

# Les sens sans dessus-dessous

**Nancy Labrecque**  
ergothérapeute CSBE

Février 2020





# Plan de la présentation

Introduction

Intégration sensorielle

Fonctionnement et caractéristiques des différents sens  
Modulation sensorielle et impacts

Stratégies

Questions

# Introduction

- Francis est si sensible qu'il ne supporte pas d'être touché. Il est toujours habillé avec des pantalons de jogging et ses parents doivent enlever les étiquettes.
- Juliette est tellement sensible aux bruits que lorsque ceux-ci deviennent trop forts elle pleure ou se met en colère.
- Max ne tient pas en place une seconde, à tel point qu'il dérange son enseignante et les élèves de sa classe.

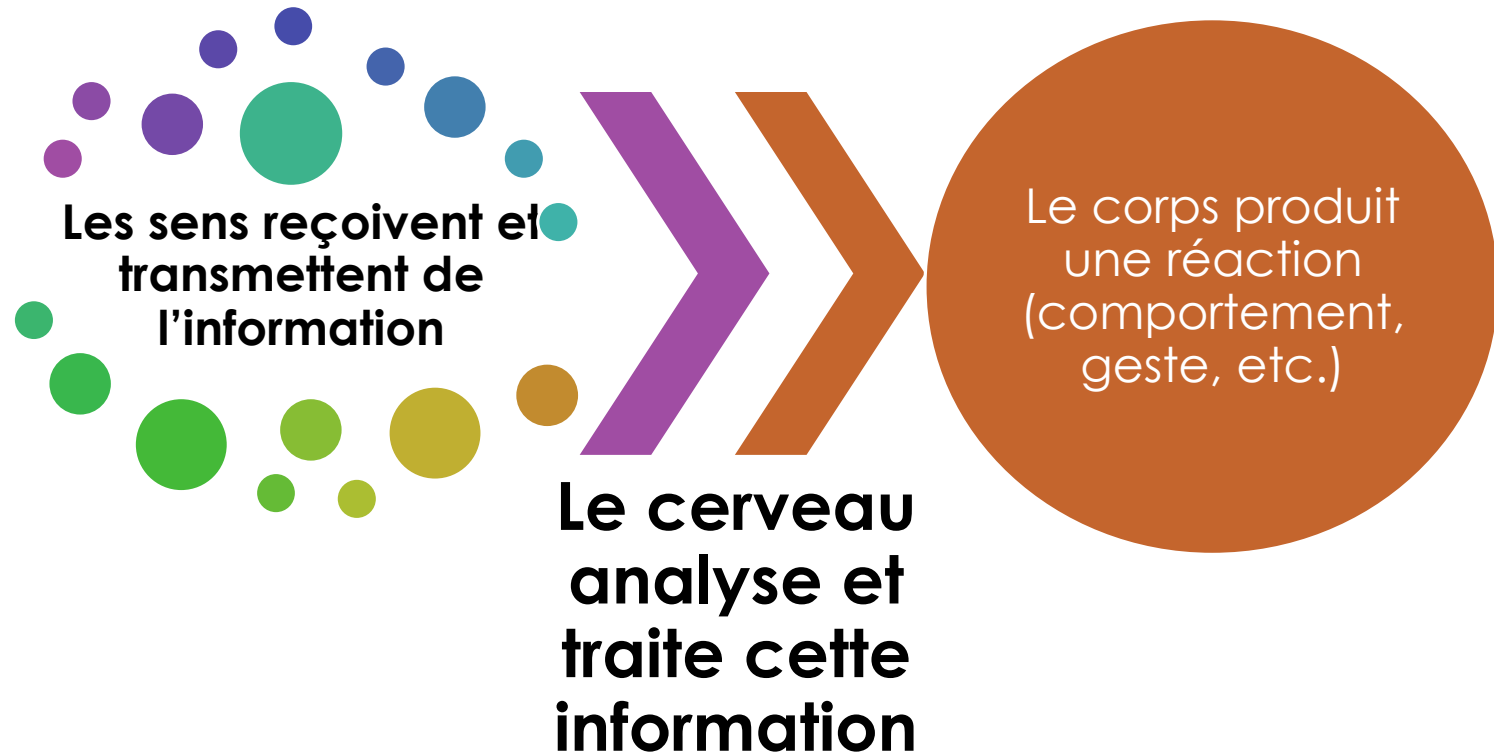
Qu'arrive-t-il à ces enfants?

