

LES CLUBS SPORTIFS SONT-ILS VRAIMENT ACCESSIBLES AUX ENFANTS PORTEURS DE HANDICAP INVISIBLE ?



Anne Floor

ANALYSE UFAPEC
MAI 2018 | 07.18



Résumé :

Est-ce compatible avec la compétitivité et la recherche de performance des sports d'équipe d'intégrer des enfants dyspraxiques, asthmatiques, autistes etc. porteurs de handicap invisible ? Les entraîneurs des clubs sportifs - pour la plupart bénévoles - sont-ils sensibilisés à ces profils particuliers ? Cela fait-il partie des missions des clubs sportifs que d'accepter tous les individus même ceux pour qui, d'emblée, les apprentissages seront plus ardues ?

Mots-clés :

Sport, confiance en soi, compétitivité, performance, épanouissement, extrascolaire, inclusion, différences, handicap invisible.

Phrase Balise Meta Description (Pour un meilleur positionnement Google)

Devons-nous en tant que parent d'enfant avec un handicap invisible freiner leurs ardeurs et les orienter plutôt vers des sports individuels où leur lenteur et maladresse ne rejalliront pas sur toute une équipe ?

- Société - Egalités / Inégalités
- Société - Familles
- Société - Le corps et son image



Avec le soutien du Ministère
de la Fédération Wallonie-Bruxelles



Introduction

Lors de différentes rencontres avec des parents d'enfants ayant des troubles d'apprentissage, la question de l'importance des activités sportives ou de loisirs en termes de confiance en soi a été mise en avant. Nous avons entendu des témoignages d'enfants dyslexiques en échec à l'école qui trouvaient un épanouissement et un bol d'air souvent salutaire à travers des activités extrascolaires. Les expériences positives côtoient cependant des retours négatifs où les enfants ont finalement abandonné, car ils n'étaient jamais sélectionnés pour les matchs, parce que l'entraîneur les avait pris en grippe, parce que les autres se moquaient d'eux... Est-ce compatible avec la compétitivité et la recherche de performance des sports d'équipe d'intégrer des enfants dyspraxiques, asthmatiques, autistes etc. porteurs de handicap invisible ? Les entraîneurs des clubs sportifs - pour la plupart bénévoles - sont-ils sensibilisés à ces profils particuliers ? Cela fait-il partie des missions des clubs sportifs que d'accepter tous les individus, même ceux pour qui, d'emblée, les apprentissages seront plus ardues ? Comment faire comprendre à l'ensemble d'une équipe l'esprit de l'inclusion¹ ? Devons-nous en tant que parent d'enfant avec un handicap invisible freiner leurs ardeurs et les orienter plutôt vers des sports individuels où leur lenteur et maladresse ne rejailliront pas sur toute une équipe ? Ou devons-nous les inciter à renoncer à certaines activités qui nous semblent trop incompatibles avec leurs difficultés spécifiques ? Ou encore les inscrire dans des clubs sportifs adaptés ? Ou au contraire, les soutenir dans leurs choix et leurs envies et œuvrer pour l'esprit de l'inclusion aussi dans la sphère extrascolaire ?

Pourquoi les activités extrascolaires sont-elles si importantes pour des enfants porteurs de handicap invisible ?

Précisons tout d'abord ce que nous entendons par handicap invisible. Celui-ci est invisible quand il n'est pas directement perceptible par l'entourage, ce qui entraîne souvent une non-reconnaissance des symptômes invalidants par autrui et parfois par la personne elle-même. Ceux-ci ont cependant des répercussions sur la vie quotidienne et sociale des individus. Parmi ces handicaps invisibles, nous pouvons citer entre autres la fatigue chronique, la douleur, les troubles de la mémoire, les troubles d'apprentissage, les troubles du comportement, les maladies de longue durée...

Lors de la rédaction d'une fiche-outil sur l'estime de soi² par des mamans d'enfants ou de jeunes « dys », TDA/H, HP, les avis ont tous été unanimes sur l'importance d'octroyer des bulles d'air et de confiance en dehors du temps scolaire pour les enfants qui ont des troubles d'apprentissage. Aider l'enfant à trouver un domaine dans lequel il peut s'épanouir est une planche de salut qui le soutiendra pour affronter ce qui se passe moins bien ailleurs : *Même si les emplois du temps de l'enfant et des parents sont chargés, il est*

¹ L'inclusion est un principe idéal qui nous permettrait de croire que toutes les personnes différentes auraient accès à tous les services ordinaires avec un accueil personnalisé et le soutien adapté. HUBERT Guy, « L'inclusion », La voix des parents, revue de l'AFrAHM, n°76, 4ème trimestre 2014, p 3.

