-dehors, tandis que l'autre gère le programme de l'enfant. Des bénéfices considérables peuvent être réalisés par un tel partenariat, mais soyez attentif à ce qu'aucun des partenaires ne se sente déconnecté de l'autre. Tout d'abord, il doit s'agir d'une collaboration. Si vous voulez pouvoir gérer le programme et l'équipe entourant votre enfant, si vous voulez que chacun puisse se dire que vous avez fait tout votre possible, il faut que l'un de vous veille aux ressources financières que vous jugez nécessaire pour atteindre vos objectifs. C'est un appui considérable.

Cela permet au parent qui assume le premier rôle auprès de l'enfant de se concentrer sur des buts définis. Le parent qui a la responsabilité principale du programme de l'enfant doit régulièrement informer son ou sa partenaire des progrès et des difficultés rencontrées. Vous pouvez décider d'avoir des conversations hebdomadaires sur l'évolution de votre enfant, ainsi tout le temps que vous passez ensemble ne sera pas submergé par cet unique sujet. Vous pouvez remplacer ces conversations par des enregistrements audio des réunions tenues avec les professionnels qui suivent votre enfant (si votre conjoint ne peut y assister). Le conjoint peut écouter ces cassettes le plus tôt possible, par exemple en voiture, lors des trajets quotidiens. Les familles ont développé beaucoup de solutions créatives pour assurer la bonne information du parent qui travaille à l'extérieur. C'est essentiel pour des raisons vraiment très très importantes :

- La plupart des malentendus qui peuvent survenir au sein des familles sont le résultat d'un défaut de communication et d'information. Un parent doit être de bonne volonté pour fournir autant d'information que nécessaire. L'autre parent doit s'engager à prendre en compte ces informations importantes pour le développement de l'enfant. Vous travaillez tous les deux très dur, chacun d'une façon essentielle, à aider votre enfant.
- L'opinion du parent qui n'est pas « en première ligne » chaque jour est tout aussi importante que celle de l'autre parent. Pour celui qui en permanence avec l'enfant, il est parfois difficile de voir les évolutions positives ou de remarquer les problèmes auxquels il faudrait faire attention. Lorsque des questions viennent d'un parent bien informé, qui n'a que le temps du

bain chaque soir, ou les week-ends, à partager réellement avec son enfant, son avis sur les problèmes éventuels peut avoir une grande valeur. A l'inverse, lorsque le parent qui travaille n'est pas correctement informé et qu'il rejette une suggestion ou remet en question une dépense, les choses peuvent devenir difficiles. Ce problème de communication peut assombrir ce que vous essayez d'accomplir pour votre famille.

Il y a également beaucoup de parents célibataires qui sont dans la nécessité de gagner de l'argent et de diriger le programme. Cette population, en particulier, a besoin de soutien, de communication et de clarté chaque jour (et nous savons combien vous êtes fatigués) tandis qu'elle travaille à atteindre ses objectifs. Dans ce cas, il est crucial que le parent qui a la garde de l'enfant communique avec l'autre parent à propos du programme et des progrès de l'enfant.

Conseil des Dr Greenspan et Wieder

« Travailler selon l'approche D.I.R exige beaucoup des familles. Rappelez-vous toujours que vous avez besoin d'organiser un environnement détendu et agréable. Les besoins de toute la famille doivent être pris en compte. Chaque jour, vous faites tout votre possible, mais pas au prix de la joie et de la chaleur dans la famille. L'approche DIR ne marche pas sans joie ni chaleur. Ainsi, faites du Floor Time avec votre conjoint, avec vos autres enfants, en groupe. »

Conseil d'autres experts

Nous savons que pour certains parents, le simple fait d'envisager un programme Floor Time détaillé peut leur sembler intimidant. C'est pourquoi nous avons décidé de poser à des parents pratiquant le Floor Time quelques questions importantes à propos de leurs sentiments et de leurs combats au cours de ces années. Nous espérons que vous puiserez énergie et de inspiration dans leurs conseils et leurs réflexions. (Chaque question est suivie d'une sélection de réponses et d'idées clés).

