

Le fidget Hand Spinner, une solution spécifique devenu un phénomène de mode

Depuis plusieurs semaines on voit dans les écoles et partout dans les médias le fidget Hand Spinner ! Créé il y a 20 ans pour répondre à des besoins spécifiques pour les enfants porteurs de troubles autistiques, le hand spinner est devenu un véritable phénomène de mode dans les cours de récréation.

C'est quoi un fidget ?

De l'anglais, voulant dire «remuer», «tripoter», «frétiller», «avoir la bougeotte», c'est un outil qui améliore la concentration en proposant un exutoire moteur aux tensions et désirs de mouvement. Cet objet se compose d'un axe central muni de roulements permettant de le faire tourner ; autour de cet axe central, sont disposés le plus souvent 3 bras lestés, mais leur nombre est variable selon les modèles. Un *spinner* est généralement fabriqué à partir de matériaux comme l'acier inoxydable, le laiton, le plastique, le cuivre et parfois même le titane. Les roulements à billes sont généralement fabriqués en acier inoxydable et/ou en céramique. Chaque matériau engendre ses propres vibrations, sensations et durées de rotation, ce qui crée une réaction sensorielle différente selon les modèles.

A qui sont-ils destinés ?

A l'origine, le fidget a été conçu pour apporter une aide à la concentration pour les enfants et adultes avec des troubles de l'attention/hyperactivité (TDAH) ou porteurs de troubles autistiques. Toutefois, ces outils peuvent servir à tous ! En effet, nous connaissons tous les mouvements simples comme se ronger les ongles, faire tourner son stylo ou encore bouger nerveusement sa jambe... Ils rendent compte du besoin moteur que nous avons pour nous concentrer ou encore se détresser. Ces outils encourageant la manipulation sont alors une réponse adaptée à nos besoins de mouvement.

A chaque besoin son fidget

Bien que le but soit de focaliser l'attention et améliorer la concentration, il existe différents types de fidgets répondant chacun à des besoins précis :

- Les proprioceptifs répondant à un besoin de pression
- Les fidgets tactiles qui répondent aux besoins sensoriels
- Les vestibulaires pour les besoins de mouvement
- Les fidgets oraux pour les besoins de mastication et/ou de mordre

Allons au-delà du fidget Hand Spinner

Il faut aller au-delà de la mode. Il encourage l'inclusion au sein des classes mais aussi des récréations. C'est un bel exemple de Design Pour Tous, c'est à dire que ce

qui est indispensable pour 10% de la population est nécessaire pour 40% de la population et aussi confortable pour tous.

Mais attention. Le hand spinner a vite été détourné en jouet par les enfants alors que ce n'est pas le but. Les utilités premières des fidgets étant : l'aide à la concentration, l'autorégulation sensorielle et la gestion du stress. Le détournement en jouet provoque l'effet contraire, c'est-à-dire, la déconcentration. Il faut donc faire attention à bien expliquer l'utilisation et le service que peut rendre cet outil.

QUE DISENT LES ENFANTS ?

Tony, 8 ans: « ça me détend, ça m'occupe les mains, sinon je casse les stylos » ;
« En récré, on peut faire des figures »

Benjamin, 9 ans : « moi, ça me permet de rester fixé sur la même chose » ;
« j'entends le bruit quand ça tourne, tout ça me calme »

Mathis, 7 ans : « ça me fait quelque chose au cerveau » ; « et même ça me fait quelque chose de bien dans mon corps »

Zoé, 9 ans : « j'ai l'impression de rester concentrée »

Angelo, 8 ans : « moi, j'aime l'effet de lumière quand il tourne vite »

Guillem, 11 ans, qui est plus grand, analyse l'effet gyroscopique : « quand je le fais bouger quand il tourne vite, il me renvoie une onde dans le bras, c'est très spécial » ;
« et j'aime les collectionner »

Dylan 9 ans, sans connaître son nom, évoque l'effet stroboscopique : « c'est comme une lumière, et on a l'impression qu'il tourne à l'envers »

QUE DISENT LES GRANDS ENFANTS?

Dr Colin, unité d'évaluation et de prise en charge des troubles neuro-développementaux, des troubles des apprentissages et de l'attention : « je crois que ce qui est le plus pertinent, mais tous les enfants n'y ont pas accès (il faut leur apprendre à se servir de cet outil), c'est que l'effet gyroscopique entraîne une stabilité dans l'espace, qui quand elle est contrariée par un discret mouvement de la main, entraîne une sorte de rétro feed back avec vibration qui remonte dans l'avant-bras avec **mise en œuvre des fonctions proprioceptives** et régulation d'une hypertonie, d'une hyperactivité et d'une hypersensibilité fréquente chez les enfants qui présentent un TDAH ». « l'objet permet de se focaliser, et comme souvent, chez ces enfants, se focaliser sur quelque chose permet d'éviter la sensibilité aux distracteurs extérieurs. » ; « **à vous de jouer et de trouver l'effet apaisant et l'effet mobilisateur de la concentration...** »

D'après Hop toys et <https://tdah-dys-ted.com>