

Je voulais apporter mon témoignage sur l'histoire de mon fils Qassim

Aujourd'hui âgé de 22 mois. c'est un petit garçon très souriant qui a eu une très bonne croissance, il s'est tenu assis à 5 mois, a marché à 4 pattes à 8 mois. A cet âge, il a prononcé un petit « mama », il babillait et réagissait à son prénom. Il a fait ses premiers pas à 12 mois et à ce moment-là nous suivait du regard.

Qassim a été exposé aux écrans dès l'âge de 6 mois sur tablette et télévision mais à très faibles doses. A cette période Il jouait avec sa grande sœur de 7 ans et son grand frère de 4 ans au ballon, avec des cubes, il empilait les gobelets ...

Je suis tombée enceinte alors qu'il avait environ 15 mois et ma grossesse ne s'est pas passée comme prévu : j'étais quasiment alitée tout le temps et j'ai eu beaucoup de complications. Mon mari travaillait beaucoup, les deux grands étaient à l'école, mais Qassim était à la maison. Je n'avais personne pour m'aider, il aimait jouer à ouvrir les armoires et j'ai commencé à lui mettre ses dessins animés plus souvent : ça le tenait tellement captivé que du coup je le sentais sécurisé auprès de moi et surtout dans mon champ de vision. J'ai fini par lui laisser toute la journée (plus de 5/6h par jours matin, midi, soir et pendant les repas)

Malheureusement tout ça a impacté mon enfant. Je n'y voyais vraiment pas de mal, il était content, souriait avec ses chansons, il était devenu un petit fan de voitures, toujours une voiture à la main, la faisait rouler sur le canapé en observant les roues surtout lors de sa chanson préférée (les roues de l'autobus) devant une trottinette ou poussette de poupée. Il s'asseyait par terre et observait avec attention les roues, au début ça nous faisait rire on l'appelait le » mécano ».

Qassim ne répondait plus du tout à son prénom, ne nous regardait plus dans les yeux, ne comprenait pas les petites consignes, prenait ma main pour que je lui change de dessins animés (car on mettait la tablette en hauteur sinon il enfonceait l'écran devant ses yeux).

Il s'est séparé petit à petit de son frère et de sa sœur et a préféré jouer seul dans le couloir dans son monde imaginaire en chantonnant ses chansons, le regard dans le vide sûrement dans le monde des Titounis ... plus le temps passait plus les contractions de ses mains devenaient du flapping (battements très rapides des mains), il avait perdu en tonus, ne me réclamait pas à manger, regardait beaucoup le ciel, s'enfonçait les yeux dans les jouets lumineux (comme si la lumière n'était pas assez forte pour lui et qu'il avait besoin de plus fort).

J'ai essayé de donner bcp de détails pour que des parents dans ma situation s'y retrouvent un peu plus.

Je me rendais compte qu'il y avait un petit problème mais sans plus car pour moi il était petit et qu'il devait avoir son caractère.

A 20 mois j'ai eu rendez-vous chez l'orthophoniste de mon plus grand et pour son premier rendez-vous elle voulait voir toute la famille, connaître notre environnement... elle observait beaucoup Qassim, limite même plus que mon autre garçon, et à la fin du rdv après plusieurs questions elle nous a dit qu'elle aimerait le suivre également car son comportement ressemblait à celui d'un enfant TSA mais qu'il était trop petit pour émettre un avis et donc qu'elle voulait le suivre avec le temps et voir comment il évoluait.

Mon monde s'est effondré, mes doutes sont devenus bien réels, je me suis effondrée jours et nuits en pleurs à chercher ce que signifie TSA (trouble du spectre autistique), les signes et les comportements. Qassim n'en a pas qu'un de signe de TSA mais plusieurs (comme cités plus haut). Toute une nuit encore, j'ai cherché des forums de mamans dans mon cas avec les mêmes doutes et les mêmes signes puis je suis tombée sur un petit lien discret sur la surexposition des écrans et sur des signes autistiques et j'ai vu plus loin la vidéo du dr Ducanda. Mon mari est de nuit et je lui ai envoyé ça et lui ai dit de lire également les témoignages des parents sur le site CoSE. On s'est dit autant essayer et on verra bien. Alors c'est radical on a pris la décision au petit matin même d'arrêter tous les écrans suite aux recommandations sur le site : terminé la télé, la tablette, le téléphone, les jouets lumineux et sonores. Dans la famille aussi, on a expliqué aux plus grands qu'il allait falloir s'habituer à ce rythme plusieurs mois mais qu'ils auront un petit ciné de temps en temps. Tout le monde s'est habitué très vite à la maison mais c'est resté très dur et il a fallu redoubler d'efforts dans les nouvelles activités, et ma grossesse restait toujours difficile mais on tenu bon, on a tenté le tout pour le tout.

Au bout de quelques jours, Qassim était en manque, il hurlait et pleurait à longueur de journée, le repas était devenu un

calvaire, on a racheté avec mon mari une panoplie de jouets type Montessori pour travailler la motricité, on a essayé de le stimuler au maximum et on fait beaucoup de sorties également en attendant le rendez-vous avec le pédiatre de la consultation surexposition écrans de l'hôpital de Bondy.

Nous en sommes aujourd'hui à 6 semaines après l'arrêt total des écrans et nous commençons à avoir des résultats. Notre fils nous regarde dans les yeux, c'est un regard bref mais nous avons un regard et lorsque nous jouons avec lui ou quand on chante une chanson il nous regarde sans fuir le regard. Il nous regarde pendant toute l'interaction, il répond à 70% du temps à son prénom de façon fluide, il comprend des consignes simples (va jeter ta couche à la poubelle, range tes chaussures) ; lorsqu'il veut de l'eau dans son biberon il ne nous tire plus dans la cuisine en pleurant mais il nous remet son biberon dans la main pour le lui remplir, (donner n'était pas quelque chose qu'il savait faire et il ne parle pas encore) ; lorsque son frère pleure il lui fait un bisou et un câlin (avant il le tapait) ; il comprend nos émotions et nos grimaces (avant il ne riait pas à mes grimaces) ; il joue aux imitations, à la dînette, donne le biberon aux poupées de ma fille, joue avec son frère et sa sœur et ne fuit plus les enfants au parc, joue de nouveau avec un ballon et à cache-cache ; il aime le coloriage... beaucoup de choses de son âge.

Sorti de sa bulle, il fait attention au bruits qui l'entourent (chaque son devient nouveau pour lui on dirait et pourtant ce sont des bruits qu'il entendait tous les jours mais il y était indifférent) il court vers la porte quand il entend son papa rentrer, il ne marche plus sur la pointe des pieds, on a ressorti la trottinette et son porteur auto et il essaie d'en faire de façon correcte ; il ne se préoccupe plus des roues... Pleins de petits changements mais qui signifie beaucoup pour nous . Pour son évolution, bien sûr, il manque encore la

parole, le flapping est encore là et il ne pointe pas du doigt (juste pour montrer une image dans un livre) mais on revient de loin, nous avons revu l'orthophoniste et elle nous a dit que Qassim, c'était « le jour et la nuit » comparé au précédent rendez-vous

Le chemin n'est pas encore fini mais une chose est sûre c'est fini les écrans. Nous continuons à suivre les recommandations du médecin de l'hôpital de Bondy en attendant la prochaine consultation.