« Maintenant que vous avez l'expérience de Floor Time, qu'auriez-vous aimé entendre ou apprendre lorsque vous avez débuté le programme ? »

- Une maman nous a dit : « le plus important et le plus efficace pour nous a été de bien nous former aux six stades de développement émotionnel, de déterminer le profil sensoriel de notre enfant, et de comprendre où il se trouvait sur l'échelle de développement. Cette connaissance nous a aidés à explorer toutes les directions, ainsi qu'à apprécier la valeur des choses importantes accomplies par notre fils, et savoir où il avait besoin d'aller. Sans cette vision d'ensemble et quand les moments deviennent durs, on est facilement submergé, on perd patience et foi dans le développement futur de son enfant. Nous ne nous soucions plus des capacités de notre fils au regard de son âge chronologique. Nous avons vu combien sa capacité à atteindre les premières et fondamentales étapes de son développement lui permettait d'aller toujours plus loin. Le programme Son-Rise a été particulièrement efficace pour nous montrer à quel point, à l'échelle d'une semaine, ces premières étapes de régulation sensorielle étaient importantes, et cela nous a aidés à mieux comprendre Floor Time. Cela nous a également montré combien nos propres attitudes pouvaient être efficaces pour relever ces défis de façon positive. »
- Des nombreux parents soulignent qu'il ne faut pas renoncer. Ils soulignent le fait que les progrès peuvent être lents et ne sont pas toujours évidents.
- Un parent nous a dit que, d'un point de vue pratique, il est utile de trouver quelqu'un qui

dispense une formation Floor Time, qui puisse vous aider à franchir le premier obstacle « découvrir votre enfant, trouver des professionnels, organiser l'espace de jeu et le programme de jeux. »

- Un parent conseille simplement de demander et d'accepter l'aide de la famille et des amis aussi souvent que possible.
- Un parent dit que Floor Time demande énormément de travail et d'énergie, mais que c'est un investissement qui en vaut grandement la peine. Souvenez-vous que chaque enfant a son propre profil et que les résultats peuvent varier de façon significative. Certains enfants auront presque l'air d'être sortis du spectre autistique, d'autres, tout en ayant encore les caractéristiques d'un TED, seront devenus plus chaleureux, plus dans la relation, plus heureux.
- Une maman nous a dit avoir été surprise qu'on ne lui ait pas parlé plutôt de l'importance de la psychomotricité et de l'intégration sensorielle.
- Certains parents disent qu'ils auraient bien aimé savoir à l'avance à quel point cela pouvait être difficile de mettre en œuvre une approche Floor Time à l'école. Ils trouvent que les professionnels en charge de l'intervention précoce sont compétents et attentifs aux aspects développementaux et aux aspects de dynamique familiale. Mais au moment de l'entrée à l'école, les parents ont constaté que le personnel enseignant a des difficultés à maintenir un programme tel que DIR au sein d'un projet éducatif plus structuré.
- Une maman trouve que la liste « Floortime » de Yahoo est une ressource énorme, dans le sens où on peut interroger les membres de la liste, ou exploiter les archives de la liste. Elle a aussi trouvé que les cassettes d'entraînement ICDL Floortime étaient très utiles.
- Ne négligez pas les gestes au profit du langage. Nous utilisons tous des gestes en parlant et la communication pré-verbale (qui précède le langage verbal) de l'enfant au moyen de gestes est une étape très importante de son développement. Elle ne doit pas être oubliée ou rejetée dans la course désespérée vers l'expression verbale. Acceptez cette façon de communiquer, et, au moment où vous allez y répondre, prononcez le mot. Par exemple : alors qu'elle vient de prendre sa dernière bouchée, vous avez rangé la boîte, pensant que le goûter était fini. Tout d'un coup, elle vous regarde, puis elle regarde la boîte, la montre du doigt. Il n'y a aucun doute quant à son intention, donc vous rapportez la boîte, en disant, par exemple : « oh, encore des gâteaux ! » Ainsi, vous avez encouragé sa communication, accepté ses gestes comme un moyen de communiquer, et lui avez montré un moyen plus efficace et plus rapide : les mots, pour le moment où elle sera prête.
- Un parent témoigne du fait que Floor Time devient votre façon de faire avec tous vos enfants. « Cela n'est pas réservé à celui de mes enfants qui est différent. Cela m'a aidé à devenir un meilleur parent avec mes autres enfants aussi. Suivre l'initiative de son enfant et le ou la rencontrer à son niveau de développement est un sage précepte pour chaque parent. »
- Enfin, un parent a partagé un conseil très important qui lui avait été donné. « Si votre enfant n'a pas l'air intéressé par ce que vous lui proposez, cela peut tout simplement vouloir dire qu'il est dépassé. Cela ne veut pas dire qu'il ne vous aime pas ou qu'il ne veut pas interagir avec vous. Reprenez contact progressivement avec une sensibilité moindre ou en prenant du recul, et ne perdez pas courage. »

