



Le sport et l'activité physique des personnes sourdes ou malentendantes

Association sportive des sourds du Québec

Approuvé par le conseil d'administration le 9 septembre 2014

Table des matières

1. Introduction	2
2. Réalité d'une personne sourde	2
2.1 Un handicap invisible	2
2.2 La culture sourde	4
2.3 Les mythes concernant la surdité.....	5
3. Communication	6
3.1 Les stratégies de communication	6
3.2 Le rôle de l'interprète	9
4. Conclusion	9
5. Bibliographie	10

Dans ce document, l'emploi du masculin pour désigner des personnes n'a d'autres fins que celle d'alléger le texte.

Dans ce document, l'emploi du terme sourd n'a d'autres fins que celle d'alléger le texte. La référence au terme sourd inclut toute personne ayant une déficience auditive et ce, sans discrimination liée au niveau de surdité, à l'appartenance à une communauté ou à une identification culturelle. Certaines personnes préféreront le terme malentendant.

1. Introduction

Depuis plusieurs années, grâce à l'Association sportive des sourds du Québec et au soutien financier provenant du gouvernement, des donateurs individuels et de Placements Sports, les personnes sourdes ont pu bénéficier de différents programmes de sport et d'activité physique partout à travers la province du Québec.

Ce document a été rédigé dans le but de permettre aux professeurs d'avoir une meilleure compréhension sur ce qu'est la communauté sourde et les attentes des personnes sourdes face aux programmes de sport et d'activité physique. De plus, cet outil contribuera à atténuer la barrière de communication et d'incompréhension entre le professeur et les participants du programme.



Crédit photo: Jason Theriault (ASSQ)

2. Réalité d'une personne sourde

2.1 Un handicap invisible

Plusieurs handicaps physiques sont visibles, mais ce n'est pas le cas de la surdité. La déficience auditive devient visible lorsqu'une personne s'exprime en langue des signes, communique oralement avec un accent vocal ou lorsqu'elle porte des prothèses auditives apparentes.

La définition de la déficience auditive est complexe et elle varie d'un problème auditif léger à une surdité totale. Les adaptations pour pallier à la surdité varient aussi selon les besoins de la personne et de son identité culturelle.

Définitions

Personne sourde : Une personne qui utilise la langue des signes québécoise (LSQ) ou American Sign Language (ASL) pour communiquer d'une manière efficace. Elle vit au sein d'un environnement socioculturel spécifique, appelé « culture sourde ».

Personne malentendante : Une personne dont la perte auditive varie de légère à sévère et qui communique par la parole et utilise la lecture labiale pour suppléer à son audition.

Personne devenue sourde : Une personne qui a perdu totalement l'usage de l'ouïe après l'apprentissage de la parole et qui utilise principalement la parole et la lecture labiale pour communiquer.

Source : Centre québécois de la déficience auditive

En moyenne, 10% des enfants sourds naissent de parents sourds tandis que 90% des enfants sourds naissent de parents entendants. Ces deux réalités font en sorte que les enfants nés de parents entendants grandissent et évoluent dans un environnement entendant. Par conséquent, plusieurs de ces enfants développent leurs habiletés de communication plus tard dans leur vie et dépendent des repères visuels pour pouvoir avoir accès à l'information. Pour ces raisons, ils pourraient démontrer certaines lacunes au niveau de la communication, ce qui n'est pas le cas de la population en général.

L'utilisation des repères visuels et tactiles chez les personnes sourdes représente à la fois des défis et des opportunités. L'avancée technologique permet d'augmenter les différentes possibilités d'avoir une communication plus efficace avec les personnes entendantes.

