

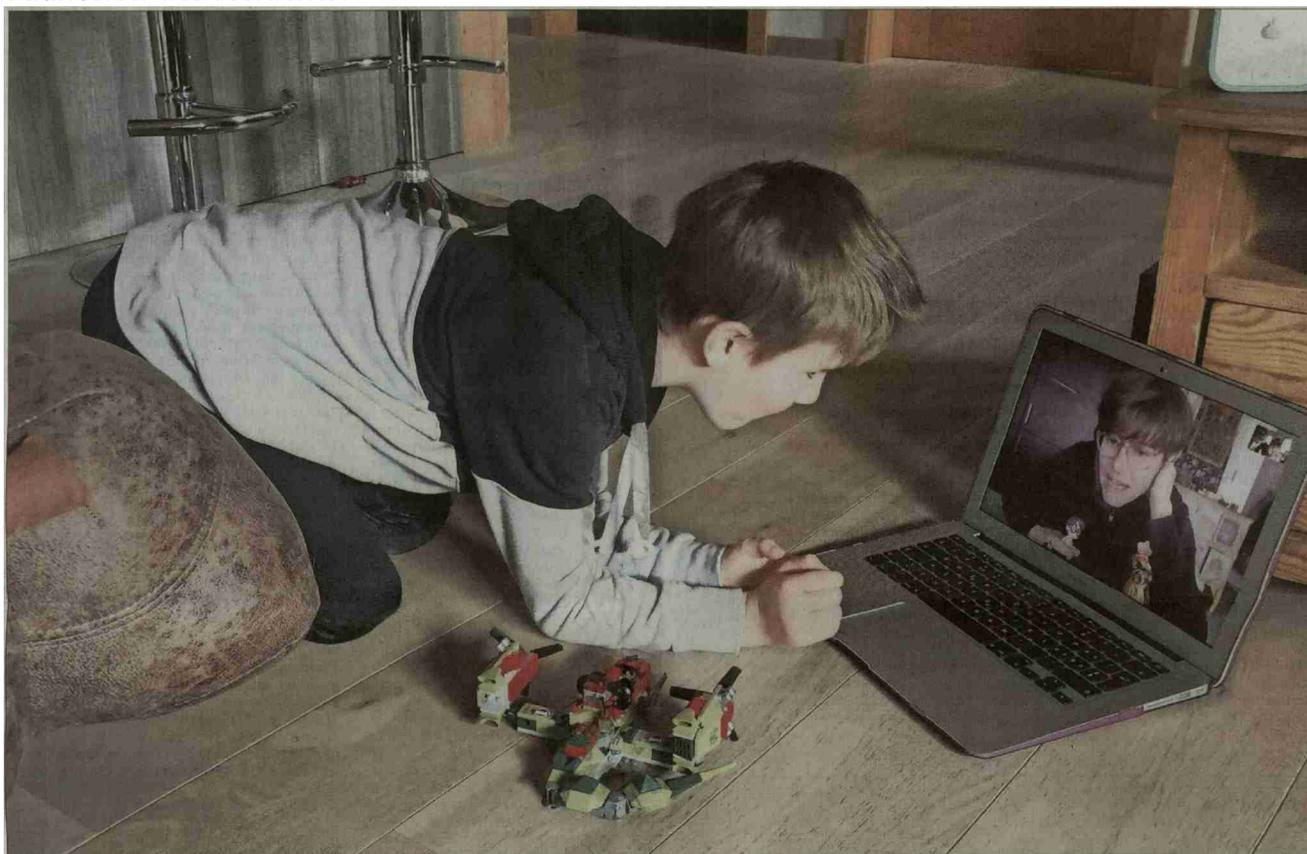


# Fragiles et sensibles dans ce drôle de quotidien, ils font face à la tempête

/// La crise actuelle est mentalement difficile à gérer. Elle l'est encore plus, ou différemment, quand on souffre déjà d'une fragilité psychologique.

/// La famille d'un enfant atteint d'autisme et une personne en situation de handicap témoignent de leur quotidien.

/// Le point, également, avec des institutions comme HorizonSud et Clos Fleuri, où il faut travailler l'adhésion des résidents.





La Gruyère  
1630 Bulle  
026/ 919 69 00  
www.lagruyere.ch/

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 13'357  
Erscheinungsweise: 3x wöchentlich

Seite: 1004  
Fläche: 148'845 mm<sup>2</sup>

Auftrag: 3005687  
Themen-Nr.: 536.013

Referenz: 7688515  
Ausschnitt Seite: 2/3



Pour Thomas, enfant atteint de troubles de l'autisme, les séances avec son ergothérapeute sont très importantes, même par Skype. Depuis le début du confinement, il a fallu changer les routines.

KARINE ALLEMANN

**HANDICAP.** Angoisses, incertitudes, tensions et incompréhension: le panel d'émotions généré par la pandémie Covid-19 est large, et anxiogène. Chacun le gère à sa manière, plus ou moins bien. Pour une frange de la population, l'émotionnel est exacerbé, parfois même source de problème. Que l'on souffre d'un handicap mental ou de troubles psychologiques, la période actuelle n'est pas simple à vivre. Mais alors que les premières mesures ont été annoncées il y a bientôt un mois, la fragilité psychologique n'exclut pas la responsabilité et la compréhension. C'est ce que constatent les professionnels de Clos Fleuri et d'HorizonsSud (*lire ci-contre*).