« A quoi ressemble une journée avec l'approche D.I.R. ? Comment gérez-vous votre journée ? Comment faites-vous pour tout faire ? »

- Plusieurs parents font part de leur sentiment que plus un parent est prêt à s'investir dans le programme de son enfant, plus la possibilité que cet enfant fasse des progrès est grande, et plus le parent aura le sentiment d'être récompensé pour son implication. Des parents nous ont dit qu'ils s'étaient simplifiés la vie, renonçant à ce que le ménage et la lessive soient systématiquement faits en temps et en heure, etc ... Certains parents suggèrent que les parents qui travaillent fassent du Floor Time le soir en rentrant du travail, ainsi qu'à l'heure du bain ou au coucher. Ils peuvent profiter de leurs propres activités soit avant de rentrer à la maison soit après que leur enfant soit couché.
- Beaucoup de parents scolarisent leur enfant le matin, en maternelle et réservent l'après-midi pour des séances Floor Time ou pour des séances de thérapie individuelle
- Un parent nous a écrit : « je me suis donné à fond dans le programme Floor Time de mon fils. De plus, j'ai équipé la salle de jeu de tout ce qui était nécessaire pour un travail psychomoteur et j'ai incorporé ce travail dans nos sessions de jeu. Par exemple, quand nous étions en train de le faire travailler sur le fait de lui faire toucher différentes textures, j'ai acheté un tas de matériel avec des textures différents différentes et nous avons utilisé ce matériel pour en faire des sacs de couchage et faire semblant de faire du camping, ou pour en faire des lits d'hôpital pour les peluches malades lorsque nous jouions au docteur. Nous avons passé des heures, tous les jours, dans la salle de jeu, et lorsque nous n'y étions pas, je m'assurais de ne manquer aucune occasion d'interagir avec mon fils. Je tiens à dire qu'il est important aussi de faire des pauses. Quand les autres thérapeutes venaient faire du Floor Time, je sortais faire de la gym ou faire quelque chose pour moi.
- Beaucoup de parents insistent sur le fait que plus vous apprenez ce qu'est Floor Time et plus vous commencez à considérer chaque minute de votre journée comme une minute pour faire du Floor Time. Vous commencez à l'intégrer dans votre manière de vivre, dans la voiture, lors d'une sortie à dîner, chez l'épicier, etc. Un parent nous a dit : « éteignez l'ordinateur, éloignez votre enfant de la télévision, cherchez une manière de faire 10 minutes de Floor Time puis allez-y. Nous avons tous 10 minutes de disponible de temps à autre. Profitez du moment du bain, de l'habillage, de toutes les routines quotidiennes pour faire du Floor Time. »
- Une maman nous a décrit en quoi sa journée est « centrée » sur son enfant. Elle intègre autant de jeu de faire-semblant que possible et mélange cela avec des expériences sensorielles (par exemple, transformer son fils en sandwich avec des coussins, ouvrir une boulangerie « pâte à modeler »). Elle insiste sur le fait que dès lors qu'elle arrive à obtenir l'implication de son fils, elle peut faire du Floor Time tout au long de la journée (par exemple, dans le bain en inventant des plongeurs qui vont nourrir les poissons dans l'aquarium ou sous la couverture au moment du coucher en imaginant qu'ils font du camping ou qu'ils sont des ours dans une grotte). Cette maman utilise même les moments où elle fait le ménage pour les intégrer comme des séances Floor Time. Par exemple, elle fait semblant d'être Cendrillon et elle fait comme si son fils était la belle-mère en train de lui donner des ordres. Elle invente des scénarios où ils montent ensemble une affaire de nettoyage de vitres (par exemple ne lui donnant un torchon mouillé ou juste un morceau d'essuie-tout humide). Quand elle plie le linge, elle joue au toreador avec son fils qui fait le