Quelques statistiques (approximatives)

- *Population totale de personnes vivant avec des limitations auditives : 770 000 personnes (10,67%)*
- *Personnes ayant une surdité très légère : 513 000 personnes*
- *Personnes ayant une surdité significative et nécessitant des services d'adaptation et de réadaptation : 57 000 personnes*
- *Personnes devenues sourdes (bruits du travail, maladies, etc.) : 41 000 personnes*
- *Personnes sourdes : 7 500 personnes*
- *Personnes malentendantes : 7 500 personnes*

Source : Centre québécois pour la déficience auditive

2.2 La culture sourde

La culture sourde est encore méconnue par la majorité des entendants qui ne sont pas familiers à ce monde. Voici la définition provenant de la Société canadienne de l'Ouïe :

Définition de la culture sourde

La culture sourde est basée sur la langue des signes, les valeurs, les traditions et les normes de comportement spécifiques à la communauté sourde. La culture sourde offre un fort sentiment d'appartenance et possède un point de vue socio-culturel de la surdité plutôt qu'une perspective pathologique.

Les sports des sourds ont longtemps été un lieu de rassemblement pour la communauté sourde. Ainsi réunies, les personnes sourdes pouvaient relever de nouveaux défis et recevoir du soutien de leurs pairs. La facilité de la communication liée à l'utilisation de la langue des signes parmi tous les acteurs crée une belle opportunité pour grandir en tant qu'individu et membre de la communauté.

Il est très important de ne pas oublier que les personnes sourdes ne vivent pas toutes les mêmes situations. Certaines s'identifient à la communauté sourde alors que d'autres s'identifient à la culture entendante, d'autres s'identifient aux deux communautés/cultures. D'autres ne savent tout simplement pas que la communauté sourde existe et qu'il y a une culture sourde qui s'y rattache. C'est pourquoi il est important de prendre le temps de connaître les besoins de chaque personne sourde.

2.3 Les mythes concernant la surdité

Les mythes ne sont généralement pas de mauvaise volonté et peuvent se corriger par les faits. En voici quelques uns :

Quelques exemples de mythes

- *Le degré de la perte auditive est le même pour toutes les personnes sourdes ou malentendantes.*
- *Une personne sourde ou malentendante peut comprendre à 100 % avec la lecture labiale.*
- *Les aides auditives et les implants cochléaires permettent de pouvoir entendre comme une personne entendante.*
- *Une personne entendante qui crie permet de faire passer le message plus facilement pour la personne sourde.*
- *Les personnes sourdes ne peuvent pas parler ou utiliser leur voix.*
- *La langue des signes est un mime et des gestes.*
- *La langue des signes est une langue universelle.*

*Il ne faut toutefois pas oublier de mentionner que 10% de la population sourde est aussi atteinte de rétinite pigmentaire, soit le Syndrome d'Usher (Surdité et rétinite pigmentaire). Ces personnes, en plus d'être des sourdes, sont atteintes d'une maladie dégénérative des yeux. Leur champ visuel rétrécit avec le temps. Le degré de vision varie selon chaque personne. Ces personnes fréquentent naturellement la communauté sourde. Ces personnes ont des besoins différents énumérés un peu plus loin dans ce document-ci.

Dans les sports des sourds, comme dans la vie, l'adaptation devient la clé. Le succès permet de surmonter les mythes et les barrières. Une partie de ceci se produit de façon biologique. Les études ont démontré que les personnes sourdes utilisent leur cerveau différemment que celles qui ne sont pas sourdes, afin de produire une capacité d'assimilation d'informations visuelles ainsi qu'une conscience somatosensorielle accrue (toucher, température, position corporelle) (Karns, Dow & Neville, 2012). Ce développement de leurs rétines aide à expliquer la vision périphérique supérieure développée par certaines personnes sourdes (Codina et al, 2011). Peu importe l'adaptation biologique du cerveau, il est tout aussi important pour la réalisation de l'activité sportive d'adapter les approches et programmes afin que les participants sourds puissent interagir pleinement et en bénéficier. Ces adaptations ne seront pas tellement de nature biologique mais relèveront par exemple des domaines de la communication, des interactions sociales, de l'acquisition de compétences et du perfectionnement.



