

Sport et autisme : c'est possible !!!

-Mme Belhocine -Si-Fodil /Aldjia, Melle Liza Aitel
conseiller principale en sport DJS de Tizi ousou

Summary:

Autism or, more generally, Autism Spectrum Disorders (ASD) are developmental disorders characterized by abnormal social interaction and communication, with restricted and repetitive behaviors

Autism affects the way the brain processes information by changing the organization of neural networks during development in ways not yet known. Symptoms are usually detected by parents in the first two years of a child's life.

-autism is one of the neurodevelopmental disorders (TND). The diagnostic criteria updated by the DSM-5 are defined in two symptomatic dimensions which are: persistent deficits in communication and social interactions observed in various contexts.

Key words: Sport et autisme

-I) Préambule

Un jour de l'an 2018....Un Lieu :Salle de sport du CLS T.O (Centre de Loisirs Scientifiques de TiziOuzou)....Une rencontre avec Melle Liza Aitel : Orthophoniste praticienne, Directrice de l'école "Tisura N tmusni".....Expérience et projet de collaboration : section de gym dont j'ai la charge(Mme Belhocine-Si-Fodil Aldjia : conseiller principale en sport) et les enfants Autistes relevant de l'école précitée.....Réflexion et mise en place de cette collaboration grâce à un groupe de travail: en prime abord on a procédé à une préparation psychologique des deux catégories d'enfants.....Conseils et orientations psychologiques par Mme Zehraoui née Oussadi / L :psychologue clinicienne au CLS de T.O....Naissance d'une intégration..... Intégration: "Les enfants autistes recevront une éducation sportive aux côtés des enfants "normaux ". On ne devrait tolérer aucune différence dans l'enseignement, sauf dans certaines circonstances exceptionnelles".(Biklin, Brown, Stainback).....Bases de l'approche: Motivation et soutien sociologique. Toutes les autres approches ont des bases psychologiques.....Une belle leçon de vivre ensemble en paix: donnée par les enfants eux mêmes.

1)-"Le comportement c'est la communication, changez l'environnement et les comportements changeront".(Lana David)

2)-"La source d'angoisse numéro un pour une personne autiste, ce sont assurément les changements par rapport à ce qui était prévu".

(Josef Schovanec)

3)-"Ça prend un village pour élever un enfant, ça prend un enfant autiste pour éveiller la conscience du village". (Elaine Hall).

-II) Autisme

Définition:..

-L'autisme ou, plus généralement, les troubles du spectre autistique (TSA) sont des troubles du développement caractérisés par une interaction sociale et une communication anormales, avec des comportements restreints et répétitifs.....

L'autisme affecte la façon dont le cerveau traite les informations en modifiant de manière encore non connue l'organisation des réseaux de neurones durant le développement. Les symptômes sont généralement détectés par les parents dès les deux premières années de la vie de l'enfant.

-l'autisme est l'un des troubles neurodéveloppementaux (TND). Les critères de diagnostics actualisés par le DSM-5 sont définis dans deux dimensions symptomatiques qui sont :

- les déficits persistants de la communication et des interactions sociales observés dans des contextes variés ;
- le caractère restreint et répétitif des comportements, des intérêts ou des activités .

-III) L'autisme et les thérapies psychomotrices et sensori-motrices

Les enfants et adultes avec autisme peuvent présenter des troubles psychomoteurs et sensori-moteurs dès leur plus jeune âge. Ces difficultés nécessitent des interventions ré-éducatives et ré-adaptatives. Les plus courantes sont les interventions en psychomotricité ré-éducative et en ergothérapie.

-IV) La psychomotricité ré-éducative : Fonctionnement

La thérapie psychomotrice a une visée ré-éducative très variée dans les troubles de l'autisme. Elle intervient dans différents domaines d'application : motricité fine, coordination, organisation spatio-temporelle, sensorialité, graphisme, communication non verbale, etc.... Elle

assure ainsi la réadaptation de l'enfant par un apprentissage des capacités psychomotrices, de la perception et de l'autonomie..... La psychomotricité ré-éducative s'intéresse notamment aux troubles neuromoteurs des différents profils d'autisme et à leur développement..... Elle prévoit des actions dans le cadre du dépistage, du diagnostic, de l'accompagnement et de la rééducation..... Cette thérapie psychomotrice s'adresse donc à un large public, aussi bien aux enfants qu'aux adultes.....

La psychomotricité propose des activités et des mises en situation pour réduire un trouble ou le faire disparaître. Si ce trouble entraîne des difficultés trop importantes, le psychomotricien essaiera alors de travailler sur des moyens de le contourner pour compenser.

-V) Sport et autisme : c'est possible , moyen de psychomotricité

-La psychomotricité : désigne les différentes fonctionnalités motrices du corps humain qui affichent des relations directes ou non avec l'activité cérébrale ou psychologique d'un individu.

-Le sport est essentiel au développement des personnes atteintes d'autisme,.... cependant quelles activités choisir ? Comment mettre en place cette activité sportive ?

-Intérêts du sport pour les personnes avec autisme :

Le sport a un intérêt bénéfique pour les personnes avec autisme uniquement si cette activité physique est en quantité raisonnable et de bonne qualité. De plus, pour que cela apporte réellement quelque chose il faut que l'activité sportive entre dans un projet personnel.