S'agit-il seulement d'enfants difficiles?

Est-ce les parents qui ne savent pas si prendre?

**Ou y aurait-il une autre réponse?**

# Intégration sensorielle





# Chacun son profil





# 3 niveaux de particularités sensorielles

1. Préférences sensorielles
2. Atypies sensorielles gérables
3. Difficultés sensorielles

# Prévalence et étiologie

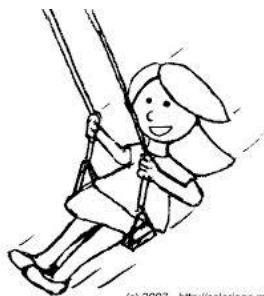
5 à 25 % des enfants (dès la naissance)

40 à 85 % de la population ayant un diagnostic défini (Trouble de l'attention, trouble anxieux, trouble de langage,...)

Jusqu'à 90% des enfants avec un TSA

(Baranek et autres, 2006)

# Systemes sensoriels

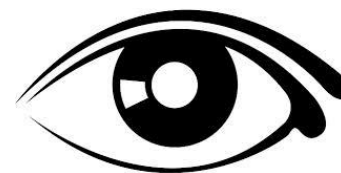


(c) 2007 - <http://coloriage.mobi>

Vestibulaire



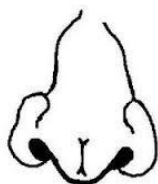
Proprioceptif



Visuel



Tactile



Olfactif



Goût



Auditif



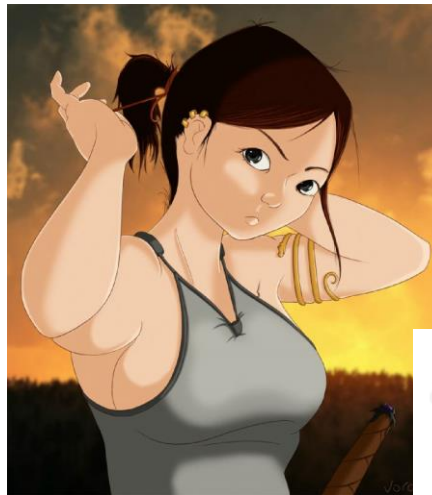
# Système tactile

Permet:



# Systeme proprioceptif

Permet:



# Systeme vestibulaire

Permet:



# Une bonne intégration sensorielle facilite...

Les réponses adéquates aux stimulations de l'environnement.

Un niveau d'attention approprié à la situation.

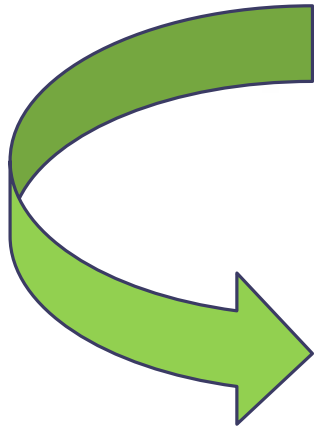
Le développement de bonnes habiletés motrices

Une bonne perception visuelle

Le développement cognitif

# La modulation sensorielle

Minimum



Maximum



# Difficultés de modulation sensorielle





# Les difficultés de modulation sensorielle

## **Hyporéactivité**

**Le niveau de vigilance est bas.**



## **Hyper réactivité**

**État de vigilance élevé.**

# Différents seuil neurologique

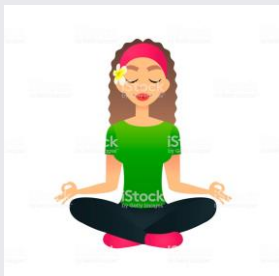
Seuil neurologique bas



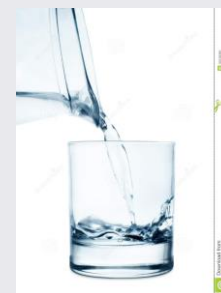
Attentif au moindre changement, rapidement surchargé



