

erg-go!

LOISIR

ET SI LES PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE
POUVAIENT AUSSI DANSER, CHANTER ET FAIRE DU THÉÂTRE?

AOÛT 2022



ET SI LES PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE POUVAIENT AUSSI DANSER,
CHANTER ET FAIRE DU THÉÂTRE?

VÉRONIQUE ROCHON, erg. M.Sc. [20-004] et
CAMILLE GAUTHIER-BOUDREAU, erg. PhD. [13-045]

VÉRONIQUE EST ERGOTHÉRAPEUTE EN PÉDIATRIE AU CIUSSS DE L'ESTRIE – CHUS.

CAMILLE, ERGOTHÉRAPEUTE DEPUIS PLUSIEURS ANNÉES, EST PROFESSEURE À L'UNIVERSITÉ DE TROIS-RIVIÈRES.

« [Mon enfant] revenait de [l'organisme], quand on le mettait en pyjama, il commençait à fredonner [et] on la reconnaissait la chanson » (le parent de Lily). Cet enfant est Lily, une adulte présentant une déficience intellectuelle (DI) profonde. Êtes-vous étonnés que Lily puisse fredonner l'air d'une chanson alors qu'elle n'est pas en mesure de s'alimenter seule? Comment se fait-il qu'elle ne dise pas un mot, mais qu'elle produise des sons mélodieux? C'est, en grande partie, grâce aux activités artistiques.

LE POUVOIR DES ACTIVITÉS ARTISTIQUES

Les activités artistiques favorisent l'expression de soi, des pensées ainsi que des émotions. Effectivement, comme le mentionne Francine, présentant une DI légère : « *La musique, c'est thérapeutique quand tu vis des choses. Moi, j'ai toujours été portée à écouter de la musique, ça me donne de la force de continuer, de ne pas lâcher et de continuer* ». Les activités artistiques, telles que la musique, la danse et le théâtre, permettent d'entrer en communication d'une manière différente, d'encourager une meilleure cohésion de groupe ainsi que de favoriser le développement de l'estime de soi et des capacités physiques, cognitives et sociales. Ce dernier bénéfice est particulièrement important puisque « *vous avez tous ça des amis vous autres [personnes neurotypiques], [Lily] aussi a des amis* » (parent de Lily). Les personnes présentant une DI ont peu de contacts sociaux, principalement à l'âge adulte, lorsqu'elles ne vont plus à l'école.

AVOIR UNE DI APRÈS 21 ANS

Effectivement, au Québec, les personnes ayant une DI ne peuvent plus fréquenter l'école spécialisée lorsqu'elles atteignent 21 ans. Puisqu'elles ont accès à peu d'options d'activités adaptées, leur vie adulte rime souvent avec une prise de poids, une perte des capacités acquises à l'école et l'apparition de difficultés comportementales. De plus, les intervenants des centres d'activités de jour, qui sont les principaux milieux qui les accueillent à l'âge adulte, peinent à offrir des activités qui font du sens pour les

personnes présentant une DI et qui permettent le maintien de leurs capacités. Effectivement, le manque de financement et d'intervenants qui connaissent le potentiel des personnes présentant une DI sont deux obstacles majeurs à une vie adulte satisfaisante. Pourtant, « *ce n'est pas parce qu'ils sont rendus adultes qu'il ne se passe plus rien dans leur vie. C'est là aussi qu'ils ont vraiment besoin de s'extérioriser et d'avoir des gens avec qui échanger pis faire des choses* » (un parent). Les activités artistiques sont donc une avenue intéressante pour leur permettre de vivre des activités stimulantes et de continuer de développer leur potentiel malgré l'arrêt de leur fréquentation scolaire.

ET SI LILY DANSAIT ET QUE FRANCINE JOUAIT UN PERSONNAGE?

C'est donc dans ce contexte que des activités de théâtre, de danse et de musique ont été offertes à des adultes présentant une DI, de tout niveau, de septembre 2019 à mars 2020. Une équipe de recherche de l'Université de Sherbrooke a documenté les retombées des activités artistiques pour ces adultes par la réalisation d'entrevues auprès de six personnes présentant une DI, six parents, quatre responsables de l'animation des ateliers artistiques et du coordonnateur de l'organisme communautaire ainsi que par un groupe de discussion avec trois intervenants de l'organisme. Les propos ont été analysés par deux membres de l'équipe de recherche indépendamment afin de repérer les thèmes émergents liés aux retombées des activités.

ET SI LES PERSONNES AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE POUVAIENT AUSSI DANSER,
CHANTER ET FAIRE DU THÉÂTRE?

« MON CERVEAU SE RÉVEILLE, IL TRAVAILLE »

Les activités artistiques ont eu des retombées positives pour les personnes présentant une DI. Effectivement, une augmentation du niveau d'éveil a été notée. Par exemple, dans l'activité de musique, une personne présentant une DI profonde avait les yeux ouverts et réagissait en bougeant son tronc ainsi que ses jambes alors qu'habituellement, cette personne dort une bonne partie de la journée.

FAIRE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE TOUT EN S'AMUSANT

De plus, les activités artistiques leur ont permis de bouger et d'être actifs pendant une longue période de temps. Il est important de noter que, pour certaines personnes présentant une DI, le concept de faire de l'activité pour « simplement » rester en forme fait peu de sens et ne leur apporte pas de plaisir. Le fait d'ajouter un élément plaisant que ce soit de danser sur de la musique ou d'incarner un personnage qui doit marcher était grandement plus motivant pour eux d'autant plus, car « *Ils bougeaient sans s'en rendre compte* » (responsable d'atelier).

LEUR MOMENT DE GLOIRE

Finalement, une des retombées les plus significatives de ces activités artistiques est le sentiment de fierté des personnes présentant une DI. Elles étaient enfin considérées et au cœur de l'action comme le mentionne ce responsable d'atelier : « *Dans les yeux d'un des participants, un sentiment de grande fierté [...] et tout le monde l'a applaudi à la fin et tu aurais vu dans son regard... Elle avait les yeux qui brillaient comme une enfant de « Oh wow, j'ai fait ça » et c'était vraiment... Elle était fière d'elle et en même temps surprise d'avoir réussi. [...] Ça se voyait que ce n'était pas quelqu'un qui est mise à l'avant souvent et donc, du coup, tu voyais à travers ses yeux « Wow, enfin, c'est moi »* ».

Ce sentiment de fierté a été soulevé par plusieurs parents qui voyaient leur enfant heureux et qui découvraient de nouvelles forces chez celui-ci. Une mère d'un jeune adulte présentant une DI profonde a d'ailleurs verbalisé que « *c'est rare, mais je trouvais qu'il avait l'air fier. Comme un sentiment de recon-*

naissance de ses capacités et de ce qu'il fait ».

UNE EXPÉRIENCE INOUBLIABLE

Une chose est certaine, cette expérience restera gravée dans leur cœur et dans celui de tous ceux et celles ayant observé leur excitation à l'arrivée des responsables des activités, leur sourire quand ils se rendaient compte qu'ils avaient joué la bonne note et les lumières dans leurs yeux quand ils participaient tous ensemble à créer des souvenirs inoubliables.

Le potentiel de Lily et de Francine a enfin été reconnu à leur juste valeur. Elles furent les actrices principales de leur vie, les vedettes d'une histoire où chacun est le héros.

Pour joindre l'auteure :
veronique.rochon@usherbrooke.ca

Crédits photos :
Unsplash_Photographe Laura Fuhrman