

Fiche d'activité n°2 : Les douches sèches - Troschenduschen

Support



Choisissez des matériaux variés, colorés, contrastés ayant un attrait tactile, visuel et auditif.

Les matériaux choisis sont très variés : bouchons, œufs Kinder, cuillères en bois de différentes tailles, clés, polystyrène, CD, pinceaux de différentes textures, pastilles colorées, perles, instruments de musique...



Contreplaqué en bois



Panier en osier



Fil de pêche résistant

Bouton en bois



Crochet pour cadres

Assemblage et installation :

Vous devez percer des petits trous (avec une perceuse électrique de préférence sauf si vous voulez en profiter pour vous muscler!) dans le contreplaqué afin de passer le fil de pêche.

En fonction du matériel choisi, vous pouvez utiliser des paniers en osier (vous supprimez l'anse) et vous le suspendez à l'envers afin d'y suspendre vos fils.

Pour l'installation, si vous avez des faux-plafonds, c'est l'idéal, soulevez deux plaques et glissez votre fil de pêche sur le support en métal, installez un crochet qui reste à demeure, ajustez la hauteur afin que les crochets soient relativement haut mais à votre portée pour installer les douches à votre guise. Si vous n'avez pas la possibilité de suspendre vos fils au plafond, pour pouvez tendre des fils entre deux murs.

Clés et perles



L'association évite que cela s'emmêle et adoucit le tintement des clés

Cuillères en bois Amuse bouche en bois

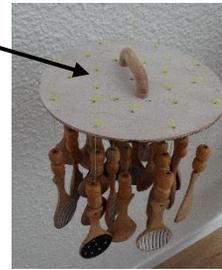


Peindre le dessous du support en noir et blanc



Peindre les cuillères en noir et blanc

Support: osier ou bois



Pinceaux et CD

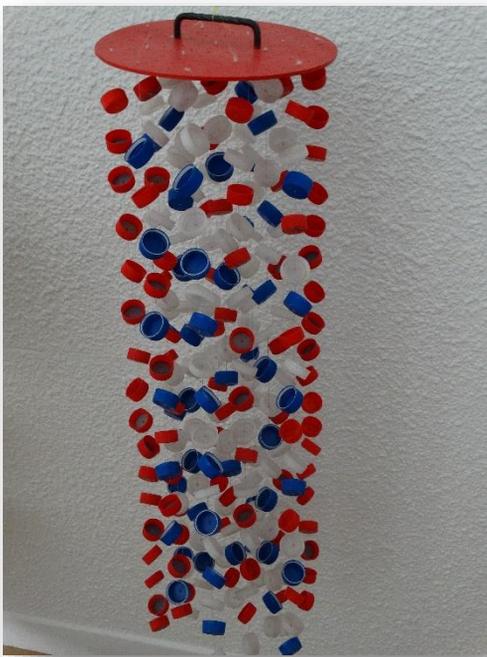


Varier les formes et les textures des pinceaux, les CD attirent l'œil et créent du mouvement

Polystyrène et feutrine



Alterner les morceaux de polystyrène avec des petits morceaux de feutrine.

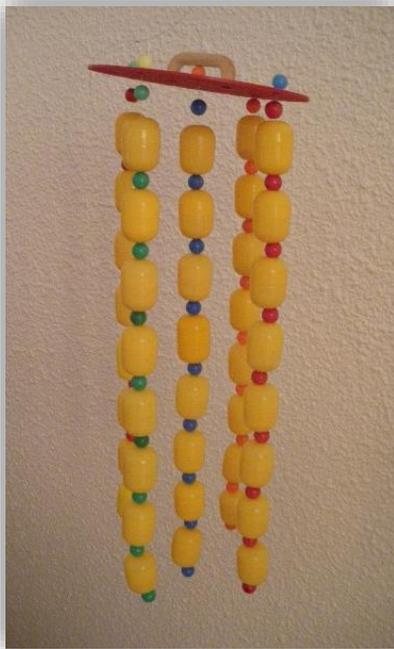


Bouchons

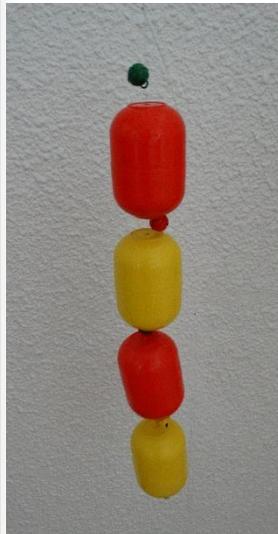
Tissu vichy noir et blanc



Kinder et perles



Gros Kinder



Kinder « serpent »



CD



Alterner des perles entre chaque Kinder, les remplir de riz (par exemple) et **coller** les deux parties du kinder

Coller 2 CD ensemble, les peindre avec une peinture vitrail et ajouter des autocollants à effets visuels

Principes

Les douches sèches, *trotschenduschen* en allemand, ont été imaginé par Andreas Fröhlich.