Ergothérapeute à Bulle, Mélanie Richoz travaille surtout avec des enfants atteints de troubles du spectre de l'autisme (TSA). Des patients pour qui les relations aux autres et à l'extérieur sont problématiques. Son cabinet est fermé mais, depuis la semaine dernière, elle prend contact avec les enfants (de 8 à 12 ans) et leurs parents par Skype. Sans en tirer des conclusions scientifiques, qu'a-t-elle pu observer? «Le confinement est bien vécu par les enfants, explique Mélanie Richoz. A la maison, ils ont leurs repères, leur routine, il y a moins de stress, d'imprévus ou de bruit qu'à l'école. Et la présence de leurs deux parents est rassurante. Mais je pré-

cise que je m'occupe d'enfants qui vont relativement bien et qui sont intégrés au circuit standard.»

Sans devoir interagir avec l'extérieur, les enfants sont calmes. «Les personnes autistes n'arrivent pas à lire les émotions sur les visages ni à deviner les intentions d'une parole. Etre à la maison leur demande moins d'efforts. Leurs parents les connaissent très bien, contrairement à leurs camarades de classe. A l'école, ils peuvent vite être malmenés. C'est souvent à eux qu'on vole le bonnet ou le ballon. Dès lors, ce séjour à l'intérieur semble plutôt positif à vivre, même pour les plus anxieux avec qui j'ai eu contact. Les autistes ont un grand sens de la justice, ils comprennent ce qu'on leur explique et sont très attachés aux règles. Si les autorités demandent de ne plus sortir, ils seront les premiers à le faire.»

### Expliquer le changement

Pour que ce retour dans le cocon familial se passe au mieux, la famille doit s'organiser. C'est ce qu'ont dû faire Annick Rothen Turcotte et son époux, domiciliés aux Paccots. Leur fils Thomas, 6 ans, est un enfant TSA intégré dans une classe ordinaire de Châtel-Saint-Denis. «Thomas se plaît dans son petit confort de la maison. Cela a été plus compliqué de lui expliquer le changement, pourquoi il ne pouvait plus aller à l'école. Car il a fallu changer ses routines», constate sa maman.

Annick Rothen Turcotte a demandé l'aide de l'ergothérapeute de Thomas (Valérie Béguelin, cofondatrice du cabinet avec Mélanie Richoz) pour mettre au point une nouvelle méthode. «Les enfants atteints d'autisme comprennent beaucoup par le visuel. Nous avons tout un système de panneaux pour organiser les journées, les semaines et les mois. Nous avons pris beaucoup de temps pour refaire l'agenda de Thomas avec des moments pour apprendre, des moments de

gym... L'idée était qu'il comprenne qu'il y avait un changement.»

Les parents ont décidé de ne pas tout dire à leur fils. «Il a 6 ans et comprend beaucoup de choses. On ne voulait pas rendre la situation encore plus angoissante. Alors on y va à tâtons. Pour l'instant, on lui a dit ce qu'il fallait pour qu'il accepte le changement.»

Le grand frère de Thomas souffre de déficit de l'attention et d'hyperactivité. Dès lors, Annick Rothen Turcotte est plutôt contente de pouvoir partager l'occupation des enfants avec son mari, pilote de ligne cloué au sol par la pandémie. «En plus, nous avons tous été malades. Alors il y a eu beaucoup de fatigue. Mais ça va, le bout du tunnel n'est plus très loin», sourit la Veveysanne, qui



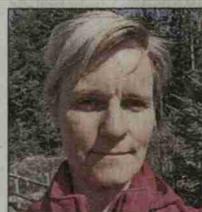
doit sans cesse trouver de nouvelles activités pour occuper son fils. «Car Thomas adore aller à l'école, et tous les matins il me demande s'il peut y retourner. Sa maîtresse est fantastique, tout comme ses copains de classe, qui font tout pour l'intégrer. C'est joli de voir leur dynamique de groupe.»

Au-delà d'un stress lié à cette période particulière, c'est le temps perdu dans le milieu scolaire qui inquiète Annick Rothen Turcotte. «Il a tellement évolué depuis qu'il a commencé l'école. Pour lui, ce n'était pas un bond en avant, mais un changement de planète. Ça lui a fait tellement de bien. Or, on se dirige peut-être vers des mois de perdus. Ça me fait un peu peur. D'autant plus que, à la rentrée, Thomas va commencer l'école primaire. Ce sera un nouveau saut, mais il va lui manquer plusieurs mois pour le réaliser.»

### La flexibilité mentale

Reste, pour les parents occupés à plein temps avec leurs enfants, à éviter l'épuisement. «On est vraiment chanceux de vivre dans un chalet de deux étages, avec un extérieur, on n'est pas les uns sur les autres. Les enfants atteints d'autisme sont tous différents. Mais je dois dire que Thomas est vraiment facile, c'est un rayon de soleil toujours partant pour des activités. Et puis, le soutien de l'ergothérapeute, même par Skype, nous aide beaucoup.»

Pour les personnes autistes, le confinement dans un environnement sécurisé peut être vécu positivement. Le retour «à la normale» risque d'être plus délicat à gérer. «Il va falloir travailler la flexibilité mentale, anticipe Mélanie Richoz. C'est sûr qu'il y aura un avant et un après confinement. Pour les grandes thématiques, mais aussi, dans notre cas, pour les petites choses du quotidien.» ■



«Aller à l'école n'était pas un bond en avant, mais un changement de planète. Ça lui a fait tellement de bien. Or, on se dirige vers deux mois de perdus.»

**ANNICK ROTHEN TURCOTTE**