Crédit photo: Jason Theriault (ASSQ)

3. Communication

3.1 Les stratégies de communication

La manière dont la personne sourde s'adaptera à un environnement sportif dépend de ses antécédents et de son réseau de soutien. Les moyens de communication dans la communauté sourde sont très diversifiés. Il y a les individus oralistes (lecteurs labiaux), certains d'entre eux sont malentendants et d'autres sont sourds, certains utilisent leur propre voix pour s'exprimer. À l'inverse, il y a des sourds ou malentendants qui utilisent la langue des signes américaine (ASL) ou la langue des signes québécoise (LSQ¹). Peu importe la langue et les moyens de communication utilisés, il est important que leurs besoins soient rencontrés. Négliger de faire ceci risque d'apporter un impact social négatif sur la personne sourde, avec des conséquences psychologiques liées à la déception et la méfiance, ainsi que des dangers physiques dû aux malentendus.

Dans un contexte sportif entièrement sourd, la communication entre les personnes impliquées viendra plus facilement. L'environnement adapté permettra à l'information d'être reçue

¹ L'ASL et la LSQ sont les langues signées dominantes utilisées au Canada

visuellement. Il peut aussi y avoir un contact avec des non-signeurs comme par exemple avec des arbitres et des employés entendants.

Lorsque les personnes sourdes se trouvent parmi ceux qui peuvent entendre, ils réussissent à comprendre les directives de leurs professeurs, de leurs coéquipiers et des employés de diverses façons. La communication directe avec l'interlocuteur est toujours préférable. La langue des signes peut être utilisée par l'entraîneur ou par un interprète qualifié. La lecture labiale, l'écriture ou les gestes sont des possibilités additionnelles. Au sein d'une équipe ou dans une situation de groupe, une seule personne devrait parler à la fois. Autant dans les sports individuels que dans les sports d'équipe, il faut maintenir des champs de vision pour permettre à tous de se voir et il est important de développer des « raccourcis » de communication.

N'oubliez pas :

- Que la vue est l'un des meilleurs récepteurs d'information d'une personne sourde ou malentendante (sauf pour ceux atteints du Syndrome d'Usher) ;
- Que la lecture labiale exige un grand effort de concentration ;
- Que la compréhension est difficile si la personne est stressée, fatiguée ou malade ;
- Que certaines personnes pourraient faire semblant qu'elles ont compris alors que ce n'est pas le cas ;
- Qu'en matière de bonne communication, il faut valider l'information en demandant ce que la personne a compris et pas seulement si elle a compris.

Il est recommandé que l'entraîneur, le professeur ou le moniteur se familiarise avec la communication et sensibilise ensuite le groupe aux différentes stratégies de communication pour faciliter l'intégration de la personne sourde et la communication avec elle. La patience peut être de mise si la communication prend plus de temps, mais à la fin elle aura valu l'effort. Il ne faut pas hésiter à répéter ou à reformuler l'information lorsque la personne sourde le demande.

Dans le cadre de ses programmes sportifs et d'activités physiques, l'ASSQ privilégie d'abord l'embauche d'entraîneurs, professeurs ou moniteurs sourds ou entendants qui maîtrisent la langue des signes québécoise (minimum de niveau 4). L'ASSQ encourage ses contractuels de connaître la LSQ (ou l'ASL) afin d'avoir une communication directe avec les participants sourds ou malentendants. Dans le cas où cela n'est pas possible, un interprète est automatiquement embauché pour assurer la communication entre le responsable et les participants.