-Les intérêts du sport pour les personnes avec autisme sont nombreux :

1)-Intérêts sur le plan physique :

-Amélioration des capacités cardio-vasculaires, des capacités motrices et de l'endurance

2)-Intérêts sur le plan sensori-moteur :

-Une meilleure connaissance et maîtrise des propriétés biomécaniques du corps

-Un meilleur traitement de l'information sensorielle

-La construction de représentations du corps (schéma corporel)

-La construction de schémas d'actions dirigées vers un but extérieur de nature spatiale (saisir un objet)

3)-Intérêts sur le plan social :

-Plus d'interactions verbales et non verbales

-Plus d'interactions entre les individus d'un groupe et plus de partage des émotions par l'intermédiaire de postures, de mimiques, de regards

4)-Intérêts sur le plan hédonique (plaisir) :

-Le plaisir que procure le jeu qui accompagne le sport

-Meilleure perception de soi et de ses capacités

5)-Quel sport choisir pour l'enfant ?

-Avant tout, il est important de préparer le projet sportif avec la famille ou avec l'institution qui suit la personne. Toutes les personnes avec autisme peuvent participer à une activité sportive,... mais un temps de réflexion important doit être pris par l'entourage pour choisir le sport qui sera le plus adapté aux particularités de la personne, mais aussi aux objectifs que l'on souhaite atteindre. Si l'enfant en est capable, il est important de lui demander ce qu'il préfère et de prendre son avis en considération.

-Enfin, certains sports demandent des prérequis essentiels et il est donc important d'évaluer certaines compétences chez la personne afin de trouver un sport qui ne le met pas trop en situation d'échec (--capacité à comprendre les consignes,...-la capacité motrice,... -la capacité d'accepter les consignes et les règles...).

6)-Il existe 3 grandes familles de sport :

-Les sports individuels : escalade, gym, natation, équitation... Ce sont les sports les plus pratiqués par les personnes avec autisme.

-Les sports duels : escrime, judo... Certaines disciplines vont être plus accessibles que d'autres.

-Les sports collectifs : football, basket... Ce sont des sports moins accessibles pour les personnes avec autisme mais pas impossible.

On peut imaginer une évolution au fil des années, en commençant par un sport individuel puis passer à un sport duel pour terminer en sport collectif.

7)-Après avoir choisir le sport idéal pour l'enfant, quelles sont les étapes suivantes ?

-Après avoir choisi un sport, on va chercher le club adapté à l'enfant (on parlera ici de la section de gym du CLS) nous allons présenter les capacités des enfants à l'entraîneur et mettre en place un plan d'entraînement... Il était également essentiel de présenter les particularités des enfants autistes aux enfants de la section de gymnastique pour qu'il y ait une meilleure intégration.

-Lorsque les entraînements vont commencer, il est essentiel de présenter à l'enfant l'espace dans lequel il va évoluer, lui décrire les séances et de mettre en place au départ un système d'accompagnement de l'activité par une personne proche de l'enfant (c'est-à-dire que la personne sera présente lors des premiers entraînements).

8)-Enfin, pour que l'enfant puisse vivre une bonne expérience il faut :

-Fixer des règles claires et simples

-Mettre en place des guidances physiques et matérielles

-Aménager des temps de repos

- Décomposer les mouvements
- Mettre en place des séquences.

-VI) Les avantages et Bénéfices d'un travail de groupe.

Travailler seul est une possibilité qui exige de la discipline... Le collaborateur doit être conscient de ses propres limites pour ne pas qu'elles le freinent... Il est évidemment impossible d'avoir assez de compétences pour réussir dans des tâches radicalement différentes.. Le travail d'équipe est donc essentiel à la performance car seul, l'individu est limité, à l'inverse, en équipe les différentes compétences et personnalités sont souvent des atouts précieux à exploiter.

-VII) UNE LEÇON DU VIVRE ENSEMBLE: DONNÉE PAR LES ENFANTS

Dans ce monde fou où la misère des uns est le fonds de commerce des autres, où la haine est la chose la mieux partagée, cette expérience nous fait espérer, Cet espoir est porté par les enfants, peu importe leurs origines. Depuis environ 02 ans, les enfants sont toujours ravis de se retrouver durant les séances de sport organisées durant les périodes de vacances scolaires Les enfants donnent une belle leçon du vivre ensemble en harmonie.

-VIII) Conclusions de l'expérience.

On doit reconnaître que l'intégration fût initialement développée pour les enfants "Autistes". L'intégration a donné de bons résultats parce qu'elle est appliquée dans la prime enfance.... Pourquoi?

- a)-Activités concrètes.
- b)-Tire avantage de l'apprentissage de routine qui fonctionne bien avec les enfants autistes.
- c)-N'a pas de stratégie d'intervention.
- d)-Est davantage une philosophie qu'une technique d'éducation.
- e)-N'est pas spécialisée pour l'autisme.
- f)-Ne fait pas de catégories (c'est-à-dire que, puisqu'elle est non-spécifique, elle n'identifie pas ou ne classe pas selon le handicap).

Ne fait que dire " qu'ils devraient être là ", sans spécifier " que faire une fois qu'ils y sont ".

-IX) Recommandations :

Une prise en charge d'un enfant autiste doit être précoce, intensive et structurée, pour pallier de façon efficace aux troubles qu'engendre l'autisme. Des méthodes d'apprentissage, de communication et d'appropriation de l'environnement adaptées, privilégiant des pratiques de communication non verbale - et lorsque c'est possible, verbale, doivent être envisagées.