taureau qui fonce sur les vêtements lorsqu'elle les agite devant lui en criant « olé » !

- Plusieurs parents nous ont dit qu'ils avaient fait quelques changements dans leur agenda. Un parent nous a dit : « notre journée est tout entière dédiée à des activités Floor Time et à des activités sensori-motrices . Même lorsque nous mangeons, nous essayons d'obtenir des interactions avec notre fils. Mon mari (qui est le parent qui reste à la maison) et moi sortons à tour de rôle pour voir des amis, mais nous sortons rarement ensemble (il est difficile de trouver des baby-sitters qui comprennent notre enfant). Jusqu'à présent, nous avons eu la chance de trouver des orthophonistes et des musicothérapeutes qui viennent à notre domicile. Comme tout cela est fatigant, je mets un point d'honneur à rentrer à la maison pour déjeuner, afin de permettre à mon mari de faire une pause. Il a alors l'habitude de s'allonger et de faire une petite sieste pour recharger ses batteries. »
- « Un programme D.I.R. est chronophage, mais la vie et l'avenir de mon enfant sont en jeu et rien n'est plus important que ça. Il a été facile pour moi de laisser tomber les autres priorités. Si ma maison n'était pas parfaitement propre, c'était sans importance. J'ai fait le meilleur de ce que j'ai pu. Je me suis retrouvé à perdre des amis parce que je n'ai pas passé assez de temps à bavarder avec eux au téléphone ou parce que je ne déjeunais plus avec eux et finalement, il y en a quelques-uns qui ne pouvaient plus avoir de relation avec moi. J'ai fait en sorte que les journées Floor Time dans la salle de jeu prennent fin chaque jour à 16h, heure à laquelle mon aîné rentrait de l'école. Et les week-ends, mon mari et moi avons fait attention que mon aîné ait un parent avec qui faire quelque chose ... Je peux juste vous dire que si un parent s'engage pour essayer de faire progresser son enfant alors des choses merveilleuses vont arriver. Même si ce sont juste de petits pas, ce sont de vrais progrès. Tous les enfants ne progresseront pas autant les uns que les autres car, comme vous le disiez, chaque enfant est différent, mais les progrès seront là. »
- « Débarrassez-vous de tout ce qui n'est pas essentiel. Acceptez que vous perdrez des amis. Sachez qu'un jour, vous aurez à nouveau le temps de faire du bénévolat, etc. N'hésitez pas à aller voir un psychologue pour vous-même et pour une thérapie de couple. Parlez avec d'autres parents Floor Time pour avoir du soutien. Faites votre Floor Time avant toute chose, pas après que vous ayez fait tout le reste. Mettez une ardoise sur votre frigo et notez chaque séance que vous faites. Les deux parents doivent le faire ! »
- « J'ai toujours été obsédée par le ménage, mais je me suis finalement rendue compte que le plus important était que mon fils interagisse avec le monde et soit (espérons-le) un jour autonome. Il s'est révélé important pour mon mari et moi d'établir une liste de tâches dont nous étions responsables à la maison, de manière à ce que ni l'un ni l'autre n'ait l'impression d'avoir toutes les responsabilités sur ses épaules. »
- Je n'ai pas seulement négligé le ménage ; j'ai aussi négligé ma carrière pendant 6 ans. Je ne crois pas que vous puissiez faire cela et conserver un travail à temps plein. Non seulement le temps de jeu est intense, mais il faut aussi conduire l'enfant à tous ses rendez-vous, exploiter le travail de l'orthophoniste et du psychomotricien à la maison aussi bien qu'en rendez-vous, gérer tous les intervenants et l'école, s'occuper du régime⁸, etc. Je ne me suis sans doute pas assez réservé de temps pour moi. Je voudrais encourager tous ceux qui en ont la possibilité d'employer quelqu'un pour le ménage et de faire régulièrement appel à une baby-sitter de façon à pouvoir déguerpier et sortir avec son conjoint. Je peux vous garantir que chaque heure que vous y consacrez peut faire une énorme différence, que vous pouvez le faire et