Plus spécifiquement en lien avec l'enseignement à l'intérieur des programmes, ces trucs pourraient être utiles :

- Donnez des explications théoriques courtes et brèves si nécessaire ;
- Démontrez davantage par des exemples concrets (démonstration);
- Les personnes sourdes sont d'abord visuelles, n'hésitez pas à exécuter le mouvement à plusieurs reprises s'il le faut;
- Dans le cas des programmes d'activités physiques de groupe, mettez-vous dos au groupe et face au miroir s'il y a lieu, dans le cas où il n'y a pas de miroir mettez-vous face à eux ;

- L'activité physique étant souvent un lieu de rassemblement entre personnes sourdes pour socialiser, n'hésitez pas à les discipliner si cela vous dérange ou dérange les autres participants ;
- Agissez avec les personnes sourdes ou malentendantes exactement comme vous le feriez avec d'autres participants. Ces personnes n'en sont pas moins capables : il n'y a aucune excuse à la pratique d'un sport ou d'une activité physique.

À retenir

- *Reformulez votre pensée plutôt que de répéter mot à mot.*
- *Faites des phrases complètes. Ne hachez pas vos phrases.*
- *Regardez la personne lorsque vous lui parlez même s'il y a d'autres individus autour.*
- *Assurez-vous que la personne vous regarde lorsque vous lui parlez et qu'elle ne lit pas un document que vous lui montrez. Elle ne peut pas faire les deux choses en même temps.*
- *Ne bougez pas trop la tête et ne vous déplacez pas en parlant, cela nuit à la lecture labiale.*
- *Faites des signes naturels afin de compléter l'information.*
- *Assurez-vous de la compréhension de la personne en posant des questions et complétez au besoin.*
- *Avisez la personne que vous changez de sujet.*
- *Au besoin, ayez recours à l'écrit pour transmettre de l'information importante.*
- *Respectez le rythme de la personne, soyez patient, ce qui réduira son anxiété et facilitera sa compréhension.*
- *Pour assurer une compréhension optimale, ayez recours à un interprète, tant pour vous que pour la personne sourde/malentendante.*

Source : Centre québécois pour la déficience auditive

Dans le cas des personnes atteintes du Syndrome d'Usher :

- Assurez-vous que la pièce est bien éclairée ;
- Désignez une autre personne qui pourrait aider la personne en cas de besoin (pour aller chercher du matériel à l'autre bout de la pièce par exemple);
- Assurez-vous qu'il y ait un périmètre sécuritaire autour de la personne. Ne pas oublier que la personne voit juste devant elle et non à ses côtés ;
- Assurez-vous qu'il n'y ait pas d'objets sur le plancher, la personne pourrait trébucher ;
- Souvent les personnes atteintes du Syndrome d'Usher ont des problèmes d'équilibre.

3.2 Le rôle de l'interprète

Les interprètes sont une ressource très importante, ils permettent d'assurer une communication claire et complète entre les personnes sourdes et le professeur. Un interprète doit être capable de s'adapter à l'environnement des participants. Par exemple, durant les cours, l'interprète doit être capable de suivre et doit bien connaître les vocabulaires du programme d'activité physique pour être en mesure de faire une traduction fidèle et claire. Prévoyez quelques minutes avant chaque cours pour l'informer du contenu du cours. Habituellement, un interprète s'installe à côté du professeur et il se place devant les personnes sourdes.



Crédit photo : Jason Theriault (ASSQ)

4. Conclusion

L'ASSQ souhaite que cet outil permettra d'accompagner les professeurs pour les aider à mieux comprendre les besoins particuliers des personnes sourdes et à mieux les encadrer dans l'objectif d'optimiser les bienfaits de l'activité physique et de les garder dans cette voie-là. Malgré les différences entre les participants sourds et les entendants, les besoins en activité physique demeurent les mêmes.



5. Bibliographie

Document “Long-Term Athlete Development” de l’Association des sports des Sourds du Canada, p.6-12 et p.26-39

Institut Raymond-Dewar : <http://raymond-dewar.qc.ca/langue-des-signes/culture-sourde/?s=74>

Centre québécois pour la déficience auditive : <http://www.cqda.org/>

Au Canada, le sport est pour la vie : <http://www.canadiansportforlife.ca/fr/learn-about-canadian-sport-life/ltad-stages>