² <http://www.ufapec.be/en-pratique/boite-outils-dys-05-2014-intro/fiches-thematiques/boiteaoutils-dys-estimedsoi/>



indispensable que l'enfant ait l'occasion de vivre une activité qui le renforce ou le connecte à un de ses talents, que ce soit dans un domaine sportif, artistique...³

Il y a cependant, selon ces mamans, un petit bémol ou du moins une mise en garde sur le type d'activités choisies : *Mieux vaut privilégier des activités de ressourcement au cours desquelles l'enfant est centré sur son épanouissement personnel. Il faut être vigilant par rapport aux sports collectifs qui privilégient le compétitif au récréatif et au ludique. Ce qui est important, c'est qu'il s'amuse et s'épanouisse⁴.*

Les activités physiques sont bénéfiques pour tous les enfants, mais les enfants qui souffrent de dyspraxie auront tendance à vouloir les éviter, surtout si les premières expériences ont été douloureuses. S'installe alors un cercle vicieux dont l'enfant sera la première victime : au plus il évitera les activités physiques, au plus ses compétences motrices vont diminuer et son image de lui-même se détériorera en parallèle. *Il se retrouve donc chez ces enfants ayant une performance motrice pauvre également une baisse de la perception de soi concernant le sport bien sûr, mais aussi l'école, l'apparence physique et l'estime de soi. L'échec scolaire fréquemment observé chez ces enfants vient alors renforcer les manifestations précédentes. L'enfant se trouve ainsi pris dans une espèce d'engrenage où les troubles des coordinations motrices provoquent une baisse de l'estime de soi entraînant retrait social et inhibition qui renforcent encore l'échec scolaire, et qui à son tour aggrave le retrait social et la baisse d'estime de soi⁵.*

De plus, chez les garçons, les performances sportives leur confèrent une place au sein d'un groupe : *Les activités sportives représentent, pour les jeunes garçons surtout, des loisirs de prédilection leur permettant de se confronter à leurs pairs, d'engager des joutes et des compétitions nécessaires à leur construction identitaire⁶.*

La pratique de sports collectifs rencontre le désir de se sentir appartenir à un groupe. Si les entraînements se déroulent généralement bien, cela risque cependant de se corser lors des matchs. Le jeune dyspraxique pourrait ne pas être souvent sélectionné par l'entraîneur pour monter sur le terrain ou essuyer les moqueries des autres joueurs (ou parents !). Cependant pour cette maman d'un jeune dyspraxique, *avec de la bonne volonté et de la bienveillance, il y a moyen qu'il garde sa place en jouant par exemple contre des équipes "plus faibles" ou en le plaçant à des positions moins stratégiques. La ténacité, la volonté et l'humour des jeunes dyspraxiques pourront aussi apporter beaucoup pour la cohésion et la gestion de l'équipe⁷.*

Que faire, en tant que parent, lorsque le choix de l'enfant s'oriente vers une activité qui paraît incompatible avec ses difficultés ? Faut-il le laisser expérimenter et risquer à nouveau un échec ou au contraire lui fermer les portes et l'orienter vers des activités que nous pensons plus adaptées ? Ce faisant, quel est le message qui pourrait être perçu par l'enfant ? Il pourrait penser qu'il y a des activités qu'il ne peut pas réaliser, même pas essayer. Il risque alors dans sa vie future de ne plus oser frapper à certaines portes, de se

³ Ibidem.

⁴ Ibidem.

⁵ <http://www.psychologue-bordeaux-lateste.fr/impact-ordinateur-enfants-dyspraxiques-milieu-scolaire/>

⁶ L'élève dyspraxique en EPS <http://docplayer.fr/46981917-L-eleve-dyspraxique-en-eps.html>

⁷ Témoignage recueilli auprès d'une maman active dans la boîte à outils coordonnée par l'UFAPEC et l'APEDA.



