

Troubles de santé mentale

But du guide

Ce guide a été rédigé par le secteur du Soutien aux étudiants en situation de handicap du Service aux étudiants afin d'offrir de l'information pratique et de faciliter le travail des enseignants avec les étudiants en situation de handicap à HEC Montréal.

Soutien aux étudiants en situation de handicap

Service aux étudiants

Tél. : 514 340 6166 (secrétariat)

sae.integration@hec.ca

www.hec.ca/etudiant_actuel/handicap

Soutien aux étudiants en situation de handicap

En accord avec la [Politique d'intégration des personnes en situation de handicap](#) (PDF - 101 Ko), le Service aux étudiants a pour mission de soutenir les étudiants en situation de handicap dans leur projet d'études.

Nous offrons aux étudiants une aide individuelle et des services personnalisés :

- Soutien pour le recrutement de personnes-ressources (preneur de notes, accompagnateur, interprète, lecteur, etc.)
- Adaptation des documents en médias substituts (impression en gros caractères, transcription en braille, enregistrement audio, etc.)
- Mise en place des accommodements pour la passation des examens (temps supplémentaire, isolement, pauses, etc.)
- Référence à des personnes-ressources ou à des organismes.
- Soutien pour l'intervention auprès des enseignants si requis.
- Soutien pour les demandes d'aide financière.
- Ateliers de soutien aux études.
- Achat et prêt d'équipements (matériel, logiciels spécialisés, etc.)
- Etc.

Soutien aux enseignants

Les enseignants sont en contact direct avec les étudiants en situation de handicap et se sentent parfois seuls face à une situation qui leur apparaît compliquée.

Nous sommes présents pour vous accompagner lorsque vous rencontrez des étudiants en situation de handicap. Ainsi, pour toute question ou demande d'aide, n'hésitez pas à nous contacter :

Soutien aux étudiants en situation de handicap

Service aux étudiants

Tél. : 514 340 6166 (secrétariat)

sae.integration@hec.ca

www.hec.ca/etudiant_actuel/handicap

De plus, n'hésitez pas à référer l'étudiant vers [le Service aux étudiants](#) ! De nombreuses ressources sont disponibles pour lui venir en aide.

Conseils d'ordre général

- **Prêtez attention à la personne plutôt qu'à sa déficience.**
- **Adressez-vous directement à la personne...** plutôt qu'à la personne qui l'accompagne ou qui l'assiste.
- **Parlez d'une voix normale.** Les gens ont souvent tendance à parler très fort ou très lentement à une personne ayant une déficience, ce qui peut être très insultant. Si la personne a de la difficulté à vous entendre, elle vous le dira.
- Il est préférable **d'éviter l'emploi de termes qui réfèrent à la déficience** (fou, dingue, déprimé, etc.) alors que l'on parle en réalité de la personne. Sont aussi à éviter les expressions empreintes de pitié, de peur, ou de condescendance. N'utilisez pas des termes du langage familier qui sont abaissants.

À éviter	À favoriser
Un handicapé, un invalide	Une personne handicapée
Représenter les personnes handicapées qui font des activités normales de la vie quotidienne comme des « super héros »	Décrire la personne handicapée comme un homme ou une femme à part entière
Un fou, un dingue, un aliéné, un névrosé, un maniaque, un psychotique, un schizophrène, etc.	Personnes ayant des problèmes graves de santé mentale

Mythes, préjugés et réalités

Vous trouverez ci-dessous quelques exemples de mythes et préjugés. Ils peuvent engendrer des comportements inadéquats qui peuvent devenir des obstacles de taille pour les personnes ayant des déficiences fonctionnelles.

Les accommodements accordés aux étudiants en situation de handicap diminuent la valeur du diplôme et la réputation de HEC Montréal.

Un accommodement signifie adapter la manière de procéder habituelle afin que l'étudiant en situation de handicap puisse avoir une chance égale aux autres étudiants de suivre un programme universitaire.