Seuil neurologique élevé

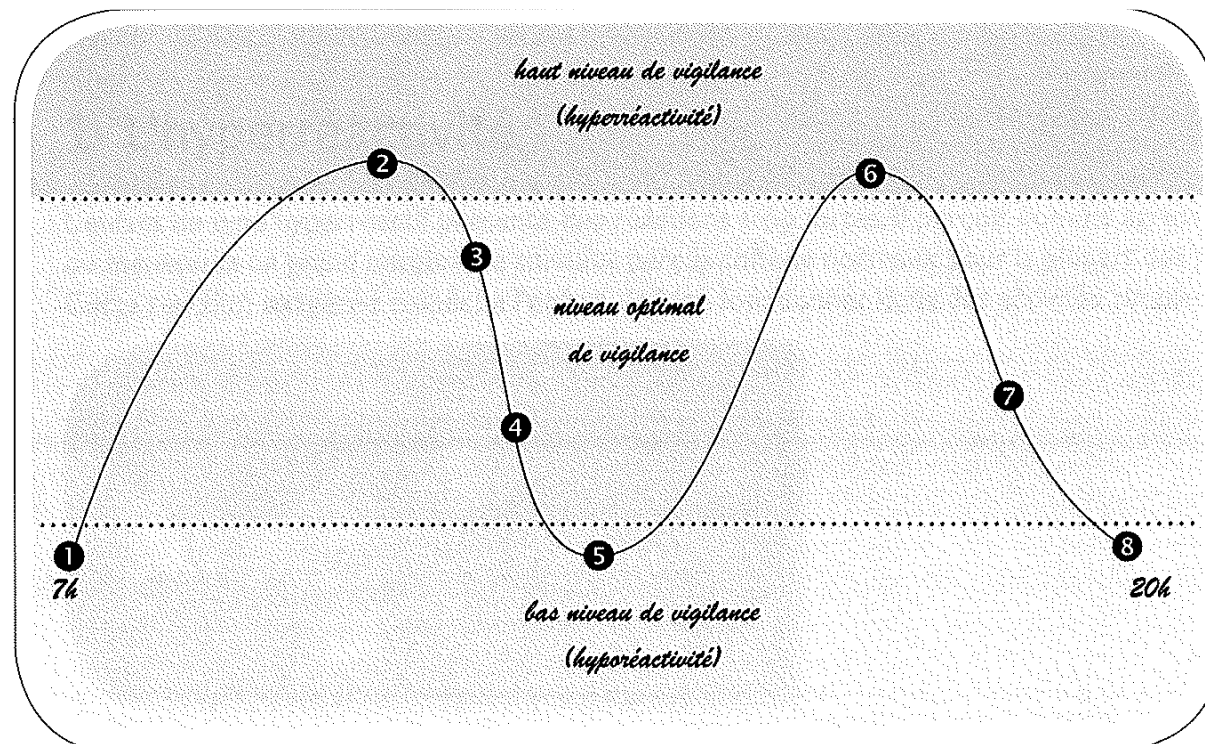


Besoin d'une forte stimulation sensoriel pour détecter le changement

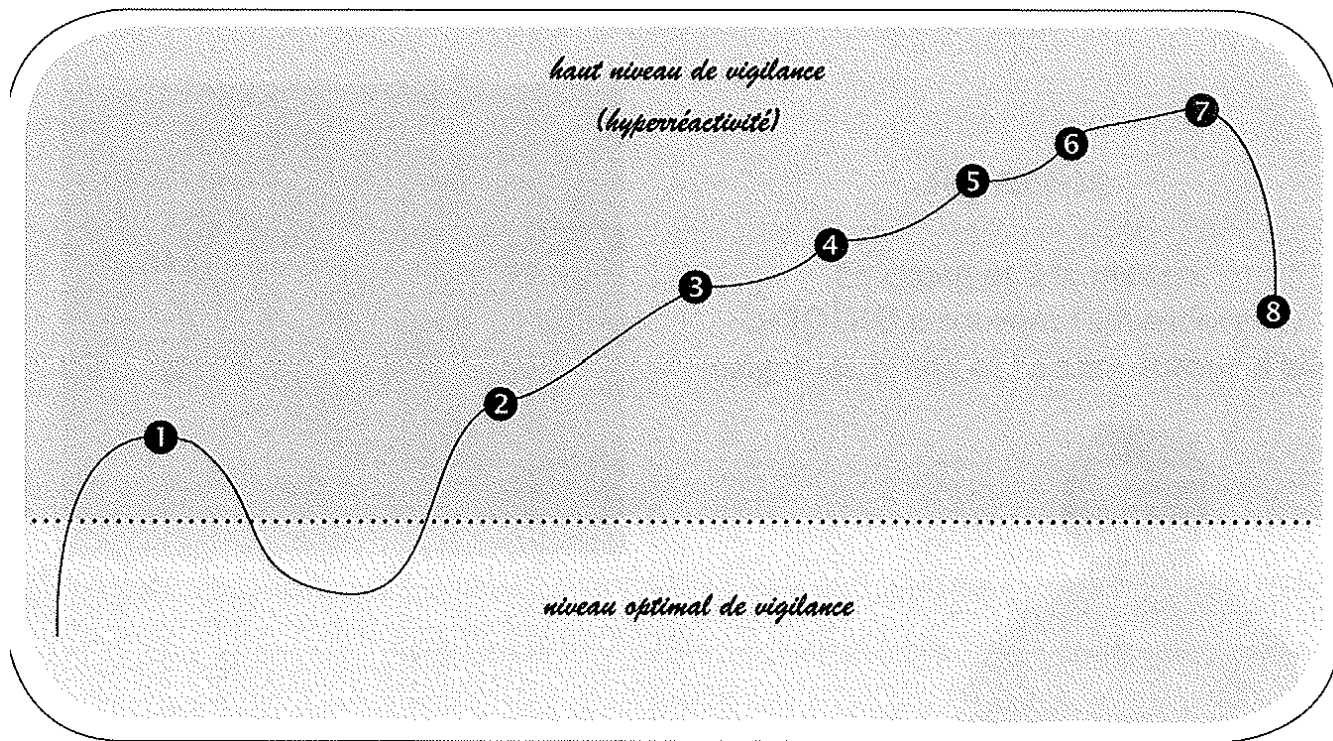




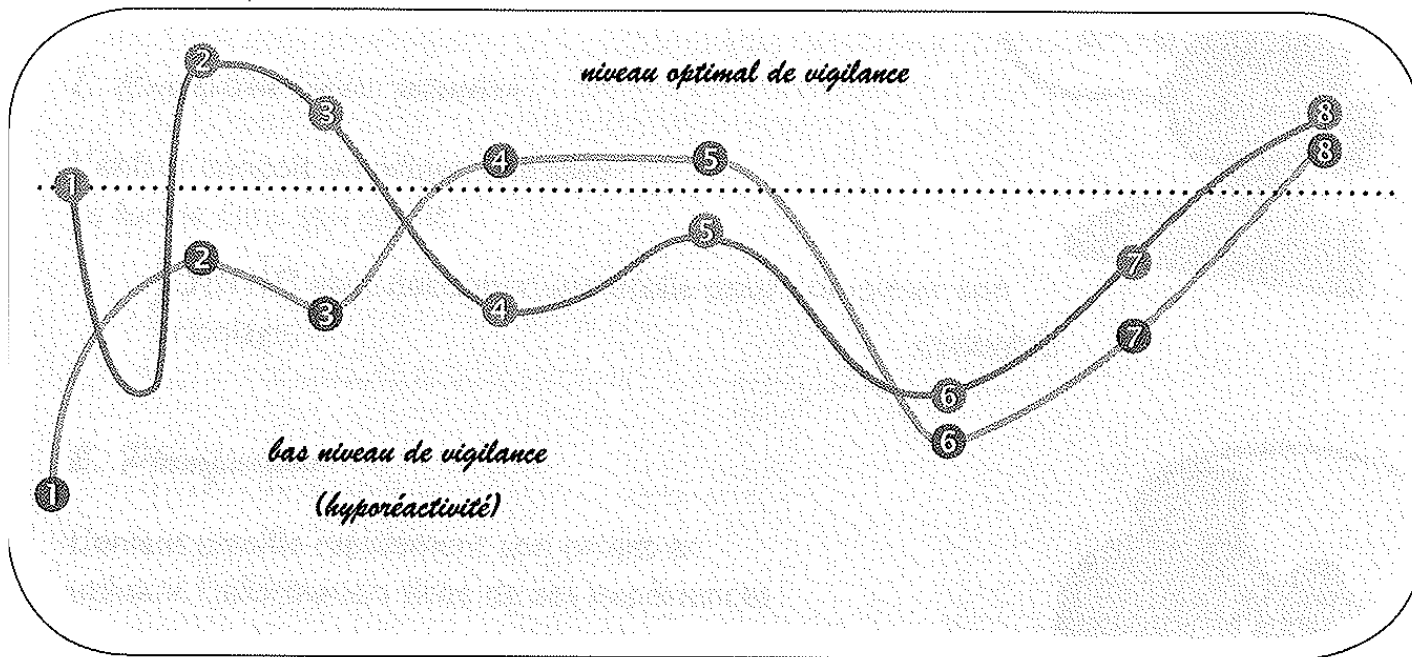
# Fluctuation normale



# hyperréactivité



# hyporéactivité



# Réactions possibles

## Active

Pousse/tire/bouscule  
Fuit/évite  
Bouge/s'excite/s'affaisse/  
recherche le mouvement  
Sollicite l'adulte  
Colère  
Parle/parle fort  
...

