

Simulation de handicaps sensoriels

Table des matières

Qu'est-ce qu'un handicap sensoriel ?

Déficiences auditives

Possibilités de simulation

Déficiences visuelles

Possibilités de simulation

Bon à savoir

Liens



Qu'est-ce qu'un handicap sensoriel ?

Comme son nom l'indique, le handicap sensoriel est une atteinte des sens. Ces derniers influencent notre perception de l'environnement. Ils comprennent le plus couramment la vue, l'ouïe, l'odorat, le goût, ainsi que les perceptions tactiles, kinesthésiques et vestibulaires. Les troubles de la vue et de l'ouïe sont ceux qui ont le plus d'incidence sur la mobilité et la pratique sportive. Ils seront donc décrits plus en détail ci-après.

Déficiences auditives

Les dysfonctionnements de l'organe de l'ouïe peuvent provoquer une baisse de l'audition, voire une surdité. Les conditions d'apprentissage du mouvement des personnes atteintes de déficiences auditives sont les mêmes que celles des personnes ayant une audition normale. Les difficultés se situent surtout au niveau de l'assimilation des informations et de la communication (cf. « Le sport plus que jamais », 2014). Voici quelques conseils pour l'entraînement :

- + ne pas expliquer et démontrer les mouvements en même temps
- + parler distinctement et lentement (en articulant bien)
- + donner toutes les instructions avant de commencer l'exercice
- + avoir recours à des signaux visuels (lumière, signes de la main, etc.)



Illustration 1 : casque de protection auditive & tampons auriculaires

Possibilités de simulation

Une déficience auditive peut être facilement simulée en utilisant des tampons auriculaires (déficience auditive légère) ou en portant un casque insonorisé (déficience auditive grave). Ces deux accessoires (voir illustration 1) sont disponibles dans la « Boîte à outils » qu'il est possible d'emprunter. L'expérience de la surdité permet généralement de prendre conscience que, dans l'enseignement, on utilise énormément la communication verbale et parfois sans qu'elle ne soit nécessaire. En simulant une déficience auditive, il est possible de s'entraîner à expliquer ce qui est demandé en très peu de mots, voire sans parler (faire appel à d'autres sens). Voici quelques exemples :

- + exercer l'équilibre (l'équilibre est plus difficile en présence d'une déficience auditive)
- + faire une partie de l'entraînement ou un jeu d'équipe sans communication verbale

Déficiência visuelle

La déficiência visuelle ou la cécité peut être d'origine congénitale ou résulter d'une maladie ou d'un accident. Etant donné que la personne ne peut pas anticiper, ne voyant pas ou qu'au dernier moment ce qui se passe dans son environnement proche, elle est toujours prête à réagir. Il en résulte une tension musculaire accrue et un manque de fluidité et de dynamisme dans le mouvement. Il est important de ne pas parler immédiatement de cécité, car la déficiência visuelle peut prendre différentes formes et être plus ou moins grave. Dans la pratique sportive, la communication et la confiance entre sportives/sportifs et guides sont essentielles. Les sports individuels sont plus accessibles que les sports d'équipe dans lesquels l'orientation joue un rôle prépondérant. Voici quelques conseils pour l'entraînement (cf. Laufsport für und mit Sehbehinderten, Gabor Szirt, 2009) :

- + tenir compte des souhaits des personnes concernées → éviter le paternalisme
- + approche/contact physique : l'accompagnant s'annonce suffisamment tôt et de façon audible
- + demander à la personne concernée par quel bras elle aimerait être guidée (tenir compte des aspects de sécurité)
- + technique de base : la personne concernée tient le bras du guide (au creux du coude)
- + ne pas donner trop d'informations/de consignes, mais être très précis (éviter les expressions telles que : attention, un peu, tout droit)
- + les personnes ayant une déficiência visuelle s'orientent par rapport aux heures (la position droit devant est toujours à 12 heures)

Possibilités de simulation

Pour simuler une déficiência visuelle, il existe différentes lunettes de simulation qui peuvent être soit commandées directement à la UCBA (Union centrale suisse pour le bien des aveugles, voir lien ci-dessous), soit empruntées par le biais de la « Boîte à outils » de PlusSport (voir illustration. 2). Pour simuler une cécité, il est aussi possible d'utiliser, outre les masques d'aveugles, des tissus ou d'autres accessoires pour recouvrir les yeux. Simuler une déficiência visuelle permet d'expérimenter ce que l'on perçoit et ressent en ayant une vision tubulaire ou un trouble visuel grave.

Voici quelques exercices appropriés :

- + se laisser conduire par une personne qui guide correctement (en portant des lunettes de simulation) → prendre confiance. Exercices plus difficiles : franchir des obstacles, courir dans la salle, sprinter
- + faire des jeux et des exercices avec un ballon à grelots (possibilité de confectionner soi-même ce ballon)
- + torball : <http://www.torball.org>
- + mettre de la musique à un haut volume pour prendre conscience de ce qu'une personne atteinte de déficiência visuelle ou de cécité peut ressentir lorsqu'il y a beaucoup de bruit (gares, rassemblements de personnes, manifestations)

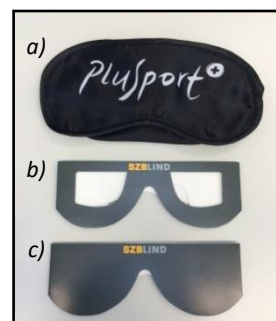


Illustration 1 :
a) bandeau obscurcissant
b) lunettes pour simuler une déficiência visuelle grave
c) lunettes de vision tubulaire

Bon à savoir

- + Lukas Hendry, recordman suisse du saut en longueur des aveugles, saute 6,01 mètres.
- + Les meilleurs athlètes malentendants se mesurent lors des Deaflympics qui sont reconnus par le Comité international olympique et qui sont organisés séparément des Jeux paralympiques.

Liens

Commande de matériel de simulation d'une déficiência visuelle :

<http://ucba.ch/fr/footer/service/infotheque/materiel-dinformation-et-de-simulation/#simulation>

Commande d'accessoires de simulation de déficiences visuelle et auditive : plusport.ch/toolbox