



# HANDICAPS MENTAUX ET INCIDENCES SUR LA PRATIQUE

« Art. L. 114. - Constitue un handicap, au sens de la présente loi, toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant. »

Loi n° 2005-102 du 11 février 2005 pour l'égalité des droits et des chances, la participation et la citoyenneté des personnes handicapées.

Parmi les handicaps mentaux, on distingue :

- **les déficiences intellectuelles** : on entend une limitation significative, persistante et durable des fonctions (capacités) intellectuelles d'un sujet par rapport aux sujets normaux du même âge. Les différentes batteries de tests de QI sont des outils classiques pour leur appréciation, mais ils sont très réducteurs et insuffisants à décrire les difficultés réelles des personnes, qui sont très variable.
- **les déficiences psychiques** : elles concernent les troubles du fonctionnement de l'appareil psychique et influent donc principalement sur les sphères de la vie relationnelle, de la communication, du comportement...

## ► LES CAUSES

### • organiques :

Facteurs congénitaux dus à l'existence d'une malformation chromosomique (le handicap le plus connu est le mongolisme appelé encore Trisomie 21) foetale ou métabolique...

Origine accidentelle : atteinte de l'embryon au cours de la grossesse (maladies infectieuses...) ou par des traumatismes au moment de la naissance ; séquelles d'encéphalite ou de méningites.

### • psychologiques :

Consécutives à des perturbations relationnelles durant les premières années de la vie.

### • socio-économiques et familiales :

Alimentation de la mère durant la grossesse, conditions de vie, qualité déficiente des relations sont autant de facteurs pouvant entraver une évolution favorable de l'enfant.

## ► LES CONSEQUENCES

Les personnes atteintes de handicap mental peuvent rencontrer des difficultés :

- pour mémoriser les informations orales et sonores,
- à fixer son attention,
- à apprécier l'importance relative des informations à disposition,
- à évaluer l'écoulement du temps,
- à se repérer dans l'espace (difficulté à utiliser les plans ou cartes),
- à mobiliser ou remobiliser son énergie,
- à connaître les règles de communication, et conventions tacites,
- à se remémorer des sensations.

Cependant ces personnes se présentent également comme :

- des êtres singuliers exprimant leurs émotions, leurs éprouvés à leur manière,
- des êtres capables d'apprendre,
- des êtres ayant des désirs qui ont besoins d'émerger,
- des êtres possédant des capacités qu'ils sollicitent, et valoriser.



## ► LES CONSEQUENCES EN CANOE-KAYAK

- Au niveau de la programmation du mouvement :

En kayak, il faut prévoir, anticiper ; la mémoire motrice défaillante rend difficile la programmation de l'action à réaliser.

- Au niveau de l'exécution du mouvement :

Le geste se réalise trop lentement ou trop rapidement ; il peut être mal orienté, saccadé, heurté. L'action devient inefficace, provoquant un nouveau déséquilibre. Toutefois, certaines personnes handicapées mentales sont à même de comprendre et de réaliser une action telle que la propulsion avec une pagaie croisée.

- Au niveau de l'affectivité :

L'affectivité « déborde » chez les personnes handicapées mentales et elle se traduit souvent par un « accrochage » à l'adulte, au moniteur avec une relation très proche : toucher, tutoiement.

Les événements sont vécus démesurément. Pour certains une difficulté sera source d'abandon, d'agressivité envers le moniteur ou le bateau. Pour d'autres le danger représenté par une situation difficile sera sous estimé, voire même inestimé : en effet le handicapé mental évalue mal ses capacités. Mis en échec il pourra refuser de remonter dans le bateau après un dessalage mal accepté.

- Au niveau de la dimension cognitive :

La personne handicapée mentale appréhende mieux un monde concret, simple, signifiant pour elle.

L'espace et le temps sont mieux saisis en relation directe aux préoccupations importantes de sa vie (perspective des repas, des vacances, des fêtes et pourquoi pas de l'activité kayak).