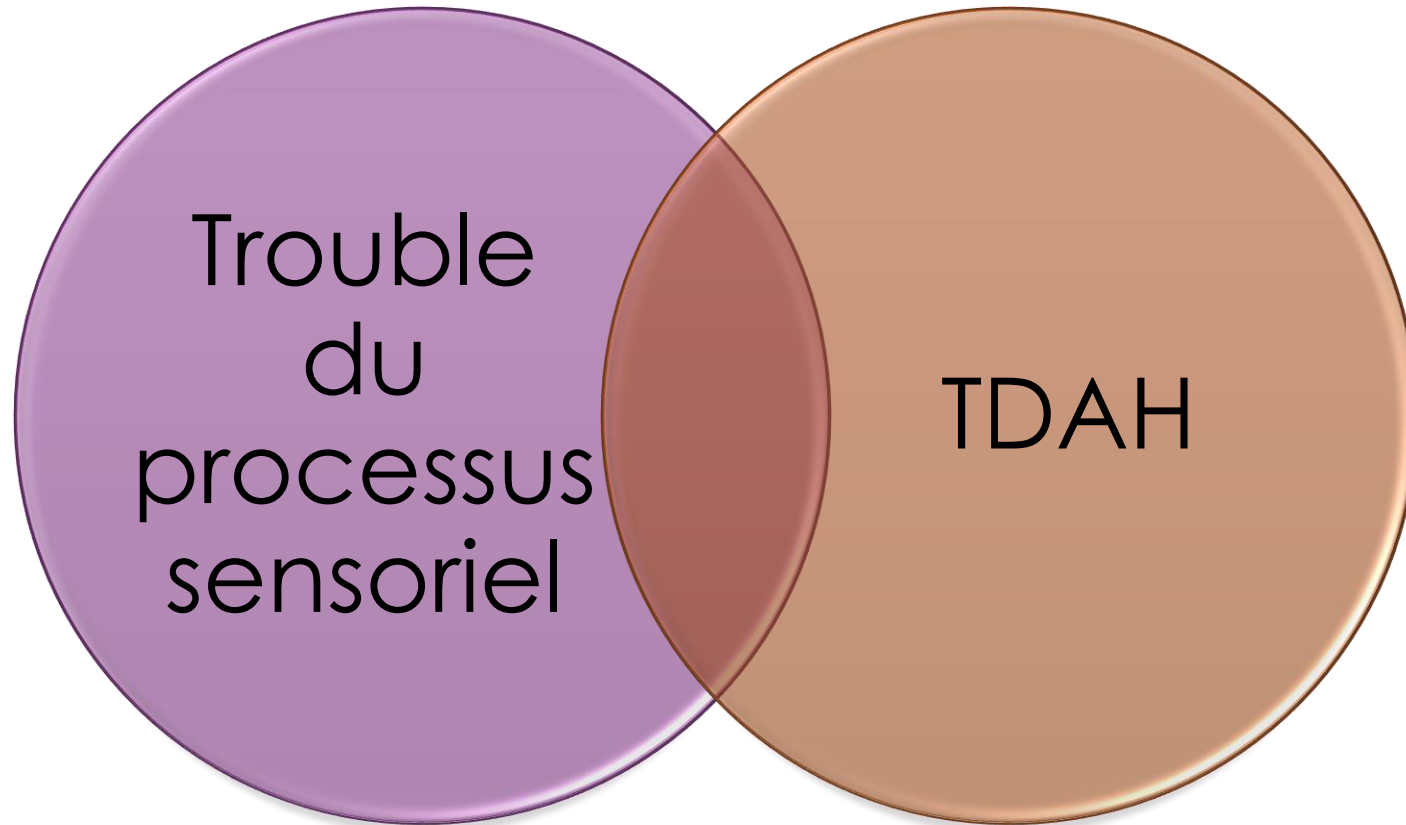
## Passive

Opposition passive  
Ne réagit pas aux consignes/au  
touché/aux bruits forts  
Distrait  
Ne remarque pas les détails  
...

# Caractéristiques possibles dépendant des profils

- Anxiété
- Rigidité
- Intolérance
- Besoin de routine
- Agitation
- Hypervigilance
- Frustration
- Réaction exagérée





Trouble  
du  
processus  
sensoriel

TDAH

# Stratégies:

Au quotidien, qu'est-ce que je fais?





# Stratégies

- Aménager l'environnement
- Avoir une boîte à outils avec des activités tactiles-proprioceptives-vestibulaires
  - Activités pour calmer l'enfant
  - Activités pour stimuler l'enfant
- L'ergothérapeute peut vous aider
- Pour les TSA: activité motrice intense





# Matériel: assises instables



- Donne du mouvement
- Stimule le tonus
- Favorise une bonne posture
- Éveille l'attention

Faire attention, peut être fatigant physiquement ...

**PAS PLUS DE 20 À 30 MINUTES**



## Matériel: résistance musculaire



- Comble le besoin de bouger
- Donne de la proprioception active
- Diminue les comportements *fidgety*

# Matériel: objet de manipulation



- Comble la recherche tactile
- Aide à canaliser le stress/l'anxiété
- Attention: peut empêcher que le focus se dirige au bon endroit

# Matériel: lourdeur

Matériel proprioceptif passif



- Fournit de la proprioception passive
- Calmant/apaise le système nerveux
- Comble le besoin de cogner/taper fort

# Les stratégies proprioceptives

## Stratégies passives

Pressions sur les épaules

Pressions profondes avec les mains

Pressions profondes avec ballon

Massage



# Stratégies proprioceptives

actives

Ballon sauteur

Ballon physio-roll

Fantôme

Coussin lourd (utilisation 30 minutes)







# Matériel: recherche orale

Matériel proprioceptif

- Comble le besoin de mâchouiller les vêtements et le matériel scolaire
- Diminue les bruits de bouche
- Attention: cela peut faire saliver!