8 NDT : par exemple régime SGSC (Sans Gluten, Sans Caséine).

que vous verrez les progrès.

- Je suis très vite arrivé à la conclusion suivante : je préférerais être dans la salle de jeu à tenter d'entrer en communication avec mon enfant, plutôt que d'être dans la cuisine tandis qu'il faisait du flapping en regardant le papier-peint. Finalement, j'avais l'impression de faire activement quelque chose. Depuis que notre fils nous a été décrit comme porteur d'une forme très sévère, je n'ai vraiment jamais eu d'attente envers lui. Mon seul souhait était qu'il sache un jour combien il a été aimé. S'il devait devenir adulte en ne connaissant qu'un seul et unique mot, j'ai voulu que ce mot soit fonctionnel.

Quoi qu'il en soit, lorsque nous avons débuté le programme, même quand les progrès étaient si ténus qu'ils auraient pu passer inaperçus, nous savions qu'ils étaient là, et cela nous encourageait tellement que nous avons tout simplement continué à suivre notre fils. Ce qui signifiait incidemment que je suivais un programme à plein temps. Quand je ne jouais pas avec lui, j'étais occupée à me former, à faire le point avec les intervenants, à faire des vidéos de sorte que chacun des intervenants qui passait dans la salle de jeu puisse avoir des informations en retour, à organiser les rendez-vous de la semaine, à faire des recherches, à contacter des spécialistes, à trouver et créer du matériel, etc. J'ai délégué la plupart des tâches ménagères, et s'il n'y avait personne pour le faire, cela pouvait attendre. Ma tante est venue vivre avec nous et elle est devenue indispensable à la bonne marche de la maison : elle emmenait notre fils à l'école etc, et elle était présente pour lui lorsque je ne le pouvais pas.

Ainsi, ma journée commençait à 8 heures, quand je me rendais dans la salle de jeu, pour la nettoyer et la préparer pour la journée, par exemple, en changeant quelque jouets, en rajoutant un nouveau, ou en sélectionnant un que je posais sur la table. Les encas étaient préparés pour la journée, et à 8h30, c'était le « petit-déjeuner dans la baignoire », un espace réduit dans lequel il pouvait se concentrer sur le fait de manger. Ensuite, il y avait 20 minutes de jeu interactif sur l'ordinateur, ce qui nous donnait des idées pour jouer ensuite dans la salle de jeu, en trois dimensions. Son système sensoriel était si altéré que c'était pour lui l'un des seuls moyens d'appréhender le monde. Nous ignorions à quel point son système visuel était pauvre, mais nous avons utilisé des programmes ayant trait à son expérience.

Ensuite, nous nous rendions dans la salle de jeu pour consulter une liste verticale de photos fixées par du velcro, pour voir qui venait en premier, puis en second, etc. Le reste de la journée, je faisais le point avec les intervenants, ou je faisais des dialogues Son Rise, etc, et je m'assurais que je prenais du temps pour moi-même, que j'étais disponible pour notre fils aîné, et la soirée se passait en amoureux. Toutes les 4 ou 5 semaines, nous avions un week-end ailleurs, nous descendions dans un hôtel le vendredi soir, bouteille de vin et apéro en main, nous enfiliions nos pyjamas, et ne quittions pas la chambre avant le dimanche. Privilégier des temps à deux et cesser parfois de faire passer les enfants d'abord (parce que nous nous aimions) était très très important, et beaucoup trop facile à négliger.

