

### Handicap mental, handicap psychique

Quelques définitions	P 1
Quelques caractéristiques et particularités	P 1
La prise en charge	P 2
Quelles APS proposées	P 2

### Sommaire :

Découvrez dans cette fiche les caractéristiques principales des personnes, les modes de prises en charge et les activités physiques pouvant être proposées.

## Quelques définitions :

Nous sommes ici en présence de 2 handicaps différents qui cependant, se rejoignent par des atteintes des fonctions supérieures. À l'intérieur de ces 2 types de handicap, on trouve différentes déficiences et troubles (intellectuelles, psychiques et comportementaux).

La déficience intellectuelle :

On peut la définir par 2 choses fondamentales : un retard mental plus ou moins important (QI<70) et des limitations dans le comportement adaptatif (difficultés à s'adapter aux situations nouvelles). Cette déficience a des origines génétiques ou périnatales. Aussi pour parler de déficience intellectuelle, il faut que les troubles et déficit apparaissent dans la période de 0 à 18 ans.

Les troubles psychiques :

On notera ici, une perturbation de l'équilibre psychologique qui amène des conduites qui deviennent difficilement compréhensibles par l'entourage. Il peut y avoir des troubles qui affectent les mécanismes de la pensée, de l'affectivité ou du comportement. Dans ce type de troubles, les facultés intellectuelles sont préservées. De plus, l'apparition et la disparition des troubles peuvent se faire à différents âges.

Les troubles du comportement et de la conduite :

Ces troubles se définissent par une dégradation des relations de la personne avec son entourage. Ici les personnes remettent en cause les normes sociales et négligent les droits d'autrui. Ces troubles résultent bien souvent d'une souffrance psychique.



Lutte division 1 à la  
F.F.S.A. : crédit photo  
F.F.S.A.



Basket activités motrices à la  
F.F.S.A. : crédit photo F.F.S.A.

## Quelques caractéristiques et particularités :

Quelques soit la déficience ou le trouble, l'expression du handicap sera différente suivant la personne. Cependant, plusieurs caractéristiques communes seront à relever dans les différents types de handicap.

La déficience intellectuelle :

Chez les personnes déficientes intellectuelles on peut remarquer un retard dans le développement psychomoteur (ex : schéma corporel partiellement acquis). On peut ajouter à cela des difficultés à accéder à l'imaginaire, des difficultés dans les apprentissages, dans le développement sensoriel, de la mémoire, une hypotonie musculaire et hyperlaxité articulaire. On peut ajouter des troubles instrumentaux (moteur, sensoriel...)

Les troubles psychiques :

Ce que l'on peut remarquer chez les personnes touchées de ces troubles : un repli sur soi-même, un certain égocentrisme, des insomnies, de l'anxiété, de l'agressivité et des sauts d'humeur. À cela on peut ajouter des difficultés pour ces personnes à affronter la réalité, à s'adapter aux changements. Ils peuvent avoir des pensées suicidaires.

Les troubles du comportement :

Dans ce groupe, on trouvera souvent des personnes qui sont agitées ou inhibées, avec un faible pouvoir attentionnel. En règle générale, ils ont des comportements violents et antisociaux (dégradation, sadisme...). Ils peuvent aussi avoir des tendances suicidaires.

## La prise en charge :

Quel que soit le type de déficience, il faut réaliser une évaluation pluridisciplinaire. Avec celle-ci, il s'agit de proposer un projet qui soit individualisé et adapté aux potentialités et désirs de la personne. Le but essentiel est d'harmoniser les dissonances et de permettre une augmentation de l'autonomie. Il y a des particularités à noter en fonction de la déficience. Pour la déficience intellectuelle il est nécessaire d'utiliser un langage simple, de s'assurer que le message est compris et il faut les solliciter. Pour les troubles psychiques, il est important de rester calme face aux comportements de la personne. Il faut accepter la personne telle qu'elle est, et surtout observer. Pour les troubles du comportement, l'important est de faire admettre les normes sociales et proposer des situations socialisantes.

## Quelles APS proposées :

Dans ces déficiences presque toutes les activités physiques et sportives peuvent être proposées (Activités motrices, activités gymniques, activités d'opposition duelle ou sports collectifs, il n'y a pas de contre-indication. Cependant, il convient de connaître les personnes pour proposer des APS adaptées aux capacités de chacun. Une attention particulière est à porter sur les activités qui pourraient être angoissantes pour la personne. Enfin, les activités physiques sont des moyens d'intégration et d'amélioration de la santé des personnes en situation de handicap.

## Logos



## Sites Internet, contacts et références

### Sites internet :

[www.ffsa.asso.fr](http://www.ffsa.asso.fr)

[www.handiguide.gouv.fr](http://www.handiguide.gouv.fr)

[www.creps-centre.jeunesse-sports.gouv.fr](http://www.creps-centre.jeunesse-sports.gouv.fr)

[www.handicap.gouv.fr](http://www.handicap.gouv.fr)

[www.unapei.org](http://www.unapei.org)

[www.unafam.org](http://www.unafam.org) (livret accueil & accompagnement des personnes en situation de handicap psychique sur <http://www.unafam.org/telechargements/livret-UNCCAS-handicap-psychique.pdf>)

### Quelques livres à lire :

Zribi, G./ Chapellier, J-L.—*Penser le handicap mental*.—Editions ENSP, 2005

Benarosch, J. / Philip, C.—*Vivre avec un handicap psychique*.—Histoires de vie —CNEFEI—2è édition—2004.

Wacjman, C.—*Adolescence et troubles du comportement en institution*.- 2e édition.—Dunod—2007

UNAPEI—*Livre blanc pour une pratique du sport et des activités physiques adaptée* -Les cahiers de l'UNAPEI- 2001.

BRUNET, F. / MAUTUIT, D.— *Dossiers EPS n° 60, Activités physiques adaptées aux personnes déficientes intellectuelles*—revue eps—2003.

NINOT, G./ PARTYKA, M.—*Dossiers EPS n°73, 50 bonnes pratiques pour enseigner les APA*—revue eps—2007.