# Stratégies vestibulaires



Mouvements de la tête dans l'espace:  
balançoires, glisser, sauter, tourner,...

Principes pour calmer:

Offrir les stimulations de façon

Lente

Constante

Rythmée

Profonde

Centrée et à l'écoute

Aide également le tonus et l'équilibre





# Pause sensorielles

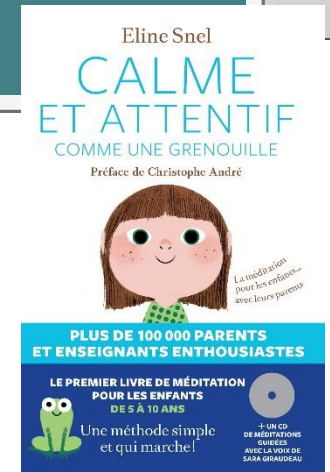
- Permet un « reset » du cerveau
- Évite de terminer les journées en surcharge
- Améliorer la concentration pour la période qui suite
- Diminue le niveau d'activité de tout le groupe

Youtube:

- ❖ « La petite grenouille, méditation pour les enfants »
- ❖ Cohérence cardiaque

Ipad:

- ❖ Respi-relax



# Stratégies pour augmenter le niveau d'éveil

Pour les enfants hypo réactifs, passifs, léthargiques, etc.  
But: augmenter l'éveil, le focus et l'attention

- Lumières vives
- Air frais
- Se balancer (rapidement)
- Trampoline, ballon sauteur
- Activités physiques stimulantes (système proprioceptif)
- Jeux visuels et auditifs stimulants
- Odeurs fortes
- Boire des liquides froids
- Croquer des aliments croquants

# Stratégies pour rendre un enfant plus calme

Pour les enfants anxieux « sensoriellement » (hyperréactif) et les enfants en recherche sensorielle

But: relaxer et réduire les réactions exagérées

- Massage avec pression profonde
- Compression des articulations (pousser, tirer, transporter matériel lourd,...)
- Étirements
- Toucher profond
- Balancement lent
- Objets lourds (lézard, grenouille,...)
- Musique calme
- Odeurs de vanille, lavande, banane,...
- Lumière tamisée
- Réduire les bruits environnant (fenêtre ouverte, porte ouverte, balle sous les pattes de chaises, mousse sous les couvercles de bureau,...)
- Activités lentes et rythmiques

# Stratégies pour rendre plus attentif et « focussé »

Pour tous les types d'enfants (hypo, hyper et recherche)

But: augmenter le focus et niveau d'attention

- Sucrer un bonbon, croquer des aliments solides (ex: céleris, biscuits durs, bâton de cannelle,...)
- Utiliser un vibromasseur, brosse à dent électrique
- Effectuer des activités proprioceptives (tirer, pousser, soulever des objets lourds)
- Mâcher, souffler
- Se balancer
- Inclure le rythme lors de la réalisation de ses activités

# Des ressources

<http://www.cheneliere.ca/10038-livre-favoriser-lattention-par-des-strategies-sensorielles.html>

<http://www.irdpq.gc.ca/publications-de-lirdpq/comprendre-lintegration-sensorielle>

<http://www.portailenfance.ca/wp/modules/troubles-du-developpement/volet-2/trouble-du-traitement-de-linformation-sensorielle-spd/>

<http://educationspecialisee.ca/sensoriel>

[http://www.clipp.ca/index.php?option=com\\_virtuemart&page=shop.product\\_details&flypage=flypage.tpl&product\\_id=51](http://www.clipp.ca/index.php?option=com_virtuemart&page=shop.product_details&flypage=flypage.tpl&product_id=51)



# Questions

