



Guide à l'attention des parents pour le soutien aux frères et sœurs

Special Olympics



«La façon dont[les enfants ayant une déficience intellectuelle] entretiennent des relations avec leurs frères et sœurs est différente de la façon dont j'entretiens des relations avec mon enfant en tant que mère. Pour moi, je suis peut-être encore plus protecteur, mais [les frères et sœurs] les ont laissés grandir, les ont nourris. Ils les exposent à d'autres jeunes qui leur ressemblent... En tant que parents, nous pourrions être limités et nous pourrions avoir nos propres idées, de sorte que les frères et sœurs pour nous, je dirais, sont des vecteurs de changement.»

Millicent Palo

Coordonnatrice Régionale des Familles
de Special Olympics Kenya

Le but de ce guide est de fournir aux parents d'enfants souffrant d'une déficience intellectuelle (DI) des stratégies pour soutenir leurs autres enfants sans DI. Les frères et sœurs des personnes présentant une déficience intellectuelle (DI) peuvent être confrontés à un certain nombre de défis lorsqu'ils grandissent. Il est important pour les parents d'être en mesure de reconnaître et de relever ces défis. Dans ce manuel, nous identifions des stratégies pour vous aider à soutenir tous vos enfants. De plus, ce guide fournit en annexe des renseignements supplémentaires sur les avantages de l'engagement fraternel pour les parents, la compréhension de la déficience intellectuelle et un aperçu de Special Olympics.

Special Olympics peut soutenir toute votre famille, y compris vos enfants ne présentant aucune DI. Le [Guide pour l'engagement des jeunes frères et sœurs](#) fournit aux frères et sœurs âgés de 8 à 25 ans des moyens de participer au programme Special Olympics. Pour commencer, partagez cette ressource avec vos enfants !

Une histoire digne d'inspiration

Les frères et sœurs des personnes atteintes d'une DI peuvent développer des liens solides avec leurs autres frères et sœurs. Ils peuvent aussi devenir des défenseurs à vie des personnes atteintes d'une DI. Par exemple, Rosemary Kennedy, qui présentait une DI, a inspiré sa sœur Eunice Kennedy Shriver à fonder Special Olympics. Malgré la discrimination dont elles ont été victimes tout au long de leur enfance, les deux sœurs ont toujours été ensemble. Ils pratiquaient souvent le sport ensemble et avec leur famille. Eunice a vu que le sport pouvait être un terrain d'entente pour unir les gens. En 1962, elle s'est inspirée de cette idée pour ouvrir un camp dans son jardin pour les personnes ayant une DI, nommé Camp Shriver. Au fil du temps et avec le soutien de sa famille, elle a fait de Camp Shriver l'organisation internationale qu'elle est aujourd'hui : Special Olympics.



Eunice et Rosemary, à droite, posent sur un bateau alors qu'elles font ensemble leur premier tour d'Europe

Expériences fraternelles

L'histoire d'Eunice et Rosemary montre le pouvoir des liens fraternels. Cependant, chaque relation entre frères et sœurs est différente. L'âge, le sexe, le handicap et d'autres facteurs peuvent influencer sur la dynamique des frères et sœurs. La plupart des relations fraternelles comportent des expériences positives et stimulantes. Ces expériences peuvent inclure :

 Avoir un lien émotionnel fort avec leur frère ou sœur atteinte d'une DI | éprouver du ressentiment à l'égard de leur frère ou sœur atteinte d'une DI

 Faire preuve de beaucoup de patience et de compréhension | Avoir le sentiment qu'ils doivent être plus matures et responsables que les autres jeunes du même âge

