

La Machine à Câlin

Une machine à câlin, également nommée boîte à câlin, ou en anglais *hug box*, *squeeze machine* ou *squeeze box*, est un appareil à pression conçu pour calmer les personnes hypersensibles, souvent des personnes présentant des troubles du spectre autistique. Dans sa visée thérapeutique et anti-stress, cet appareil a été inventé par Temple Grandin alors qu'elle fréquentait le collège.



La machine à câlin se compose de deux parties latérales amovibles, de 120 × 20 cm par 90 × 20 cm, avec une épaisseur de rembourrage doux, en forme en V, et un système de contrôle à une extrémité avec un robuste tube conduisant à un compresseur d'air. À l'aide de la pression exercée par le compresseur d'air et contrôlée par l'utilisateur, les côtés appliquent une pression profonde créant une stimulation uniformément sur les parties latérales du corps. La machine et son développement sont présentés dans le film biographique intitulé Temple Grandin.



Dans sa jeunesse, Temple Grandin s'est rendue compte qu'elle cherchait des pressions profondes et de la stimulation, mais elle se sentait sur-stimulée lorsque quelqu'un l'embrassait ou la serrait dans ses bras. L'idée de la machine à câlin provient d'une visite à sa tante dans un ranch de l'Arizona, où elle remarque la façon dont les bovins sont confinés dans un travail à ferrer, et comment certains se calment immédiatement lorsque de la pression leur est administrée. Elle se rend compte que la pression a un effet calmant sur le bétail, et décide que quelque chose de semblable pourrait bien remédier à sa propre hypersensibilité. Dans un premier temps, elle cache cette idée aux professionnels de santé qu'elle côtoie :

« Une autre chose que je n'ai jamais dite au psychiatre, c'était mon désir de construire un appareil qui me procurerait du bien-être par le contact. Même moi, je sentais que ce genre d'idée serait inscrit dans la colonne « bizarre » sur mon tableau. »

— Temple Grandin, *Ma vie d'autiste*.



Aux États-Unis, plusieurs programmes de traitement utilisent maintenant la machine à câlin, qui a des effets calmants à la fois chez les enfants et les adultes avec autisme. Une étude réalisée en 1995 sur l'efficacité de l'appareil de Temple Grandin, menée par le Centre pour l'Étude de l'Autisme, en travaillant avec l'université Willamette à Salem, dans l'Oregon, a impliqué une dizaine d'enfants avec autisme et en a conclu à une réelle réduction de la tension et de l'anxiété. D'autres études, y compris celle réalisée par le D^r Margaret Creedon, ont donné des résultats similaires. Une petite étude pilote publiée dans l'*American Journal of Occupational Therapy* a signalé que la machine produit une réduction significative de la tension, mais seulement une petite diminution de l'anxiété.

Temple Grandin a continué à utiliser sa propre machine à câlin afin de s'administrer la pression nécessaire pour soulager les symptômes de son anxiété. Elle a écrit un papier sur sa machine et sur les effets de la pression de stimulation, qui a été publié dans le *Journal of Child and Adolescent Psychopharmacology*.

En février 2010, lors d'une entrevue avec des journalistes du Time magazine, Grandin a déclaré qu'elle n'utilise plus sa machine à câlin, qui a cassé il y a deux ans, et qu'elle n'a jamais réparée. Elle a déclaré être désormais capable de serrer des gens dans les bras. [Source](#)

La contention a-t-elle des effets positifs sur l'autisme ?

Qui a lu les livres de Temple Grandin ? Qui a vu le film relatant sa vie ? Qui a vu le reportage « La femme qui pensait comme les vaches ».....



Et bien, **elle y parle de contention**. Sans tabous. Vous souvenez vous, maintenant, dans le film, sa machine à câlins ? Ca fait un peu mièvre en français, on va l'angliciser, la Hug machine ou Squeeze comme elle la nomme, ça vous va mieux ? Ah, oui, mais c'est donc vrai. En France, on a du mal avec les langues étrangères..... Et puis, la contention nous ramène à l'hôpital psychiatrique et des pratiques d'un autre temps. On tourne en rond !!!

Déjà, il ne faut pas mélanger la contention utilisée régulièrement en hôpital qui consiste à sangler le malade à son lit pour de multiples raisons plus ou moins discutables. La contention dont Temple GRANDIN parle comprime tout le corps.