- « Si chacune des personnes qui s'occupent de votre enfant comprend les principes élémentaires de l'approche D. I. R. et peut se rapprocher de votre enfant de cette même façon, chacun à sa manière, le fardeau ne repose plus sur les épaules d'un seul individu. Mon

mari et moi, nous nous sommes partagés les responsabilités (je m'occupe du programme à domicile et il s'occupe des aspects médicaux et diététiques, qui sont importants). Il assiste également aux réunions de formation avec notre thérapeute quand c'est possible. Je sais que ma semaine sera remplie avec quatre activités essentielles : pratiquer le Floor Time avec mon enfant (le plus important), communiquer avec tous les thérapeutes et les enseignants (plus de 10 personnes) [ce qui inclut de préparer le programme, recevoir leurs conseils, revoir et redéfinir les objectifs fixés à propos de notre enfant], et suivre la littérature scientifique. Cela m'aide à accepter qu'une partie de mon temps est nécessaire pour faire ces choses. C'est important de ne pas s'épuiser en essayant de tout faire en une seule semaine.

- Enfin, une maman a pris le temps d'ébaucher pour nous son emploi du temps hebdomadaire. Waow !

« Voici notre programme thérapeutique :

1. Pratiquer Floor Time avec lui le plus possible, avec la meilleure attention que nous puissions lui offrir tout en conservant suffisamment d'énergie. (C'est possible en faisant deux sessions de 30 minutes chaque matin et 3 chaque après-midi)
2. L'emmener à ses rendez-vous : 45 minutes de psychomotricité chaque semaine, 45 minutes d'orthophonie chaque semaine, classe spécialisée 4 heures 5 fois par semaine.
3. S'arranger avec des baby-sitters pratiquant le Floor Time avec lui tandis que nous allons faire du sport, deux heures deux ou trois fois par semaine.
4. Plaider sa cause auprès des médecins, des thérapeutes, des commissions scolaires, etc.
5. Prévoir des plages de jeux où l'emmener au parc au moins deux heures trois fois par semaine. Les compagnons de jeux peuvent être ceux de la classe spécialisée ou avoir un développement normal. Les deux possibilités ont leur intérêt.
6. Lui donner une nourriture saine et un apport suffisant de vitamines.
7. Lui fournir un environnement de jouets et de jeux appropriés, en tenant compte du régime sensoriel. Sans trop de désordre toutefois pour ne pas être submergé.
8. Prendre soin du reste de la famille et de sa vie, conserver chaque chose en bon ordre afin de pouvoir poursuivre les buts précédents.
9. Ce que j'essaie de dire, c'est que, lorsque je m'interroge quant au passé, je n'aide pas mon enfant. Quand j'accepte la réalité et me concentre sur les points ci-dessus, je suis effectivement en train de l'aider.

« Comment gérez-vous le fait de négliger certaines choses (comme le ménage) au profit d'un investissement intensif auprès de votre enfant. Quels encouragements adressez-vous aux parents qui lisent ce Guide ? »

- « Savoir que vous aidez votre enfant est la récompense. Nous voyons des résultats avec cette approche. A trois ans et demi, notre fils est sociable, chaleureux et il est dans la relation. Il a encore du chemin à parcourir mais les progrès en un an et demi ont été fantastiques. Alors, essayez de trouver un consultant Floor Time... même quelqu'un qui puisse à distance visionner des vidéos de vous et de votre enfant pratiquant le Floor Time. Il peut également vous aider à renseigner le test FEAS. Vous pouvez le mettre à jour chaque mois et voir quelles lacunes combler. C'est une bonne approche et je sais que plusieurs parents y ont recours avec succès.