Le nouveau, l'inconnu le surprennent et causent une perturbation. Il est indispensable d'expliquer ce que l'on va faire, ce que l'on va voir...



"Illustration 1"  
Cédric GARREAU / FFH

## ► ENCADREMENT ET SECURITE

La collaboration entre l'équipe éducative (animateurs, éducateurs spécialisés) et le moniteur doit permettre de définir ensemble un projet de l'activité. Patience, observation permanente, intervention ponctuelle sont indispensables.

Le moniteur saura que les acquisitions sont longues à s'installer ; que les éléments considérés comme acquis sont parfois « oubliés » la fois suivante et resurgissent plus tard. La progression se fait par palier et on peut aussi observer des comportements de régression fait par palier et on peut aussi observer des comportements de régression pour retrouver une sécurité déjà connue.

Le moniteur aura pour souci de se centrer sur les capacités disponibles du kayakiste plutôt que sur ses manques. Eveiller la motivation de ses stagiaires lui facilitera grandement la tâche.

La sécurité doit être incontestable lorsqu'on encadre une activité avec des personnes handicapées mentales. Certains peuvent avoir des réactions tout à fait imprévisibles (se mettre debout dans le bateau en pleine eau par exemple) ou ne pourront pas apprécier des dangers objectifs (proximité et risque de collision avec une planche à voile). Il est indispensable de bien connaître les lieux de pratique, d'évaluer les capacités du groupe et de prévoir les risques éventuels. Un bon niveau de sécurité s'obtient par une présence suffisante de kayakistes expérimentés qui assistent le responsable de l'activité.



## ► LA DEMARCHE PEDAGOGIQUE

La difficulté du handicapé mental à s'adapter à des situations diverses nécessite que l'on adopte une pédagogie qui ne soit pas basée sur l'acquisition de la technique au moyen d'exercices et de démonstrations.

Il est souhaitable que l'apprentissage soit précédé d'étapes préliminaires qui sont le gage de la réussite. Le travail complémentaire du moniteur et de l'éducateur prend ici tout son sens.

Il est donc très important de favoriser la progressivité, et de répéter les situations afin de bien fixer les apprentissages.

### ● Travail d'approche et phase de familiarisation :

Rendre l'activité familière passe par la connaissance :

- des lieux où elle se déroule : situation géographique de la base, du plan d'eau...
- du matériel (formes, couleurs différentes), de son entretien (rangement, transport),
- des personnes qui occupent une fonction définie dans l'activité,
- des opérations à faire avant d'embarquer (s'équiper chaudement si nécessaire, enfiler un gilet, prévoir des vêtements de rechange...).

Cette phase de familiarisation permet au kayakiste handicapé :

- de passer de l'inaction à l'action,
- de la passivité à l'activité,
- de l'hyperactivité désordonnée à une activité modérée,
- d'appréhender une nouvelle expérience où il est l'auteur de ses actions et en perçoit les effets.

### ● Objectifs et élaboration d'un projet :

L'activité canoë-kayak peut contribuer à :

- une plus grande maîtrise de soi par la maîtrise d'un engin (le bateau) et du milieu sur lequel il évolue sur le plan psychologique et affectif.
- l'amélioration de l'équilibre (gîte), des fonctions cardio-respiratoires et de l'acquisition de nouveaux schémas moteurs sur le plan physique.

Le canoë-kayak permet également l'acquisition de connaissances : différents types de bateaux, vocabulaire, lieux de pratique. Il participe à une meilleure insertion par les pratiques sociales telles que l'aide et la coopération (transport, rangement du matériel), la découverte de nouveaux lieux (repérer une rivière) ou de personnes non handicapées.

La fabrication du matériel (atelier de construction) est également une possibilité d'exploitation de l'activité.

Celle-ci est suffisamment riche pour élaborer des projets où les kayakistes handicapés eux même sont partie prenante (randonnée itinérante, week-end, camping...). Le projet fera apparaître les étapes nécessaires : autonomie dans l'eau, familiarisation et initiation, repérage des lieux, préparation du matériel et de l'intendance...