censurer et se limiter au nom de son trouble, de sa déficience invisible. *Soyons vigilants à ne pas aller trop loin dans la surprotection, à ne pas censurer a priori l'enfant. Par exemple : éviter de l'inscrire à des cours de piano s'il est dyspraxique alors qu'il en a lui-même très envie*⁸. La motivation de l'enfant peut en effet soulever des montagnes, comme en témoigne cette maman d'une jeune dyspraxique : *Il nage et roule à vélo tout à fait normalement. Au judo, mettre son kimono était compliqué, son frère l'aidait. Au badminton et au tennis, il n'a jamais eu de problèmes, mais quand il est passé au tennis de table, la dyspraxie l'a fort handicapé. Il a perdu 65 matchs avant d'en gagner 1. C'est important de trouver des clubs sportifs qui ne fonctionnent pas qu'à la performance. Il est à présent classé en tennis de table parce que le club ne l'a jamais démotivé. D'ailleurs, quand il veut abandonner quelque chose maintenant, on lui rappelle son expérience au tennis de table ; là où il était au début et là où il est maintenant. En aikido, il a dû arrêter, car son animateur ne s'adaptait pas à lui*⁹.

Pour les parents d'enfants présentant des handicaps invisibles, il sera indispensable de s'enquérir de l'esprit qui règne dans le club sportif dans lequel ils pensent inscrire leur enfant : Est-ce que, dans ce club, les valeurs primordiales portent sur l'épanouissement de l'enfant ou plutôt sur les performances liées au club ? Il ne faut pas d'avance lui fermer des portes, beaucoup dépendra de l'environnement, des entraîneurs, des autres sportifs... Et qu'en est-il justement de la formation des entraîneurs ? De la sensibilité des clubs sportifs à l'accueil de tous ?

Clubs sportifs – le cadre et la formation

Cela fait-il partie des missions des clubs sportifs que d'accepter tous les individus même ceux pour qui, d'emblée, l'apprentissage sera plus ardu, voire peut-être impossible ? Le code d'éthique sportive en vigueur en Fédération Wallonie-Bruxelles est la « Charte du mouvement sportif de la Fédération Wallonie-Bruxelles "Vivons Sport" ». Il y est entre autres indiqué que :

- *La pratique sportive est un droit, une source de plaisirs et de jeu.*
- *L'Esprit sportif est positif. Il prône l'humilité dans la victoire et la dignité dans la défaite. Plus que la performance, le sport contribue à l'épanouissement individuel et l'émancipation collective.*
- *Le mouvement sportif francophone rejette et condamne toutes les formes de discriminations liées à l'âge, au genre, à la race, à l'orientation sexuelle, aux convictions religieuses ou philosophiques, à la langue ou aux caractéristiques physiques. Le terrain est un espace d'expressions ouvert à tous. Toutes les formes de harcèlement, les gestes, les mots dénigrants et la vulgarité sont proscrites.*
- *L'entraîneur sportif est le garant du comportement éthique et des gestes de fair-play de ses athlètes. Il favorise l'épanouissement de ses sportifs par des*

⁸ <http://www.ufapec.be/en-pratique/boite-outils-dys-05-2014-intro/fiches-thematiques/boiteaoutils-dys-estimedsoi/>

⁹ Témoignage recueilli le 6 juin 2016 auprès d'une maman active dans la boîte à outils coordonnée par l'UFAPEC et l'APEDA.



entraînements et des objectifs adaptés à l'âge et au potentiel de ses sportifs. Il planifie son travail sur le long terme et non sur la recherche de gains à court terme.

A la lecture de cette charte, la pratique sportive serait donc ouverte à tout individu quel que soit son niveau ou son potentiel.

Lors de la Conférence générale de l'UNESCO de novembre 2015, la charte internationale d'éducation physique¹⁰ est modifiée pour garantir un meilleur accès à l'activité physique. Il est demandé à chacun et chacune, en particulier les gouvernements, les organisations sportives, les entités non gouvernementales, le monde des affaires, les médias, les éducateurs, les chercheurs, les professionnels du sport et les bénévoles, les sportifs et leur personnel d'encadrement, les arbitres, les familles, ainsi que les spectateurs, à s'engager à respecter la charte en question et à la diffuser. Dans celle-ci, il est notamment stipulé aux points :

1.3 Tous les êtres humains, notamment les enfants d'âge préscolaire, les femmes et les filles, les personnes âgées, les handicapés et les populations autochtones, doivent se voir offrir des possibilités inclusives, adaptées et sans risque de participer à l'éducation physique, à l'activité physique et au sport.

1.6 Chaque être humain doit avoir toutes possibilités de parvenir, grâce à l'éducation physique, à l'activité physique et au sport, à un haut niveau d'épanouissement correspondant à ses capacités et à son intérêt.

