

# Modélisation de moyens d'action sur le « Bonhomme Hypersensible »

Aurélien D'Ignazio, psychomotricien - 2017

## Mesures de protection

Environnementales (E) et Matérielles (M)

**E:** éviter les lumières fréquentielles (type néon), préférer les modulateurs et les sources de lumières indirectes.

**M:** port de lunettes de soleil

**E:** éviter les mouvements circulaires (chaise pivotante, balançoire, tourniquet...) et les accélérations (ascenseur, voiture...)

**E:** contrôler l'intensité sonore : éviter les fonds sonores (TV, radio, bruits de couverts...); opter pour leur extinction et/ou l'aménagement (nappes sur tables, cloisons sonores anti-bruit...)

**M:** cache-oreilles, casque anti-bruit, boules quies, bouchons progressifs filtrant certaines fréquences...

**E:** repérer les intérêts alimentaires en terme de goût/texture/couleur/odeur/température afin de composer les repas adaptés puis diversifier progressivement

**M:** opter pour des cuillères non invasives

**E:** éviter les contacts tactiles quotidiens (serrer la main, main sur épaule, étiquettes des vêtements, élastiques trop serrés à la taille... ). Préférer les contacts fermes et appuyés aux contacts légers.

**M :** port de gants, pull à manches longues, vêtements serrés, t-shirt et/ou vestons à compression...

## Mesures de renforcement

Exemple d'outils à intégrer à des routines et des programmes spécifiques (non détaillés, non exhaustifs, nécessitant sensibilisation et/ou formation).

traitement visuel  
(projecteurs muraux, colonnes à bulles, objets lumineux, applications spécifiques sur tablette tactile; stimuler fixations, saccades et poursuites visuelles à l'aide d'un pointeur laser...)

traitement de ré-habitude vestibulaire (rocking-chair, skate, gros ballon, portage...)

traitement acoustique  
(développer l'habitude de sons à différentes fréquences et intensités ; écoute au casque, instruments de musique, jeux de discrimination et de localisation spatiale de sonorités...)

traitement de désensibilisation orale  
(brosse buccale, instrument vibrant ; stimulation de motricité oro-faciale : grimaces, souffles, tubes à mastiquer, Z-Vibes...)

traitement de désensibilisation tactile  
(brossage sensoriel, pressions profondes, manipulation d'objets texturés, jeux de discrimination tactile selon le niveau cognitif...)