### ● Pédagogie des situations par aménagement du milieu :

Mettre le kayakiste handicapé en situation de recherche de solutions apparaît comme la démarche la plus efficace :

- l'aménagement du milieu le plus stimulant, le plus parlant (repères très concrets tels que bouées de couleurs et de formes variées, des pales de couleurs différentes pour différencier la droite de la gauche) lui permet de réaliser plus facilement une tâche demandée, car il favorise les choix, « la discrimination ».

- la consigne verbale : « à droite, à gauche, lève ton coude, avance ton bras, tiens toi droit... » n'est pas forcément comprise. Il est préférable de proposer des consignes imagées ou très concrètes : « rejoins la bouée rouge (pour s'orienter), touche avec la tête la corde tendue, tu es tiré vers le haut par un fil (pour se redresser), etc. »

- les formes jouées dédramatisent des situations que l'on rencontre inévitablement : dessalage, remonter dans son bateau.

- les jeux de ballon facilitent l'acquisition de la disponibilité corporelle et permettent de dissocier les mouvements.

- la démonstration est utile pour donner « l'idée » d'un geste à effectuer mais elle s'avère inefficace pour l'apprentissage d'un mouvement. Le handicapé mental n'a pas l'expérience motrice pour « répéter » un geste demandé.

- l'observation doit permettre au moniteur de comprendre pourquoi une action n'a pas été réussie (problème moteur ou matériel mal adapté ?), de faire des hypothèses (la situation est trop difficile, complexe ? la consigne non comprise, le moyen d'exécution insuffisant ?). il devra ensuite proposer une solution en rajoutant ou en transformant un élément de la situation.



- l'évaluation par le kayakiste handicapé : il doit comprendre les causes de son échec ou de la réussite, aidé en cela par le moniteur.
  - une autre évaluation : au-delà des objectifs techniques il est intéressant de savoir comment l'activité enrichit le pratiquant dans sa dimension affective, psychologique et cognitive.
  - le dessin, après chaque séance ou ponctuellement, traduit la façon dont le kayakiste structure cette activité à un moment donné de son évolution. On constate (sans être spécialiste de l'interprétation) que les premiers dessins sont des représentations très simples, incomplètes, mal situées dans l'espace, d'éléments tels que le bateau, la pagaie, le kayakiste, le milieu environnant, le moniteur,...
  - progressivement et par comparaison des dessins dans le temps apparaissent de nouveaux éléments qui se structurent de mieux en mieux les uns par rapport aux autres.
- Les enfants ou les adultes handicapés se feront une joie d'offrir leurs dessins au moniteur (travail intéressant en liaison avec les éducateurs).

## ● CONCLUSION

Cette démarche pédagogique est une pédagogie individuelle (chacun répond en fonction de ce qu'il est) dans le groupe (le handicapé mental a besoin des autres pour évoluer).

Il n'est pas indispensable de mettre systématiquement le kayakiste handicapé mental en situation de réussite bien que ce soit important pour qu'il ait confiance en lui dans un premier temps.

Ajouter progressivement des difficultés qui lui permettent de se confronter à la réalité et de l'éprouver afin que l'échec devienne alors un élément de la réussite future.

Il est indéniable que l'activité Canoë-kayak aide à la structuration de la personnalité : il faut respecter « la loi » de l'eau mouvante, du bateau instable, se risquer aux frontières du déséquilibre pour percevoir l'équilibre, se maîtriser pour maîtriser son embarcation et imposer sa volonté.

Les personnes handicapées mentales vivent le plus souvent par « procuration » d'une tierce personne ou d'une institution. Elles ont besoin de trouver des personnes attentives à leurs besoins susceptibles de les accompagner dans leur apprentissage. Le moniteur peut y contribuer en faisant preuve d'ouverture, de patience, de disponibilité et d'écoute.

 AUTEUR FFCK - Cyril FOURNIER