7.3 Les entraîneurs bénévoles, les officiels et les membres du personnel auxiliaire devraient se voir offrir une formation et un encadrement appropriés, en tant qu'ils constituent une ressource inestimable pour le secteur, en vue de remplir des fonctions essentielles, de faciliter la participation d'une fraction accrue de la population, de garantir le développement et la sécurité des participants, et de promouvoir un engagement général dans les processus démocratiques et la vie de la communauté.

A côté de ces documents de référence très explicites en termes d'ouverture et d'épanouissement pour tous, qu'en est-il de la formation et de la sensibilisation des entraîneurs des clubs sportifs quant aux handicaps invisibles ?

La FéMA (Fédération Multisports Adaptés) nous a répondu qu'ils avaient déjà réfléchi à l'accueil d'enfants avec un handicap invisible au sein de leurs cercles sportifs adaptés, mais qu'ils n'avaient pas réussi à combiner leur public d'enfants ayant un retard mental avec des enfants d'intelligence « ordinaire ». Ils accueillent néanmoins des enfants avec autisme et troubles respiratoires. Pour ce qui est de la formation, la FéMA nous explique que leurs animateurs des cercles sportifs adaptés suivent la formation de moniteur - initiateur en multisports- multi handicaps à l'ADEPS afin qu'ils puissent adapter leurs séances de sport au handicap mental, physique et sensoriel. *Il est vrai qu'actuellement nous n'avons pas de formation permettant de pouvoir les adapter aux troubles de l'apprentissage peut-être parce que ces enfants se dirigent vers des clubs valides ou que*

¹⁰ http://portal.unesco.org/fr/ev.php-URL_ID=13150&URL_DO=DO_TOPIC&URL_SECTION=201.html



leur problématique n'a pas semblé impacter leur capacité à pratiquer un sport de façon « normale »¹¹.

Par ailleurs, la FéMA organise des brevets capacitaires indispensables à l'encadrement de certaines disciplines sportives en toute sécurité. Elle est aussi délégataire avec la Ligue Handisport Francophone de la formation moniteur sportif initiateur en activités physiques et sportives adaptée reconnue par l'Adeps. La FéMA organise également des formations relatives à un handicap spécifique et la pratique du sport, des colloques, des journées à thèmes, etc. En mai 2018 a d'ailleurs lieu une formation intitulée « Sport et Autisme »¹².

Pour ce qui est de la formation de moniteur sportif organisée par l'ADEPS, nous avons parcouru les différents intitulés de cours sans y trouver d'informations sur les handicaps invisibles. Nous avons néanmoins trouvé des initiatives émanant d'associations de parents d'enfants concernés. L'asbl TDA/H Belgique a publié un guide¹³ à l'attention des animateurs extrascolaires dans lequel il est précisé par exemple comment communiquer clairement avec un enfant TDA/H :

- *Assure-toi que l'enfant t'écoute réellement lorsque tu lui parles et maintiens le contact visuel avec lui lorsque tu lui fais une demande.*
- *Donne une seule consigne à la fois et demande-lui un feed-back.*
- *Parle en termes de « comportements attendus » plutôt qu'en termes de « comportements défendus ». Par exemple : « assieds-toi ! » plutôt qu'« arrête de courir partout ! »*
- *Décris de manière précise et objective le comportement attendu : « reste assis en silence ! » plutôt que « sois sage ! »*
- *Parle d'une voix douce et ferme. Laisse-lui le temps de réagir après ta demande (de trois à cinq secondes). Regarde-le simplement dans les yeux et attends qu'il obéisse.*
- *Fais du renforcement positif, indique à l'enfant ta satisfaction quand le comportement demandé est acquis¹⁴.*

Sur un site¹⁵ visant à informer sur l'autisme, nous avons trouvé un document explicatif à l'attention des associations ou clubs sportifs :

Ce document a été écrit pour vous aider à comprendre ce handicap et pour vous donner des conseils simples pour rendre votre association ou club sportif plus attractif pour les personnes autistes (autism friendly). Le sport est la base de beaucoup d'associations locales dans tout le pays. Cela donne aux individus des occasions pour apprendre le travail en équipe tout en améliorant leur santé physique et mentale. La pratique d'un sport donne aussi l'occasion de développer sa coordination motrice ce qui est important pour les personnes autistes. Cela donne aussi l'opportunité d'apprendre les règles de la vie comme travailler en équipes, respecter des règles et des concepts comme gagner et perdre. Il existe donc quelques outils pour les animateurs extrascolaires, outils qu'ils devront chercher de manière volontaire.