- Un accommodement ne diminue aucunement les normes académiques. Les objectifs de la formation universitaire ne sont pas négociables.
- Un accommodement n'enlève pas la responsabilité de l'étudiant en situation de handicap de développer les habiletés et les connaissances essentielles attendues de la part de tous les étudiants.

Les étudiants handicapés profitent de leur déficience pour se la couler douce.

Le Service aux étudiants veille consciencieusement à ce que les accommodements académiques demandés pour un étudiant ne constituent en aucun cas un privilège par rapport à leurs collègues. Il faut savoir que certaines déficiences sont invisibles en apparence et cela constitue

souvent un obstacle supplémentaire pour les personnes qui en sont atteintes. En plus de devoir fonctionner différemment des autres, elles doivent convaincre leur entourage de la réalité de leur handicap.

Les étudiants ayant une limitation fonctionnelle diagnostiquée par une évaluation adéquate bénéficient d'accommodements scolaires visant à pallier leur limitation fonctionnelle sans modifier les exigences de réussite de leur programme d'étude. Ce sont plutôt les modalités d'évaluation qui peuvent être adaptées.

Les accommodements durant les études empêchent la personne ayant une déficience de faire face aux obstacles qu'elle rencontrera sur le marché du travail.

Un des obstacles qu'une personne en situation de handicap rencontre durant ses études est précisément le contexte d'étude qui inclut des délais rapides et fréquents, des travaux écrits, des examens, des évaluations, etc. Les personnes en situation de handicap ont généralement développé des habiletés spécifiques leur permettant d'accomplir des tâches que nous-mêmes jugerions impossibles dans leur condition. Enfin, le fait qu'elles réussissent des études universitaires, malgré les obstacles de leur déficience, en dit long sur leur persévérance, leurs habiletés de résolution de problèmes et leur ténacité à atteindre les objectifs qu'elles se sont fixés. Ces capacités ne sont pas négligeables aux yeux d'un employeur.

Les personnes atteintes de maladie mentale sont pauvres ou moins intelligentes.

De nombreuses études démontrent que la plupart des personnes ayant une maladie mentale sont dotées d'une intelligence moyenne ou supérieure à la moyenne. La maladie mentale, comme la maladie physique, peut toucher n'importe qui, peu importe le niveau d'intelligence, la classe sociale ou le revenu.

La maladie mentale est causée par une faiblesse personnelle.

Une maladie mentale n'est pas un défaut de caractère. C'est une maladie, et elle n'a rien à voir avec une faiblesse ou un manque de volonté. Bien que les personnes atteintes de maladie mentale jouent un rôle important dans leur rétablissement, elles n'ont pas choisi d'être malades et ne doivent pas être jugées paresseuses parce qu'elles ne peuvent tout simplement pas « se secouer ».

Les personnes ayant un trouble de santé mentale sont violentes et dangereuses.

En réalité, en tant que groupe, les personnes atteintes de maladie mentale ne sont pas plus violentes que n'importe quel autre groupe. Les chercheurs ont été incapables de démontrer clairement qu'il existe un lien de cause à effet entre la maladie mentale et la violence.

Quoi qu'il en soit, il arrive souvent que les personnes souffrant de maladie mentale soient présentées comme des personnes imprévisibles et dangereuses. Cette opinion provient principalement des médias, probablement mal renseignés.

En fait, ces personnes sont beaucoup plus susceptibles d'être victimes d'actes de violence que d'être elles-mêmes violentes. S'il est vrai que certains types de maladie mentale peuvent prédisposer le malade à la violence, seul un groupe très restreint de personnes sont ainsi touchées. En fait, les personnes atteintes entre autres de schizophrénie ont beaucoup plus tendance à se replier sur elles-mêmes et à s'infliger du mal qu'à en faire aux autres.

Qu'est-ce qu'un trouble de santé mentale?

Les troubles de santé mentale réfèrent à des problèmes qui sont persistants et qui ont des répercussions importantes sur le fonctionnement global de la personne (ex : trouble anxieux, trouble bipolaire, schizophrénie, trouble obsessionnel-compulsif, dépression, etc.).