- « La chose la plus encourageante est que vous verrez de formidables progrès si vous demeurez impliqué. C'est lent parfois, mais j'ai confiance que tout ira bien si vous poursuivez le programme. »
- Un parent invite les parents à faire du mieux qu'ils peuvent, mais aussi à ne pas se juger trop sévèrement. Vous aurez l'impression, certains jours, à l'heure de se coucher, de n'avoir pas fait assez. Que le programme de votre enfant n'a pas été aussi bon que possible. Tout en essayant de faire tout votre possible pour votre enfant, trouvez du courage et de l'inspiration dans la guidance, dormez bien, prenez soin de vous le mieux possible et commencez une nouvelle journée.
- « Prendre le temps d'être disponible pour nos autres enfants, l'un pour l'autre, pour nos amis ou d'autres centre d'intérêts, voilà ce qui nous a aidés, mon mari et moi à retrouver la joie de vivre. Cette attitude aide notre enfant et nous donne davantage d'énergie pour pratiquer le Floor Time avec lui. Les tourments et l'épuisement dont nous avons souffert les premières années après son diagnostic ne nous ont fait aucun bien, et à lui non plus. Essentiellement parce que nous ne savions pas quelle était la meilleure façon de l'aider. Le modèle DIR, dans son approche globale répond à beaucoup de questions et nous a donné la confiance, la patience, la foi pour aider notre fils à réaliser son potentiel.
- « Ne vous découragez pas. Vous participez à une opération de sauvetage. Un jour viendra où ce ne sera plus aussi intense, mais pour l'instant, ça l'est. Si vous avez d'autres enfants, ils ne doivent pas être négligés. Donc, faites aussi bien que vous pouvez et ne vous fustigez pas pour ce que vous ne pouvez pas faire. Et, évidemment, les êtres humains (avec ou sans besoins particuliers) ont la priorité sur les objets. Les objets, c'est-à-dire, la poussière, le linge et la vaisselle. Ne vous découragez pas. La moindre chose que vous faites est bonne. Le plus petit contact que vous avez est bon. Je me souviens d'une conférence (intervention précoce des Drs Greenspan et Wieder), où un parent dans le public a demandé comment atteindre tous ces objectifs. Tous ces thérapeutes sont chers et nous n'avons pas d'assurance pour couvrir ces frais. Et Greenspan répondit : « Ne vous inquiétez pas. Le vrai travail se fait en première ligne... travaillez avec votre enfant. »
- Par égard pour notre famille, nous avons décidé de débiter par le plus intensif possible, de façon à ce que notre fils devenu grand ait de meilleures chances d'être membre à part entière de notre famille. Depuis le jour où nous avons débuté le programme, nous l'avons vu changer et cela nous a énormément motivés. Le programme de notre cadet est devenu le centre de notre existence. Nous avons l'impression de vivre dans une communauté. Toute vie privée avait disparu. Des gens entraient et sortaient de la maison toute la journée, tout excités par ce qui était en train de se passer, tous désireux de partager cette expérience. Nous avons mis en priorité la satisfaction des besoins de notre fils aîné, mais de nombreux amis ont disparu. Ils pensaient que nous étions fous de croire que nous pouvions faire ce qui « devait » être fait par les médecins et les thérapeutes... Nous savions dans nos cœurs que nous étions reconnaissants d'avoir ces fantastiques professionnels près de nous.

Nous étions sûrs d'être soutenus sur le plan du quotidien et sur le plan émotionnel. Nous

avons constitué un groupe de parents partageant notre vision – seul un tel groupe peut rire au sujet de ce qui compose nos journées ! Nous avons pratiquement transformé les coups de téléphone hebdomadaires aux gens de Son-Rise en des récréations que l'autisme ne prend pas. Il n'y avait pas de vacances, pas de week-ends, le bouleversement de notre vie quotidienne en a affecté tous les aspects. Notre fils aîné est devenu plus indépendant au fil de cette expérience et maintenant, des années après, il a une extraordinaire relation fraternelle avec son merveilleux, brillant, délicieux, affectueux frère retrouvé. Dans une dissertation faite à l'université, notre fils de 23 ans aujourd'hui écrivait : « Je sais que mes parents auraient fait la même chose pour moi si j'en avais eu besoin. J'ai eu la chance d'apprendre que, si vous retrouvez vos manches et travaillez dur, rien n'est impossible dans la vie. »