¹¹ Mail du 9/04/2018

¹² <http://www.sportadapte.be/formations-2018/>

¹³ https://tdahbe.files.wordpress.com/2015/06/tdah_act.pdf

¹⁴ Op.cit, p. 22-23.

¹⁵ <https://autisme.github.io/a-propos>



Il faut parfois savoir jeter le gant

Il arrive que sur le terrain, dans les vestiaires, l'enfant "moins adroit", "moins sportif" comprenne assez vite qu'il n'est pas le bienvenu surtout si les entraîneurs ne sont pas au courant, pas sensibilisés, pas formés. En fonction de l'intensité du trouble, du sport choisi, les entraînements peuvent s'avérer rapidement impossibles à réaliser sans aménagements ni bienveillance. Pour un enfant dysphasique, les activités sportives pour lesquelles les consignes sont données oralement avec un débit rapide et des indications spatiales peuvent s'avérer très compliquées comme le démontre le témoignage de la maman de Clément, 7 ans, dysphasique au niveau expressif, compréhensif et pragmatique : *Je pense qu'il faut prévenir les gens au maximum sans pour autant dresser un tableau tout à fait noir. Clément adore le foot, il a fait une séance d'essai : « vous vous mettez par deux, vous courez balle au pied vers la gauche... ». Toutes les consignes sont données oralement, dans un boucan de fou. Il s'en sortait par imitation. Tout ce qui est collectif, on oublie pour le moment. On a aussi essayé l'escalade, mais l'environnement était trop bruyant, cela résonne trop. La monitrice donne toutes les instructions de sécurité en une seule phrase pendant trois minutes. On est allé trois fois, il était très crispé et il a arrêté. A présent, il fait du hip-hop et il adore. Il a le sens du rythme et imite merveilleusement bien. La monitrice sait ce qu'est la dysphasie et cela aide¹⁶.*

On peut déplorer qu'un enfant ait dû faire une croix sur son rêve de jouer au foot parce qu'il n'était pas directement performant et que l'entraîneur, pourtant prévenu, n'a fait aucun effort d'adaptation (débit plus lent, repères visuels...). L'inclusion des personnes en situation de handicap invisible dans le domaine sportif reste encore un domaine peu exploré. Il existe peu d'écrits sur la question et il est rare que des parents déposent plainte ; ils vont tout simplement retirer leur enfant de l'activité. Ils ont parfois fort à faire avec le scolaire et choisissent leur combat. Par ailleurs, les enfants avec un handicap invisible ne sont pas les seuls concernés par ce « tri ». Pour bon nombre de sociologues du sport, celui-ci est plutôt le lieu de la reproduction des inégalités : *Ainsi, le sport entretient une forme d'ambiguïté : il est tout à la fois un espace de comportements virils tolérés et de violences physiques légales, un moyen privilégié par les politiques publiques d'insertion sociale et un espace social où se reproduisent les inégalités sociales et les dominations symboliques¹⁷.*

Il est grand temps que notre société s'empare de cette question du sport pour tous ; les évolutions des aménagements raisonnables dans d'autres domaines comme l'enseignement... pourraient peut-être inspirer nos clubs sportifs ?

¹⁶ Témoignage de la maman de Clément, 7 ans, dysphasique au niveau expressif, compréhensif et pragmatique.

¹⁷ Dame Loum Fatou, Gasparini William, *Violences urbaines et recours au sport*, in Agora débats/jeunesses, 38, 2004. Jeunes et violences. pp. 52-68; doi : 10.3406/agora.2004.2381 http://www.persee.fr/doc/agora_1268-5666_2004_num_38_1_2381



Conclusion

Notre société devrait normalement être inclusive et donc permettre l'accès pour tous à des activités extrascolaires. On observe cependant dans la réalité du sport qu'il n'est pas toujours si facile de mettre en application cette inclusion. La compétition semble souvent l'emporter sur la coopération et l'ouverture aux différences. Sans compréhension des incidences du handicap invisible sur la pratique du sport, il ne pourra être question de bienveillance, d'aménagements et d'épanouissement pour le jeune sportif.

Pour l'UFAPEC, sensibiliser et former les moniteurs, les entraîneurs de clubs sportifs à ces handicaps invisibles que sont les troubles d'apprentissage est réellement nécessaire pour induire un changement de regard et rendre le sport accessible à tous.