Un trouble de santé mentale perturbe considérablement la manière dont se sent, pense et réagit la personne face à son entourage. Il peut occasionner des difficultés qui ont un impact direct sur les études universitaires : difficulté à se concentrer, problème de mémoire, difficulté dans la planification et l'organisation, fatigue, trouble du sommeil, humeur instable, sensibilité au stress et difficulté à le gérer, idées suicidaires, etc.

Même si l'expérience de chaque individu est unique, les personnes ayant une maladie mentale partagent certaines caractéristiques communes. Plusieurs prennent des médicaments ayant des effets secondaires tels que des étourdissements, des nausées, des tremblements, de la fatigue et des difficultés à se concentrer. Considérant la nature imprévisible et fluctuante de leur maladie, il est possible que leur performance scolaire soit inconstante et qu'elle ne reflète pas leurs véritables capacités.

Plusieurs [accommodements](#) sont possibles pour venir en aide à l'étudiant ayant un trouble de santé mentale.

Pour en savoir plus sur le trouble de santé mentale, [visitez le site Internet du Soutien aux étudiants en situation de handicap](#).

Accommodements possibles pour les études

Il est souhaitable qu'enseignants et étudiants s'entendent clairement sur leurs attentes respectives, et ce, dès le départ.

En classe

- **Faites preuve de discrétion et respectez la confidentialité de l'information transmise au sujet d'un étudiant pour ne pas éveiller des a priori négatifs et des préjugés de la part des autres étudiants et pour ne pas conduire à un sentiment d'embarras chez l'étudiant concerné.**
- Pour les travaux longs ou les examens maison, il peut être recommandé d'accorder plus de temps à l'étudiant.
- Si l'étudiant a besoin d'être hospitalisé ou de marquer un temps d'arrêt, cela ne signifie pas nécessairement que sa formation ne pourra pas être complétée ou qu'elle doit être reportée à plus tard. Faites preuve de tolérance.

Prise de notes

Les troubles de santé mentale eux-mêmes, ou les effets secondaires de la médication entraînent souvent des difficultés de concentration qui nécessitent parfois le recours à un service de prise de notes :

- L'étudiant peut demander à faire usage d'un enregistreur; il s'agit alors de convenir de sa discrétion quant à l'usage ultérieur.

- L'étudiant peut avoir recours à un preneur de notes, habituellement un ou une camarade de classe. Notre [bureau de soutien aux étudiants en situation de handicap](#) aide à l'embauche d'une personne.

Lecture

Il est possible que l'étudiant bénéficie d'un service d'enregistrement audio des documents à lire dans le cadre du cours pour pallier ses difficultés de concentration associées à son trouble mental ou aux effets secondaires d'un médicament.

- Compte tenu des délais d'enregistrement audio des documents, vous devrez fournir à l'avance à l'étudiant la liste des lectures pour le cours et l'échéancier qui s'y rattache.
- En raison des coûts associés à la production des documents en médias substitués, vous êtes encouragé à rationaliser la liste des ouvrages essentiels pour le cours.

Notre [bureau de soutien aux étudiants en situation de handicap](#) s'occupe de faire enregistrer les documents en format audio.

Sources

- Centre d'aide aux étudiants, [Guide pédagogique : les troubles mentaux](#), Université Laval, Québec, 2010, p.2.
- Centre d'aide aux étudiants. En ligne, [Mythes, préjugés et réalités](#), Université Laval, Québec.
- BOUCHER Julien, *Pour une éthique de l'égalité des chances*, Fédération étudiante collégiale du Québec (FECQ), Québec, 2011, p.62 à p.63.
- Service aux étudiants et étudiantes ayant un handicap, [Guide des professeures et professeurs](#), Université de Moncton, Moncton, 2011, p.5 et p.18.
- Centre d'aide aux étudiants. En ligne, [Comment réagir ?](#), Université Laval, Québec.