Ce sont des supports qui font appel à la créativité de chacun d'une part et d'autre part au souci de ne pas être trop coûteux (principe de récupérations ou/et d'achat de matériel peu onéreux)

Les douches peuvent être proposées à des moments différents:

Dans le cadre d'une activité bien définie où l'accompagnant propose un choix de douches sèches variées (différentes textures, matières...) à toucher, à saisir, à tapoter, à remuer...

Elles peuvent être aussi un médiateur à la relation (attention conjointe, concentration, communication) et à la découverte et/ou l'exploration (encourager les mouvements volontaires, améliorer sa coordination œil/main, regarder, fixer, poursuivre du regard, saisir et garder dans la main, explorer, bouger)

À des moments de temps libre :

Les temps libres dans la journée peuvent être fréquents et parfois longs. La proposition d'une douche sèche peut permettre à l'enfant de repérer que c'est un temps où on ne va pas s'occuper de lui et aussi apprendre à s'occuper un petit temps tout seul.

Cela peut aussi aider l'enfant à se « décentrer » de soi (atténuer les autostimulations), s'ouvrir à son environnement proche, prendre du plaisir à jouer, comprendre qu'il peut agir sur son environnement (faire du lien entre son geste et la conséquence de celui-ci : mouvement, sons...)

Elles peuvent être utilisées chez les adultes en adaptant le choix des matériaux.



Eviter de suspendre toutes les douches sur le lieu de l'activité (sursimulation visuelle), vous pouvez les ranger sur un présentoir ou dans un coin d'une pièce. Vous pouvez aussi les présenter sur un chevalet (avec un fond très contrasté) afin de faciliter la perception et la découverte de celles-ci pour des personnes malvoyantes.



Présentoir de rangement



Chevalet en bois pour fond de présentation

Pour qui ?

Les douches sèches sont destinées à des personnes (enfants et adultes) restreintes dans leurs capacités de préhension, de mouvement, de coordination, de manipulation et d'exploration.



Les douches sèches ne sont pas adaptées à des enfants ou adultes ayant de bonnes compétences de manipulation et d'exploration ou qui peuvent mettre en bouche et avaler des éléments.

Objectifs

Vivre des expériences tactiles, visuelles, auditives

Susciter la curiosité : « Rendre les mains curieuses de découverte »

Favoriser l'exploration, encourager les mouvements volontaires

Développer la coordination œil/main

Favoriser la fixation, la poursuite oculaire

Ressentir son propre mouvement (proprioception)

Susciter l'attention, l'attention conjointe, la concentration

Agir à son environnement

Apprendre à s'occuper seul sur des petits temps libres

Atténuer les autostimulations

Entrer en relation, initier une relation



En pratique

Au fauteuil sans tablette



Je viens toucher les cuillères et avec de l'aide, je peux saisir la cuillère et la tenir longtemps dans la main, j'aime si quelqu'un joue avec moi à tirer une cuillère, je résiste, je ne lâche pas sauf si j'ai un fou-rire!



Je suis surprise quand ma main vient toucher les bouchons, puis cela m'amuse, j'aime le bruit et le mouvement des bouchons, je tiens ma tête et je regarde

Au cours de la verticalisation



Au fauteuil avec tablette



Mes gestes sont très lents et peu amples mais je peux à mon rythme tapoter les cuillères par des petits mouvements répétés

Je ne sais pas mais si on me met la cuillère dans la main, je la garde contre moi et quand je bouge mon bras, mes doigts, cela fait du bruit, les cuillères dansent, je les regarde bouger et je souris



Mes jambes bougent plus facilement que mes bras, j'aime jouer à faire bouger les kinder. Je fais beaucoup d'effort, encore plus si on m'encourage à bouger!

Au tapis



J'aime être sur le tapis mais parfois je n'ai pas trop envie de me déplacer, ni d'explorer. J'aime beaucoup les kinder, je fais alors l'effort de me déplacer, de regarder et de jouer avec, je tire dessus, je les secoue, Cela me fatigue mais j'ai beaucoup de plaisir à le faire