De quoi je parle ? De qui je parle ?.... **De la première personne autiste ayant décrit ses ressentis d'autiste**. Mais pas n'importe quelle personne. Une personne autiste qui est devenu professeur d'université faisant autorité dans son domaine..... Docteur en zootechnicité. Et bien, cette dame plus qu'honorable de bientôt 70 ans, nous parle des bienfaits que lui a apporté la contention. Grâce à sa Hug machine, elle a pu accepter d'être prise dans les bras. **Parce que si l'on n'est pas autiste, on ne peut que produire du**

discours sur l'autisme... On teste, on tâtonne, on suppute, on expérimente, on pense que.... et on pense surtout à partir de soi, parce qu'on n'imagine même pas qu'il puisse y avoir d'autres façons de ressentir le monde. (Et moi comme les autres, je ne connais à peu près bien que l'autisme de mon fils et là encore, après 29 ans je tâtonne, j'essaie....) ... Mais questionnons donc les personnes intéressées pouvant amener leurs contributions à la réflexion.



Extraits des pages 70 à 72 de son livre « Penser en image »...

- *Depuis le début de la puberté, je vivais en permanence dans la peur et l'anxiété, avec des attaques de paniques sévères.*
- *J'ai eu l'idée de construire une machine qui s'inspirait de la trappe à bétail utilisée dans le ranch. Je remarquais que certains animaux se détendaient quand ils étaient comprimés par les panneaux.*
- *J'ai demandé à ma tante Ann d'actionner les panneaux pour qu'ils se referment sur moi et de baisser la barrière de tête autour de mon cou. J'espérais calmer mon anxiété. Cinq secondes plus tard, je me suis sentie submergée par une vague de détente Pendant près d'une heure, je me suis sentie extrêmement calme et sereine. L'angoisse qui ne me quittait pas s'était apaisée. C'était la première fois que je me sentais aussi bien dans ma peau.*
- *Au fil des années, j'ai amélioré la conception de ma machine. Je peux contrôler très précisément la pression exercée. L'utilisation quotidienne de la machine calme mon anxiété et m'aide à me détendre*

Merveilleuse Temple, avec l'honnêteté des personnes avec autisme.....Imaginez un professeur d'université démontrer devant une caméra comment il se met à quatre pattes comme un animal pour s'enfermer dans une boîte qui ressemble à une trappe à vaccination pour vaches.... Ne voyez-vous pas déjà poindre les mots « perversion », « débauche », ou que sais-je d'autre (et c'est sûrement ce qu'elle a entendu dire).... « bestial » aussi, mais là, pour elle, c'est certainement un complimentLa machine à câlins de Temple ne s'adresse pas au Moi, au Surmoi et autres façons psychanalytique de nommer des recoins obscurs de la pensée humaine, elle

s'adresse à la partie animale que nous partageons envers et contre nous avec nombre d'autres espèces. Car pour elle, **cette Squeeze machine est certainement l'une de ses plus grandes découvertes**. Grâce à elle, elle a pu apaiser ses peurs et vivre la vie autonome, active et riche qu'elle a menée et mène encore, alors que le diagnostic, à l'âge de 3 ans, était celui d'autisme sévère.



La scientifique en elle n'a pas pu s'empêcher de poser la question de la contention à d'autres personnes autistes.

- *Le fait d'ignorer que mes expériences sensorielles différaient de celles d'autrui ne faisait qu'aggraver les choses. Depuis, j'ai appris que d'autres autistes avaient besoin de ressentir une pression et avaient imaginé des moyens pour être comprimés : porter des bracelets de montre très serrés aux deux poignets, combinaison de pression composée d'une combinaison de plongée et d'un gilet de sauvetage gonflable en dessous, porter des ceintures et des chaussures très serrées....*

Alors, oui, sur de telles bases, je crois que la contention peut-être thérapeutique pour **certaines personnes autistes**, (et peut-être même non autistes d'ailleurs) que ce soient des enfants, des adolescents ou des adultes. Le problème est de savoir qui, quand, comment, où..... Et là, tout est à construire

Ce que pense Temple Grandin du packing

Je détesterais le packing. L'enfant devrait être capable de contrôler la pression lui-même. La squeeze machine marche sur ce principe. Le packing est inutile et très stressant pour l'enfant. [Source](#)