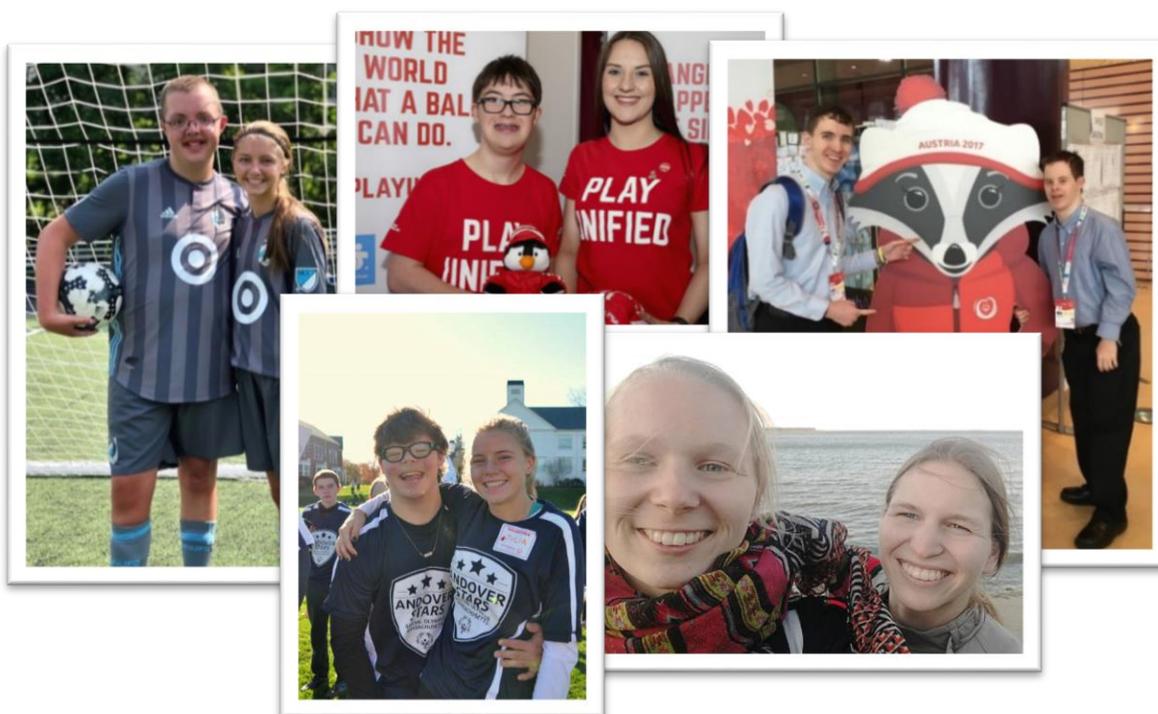
 Avoir plus d'opportunités de s'épanouir en tant que personne et défenseur des autres | Se sentir isolé des autres jeunes qui n'ont pas de frère ou sœur atteinte de DI

 Développer un plus grand sentiment d'acceptation à l'égard de toutes les catégories de personnes | Faire face à la discrimination de la part de la société

Les frères et sœurs des personnes présentant une DI ont besoin d'un soutien familial et structurel. Un plus grand soutien peut amener un frère ou une sœur à bénéficier de plus d'avantages en face des défis. Les parents peuvent offrir un soutien à la famille grâce aux stratégies décrites dans ce guide. Special Olympics peut offrir un soutien structurel par l'entremise d'opportunités d'engagement entre frères et sœurs.

Engagement fraternel

L'**engagement fraternels** produit lorsque le frère ou la sœur d'une personne présentant une DI est activement impliqué dans la vie de son frère ou de sa sœur. Ils participent activement à l'aventure de Special Olympics de leur frère ou de leur sœur. Ils jouent ensemble, apprennent ensemble, se développent ensemble et travaillent ensemble. Ils créent un lien plus fort durant ce processus. Les frères et sœurs sont une équipe qui se motivent et se soutiennent l'un l'autre. Ils travaillent pour atteindre des buts personnels et partagés, et y arrivent. Apprenez-en davantage sur la façon dont Special Olympics peut favoriser l'engagement des frères et sœurs [cliquez ici!](#) Pour en savoir plus sur la façon dont l'engagement fraternel peut profiter à toute la famille, consultez l'annexe A !



Des frères et sœurs du monde entier, avec ou sans déficience intellectuelle, participent au programme de Special Olympics.

L'engagement fraternel par l'entremise de Special Olympics offre des **résultats mutuellement** bénéfiques. Votre enfant ayant une DI appréciera le temps que son frère ou sa sœur investit en lui et ses ambitions. L'engagement fraternel peut offrir à votre enfant n'ayant pas de DI:

- Fierté d'eux-mêmes et de leurs frères et sœurs
- Un plus grand accompagnement de la part de leurs frères et sœurs
- Augmentation de l'estime de soi
- Compétences en résolution de problèmes
- Compétences en leadership et opportunités
- Amitiés avec d'autres frères ou sœurs
- Meilleures tolérance et acceptation
- Opportunités d'assurer la défense
- Lien familial plus fort
- Opportunités de développement personnel et athlétique

Soutenir votre enfant qui ne souffre d'aucune déficience intellectuelle

En plus du soutien structurel que Special Olympics peut fournir, les frères et sœurs ont besoin du soutien de leurs parents. Le soutien familial peut les aider à grandir en tant qu'individus et leaders. Les stratégies ci-dessous offrent des conseils sur la façon de soutenir votre enfant ne présentant aucune DI.

1. Savoir à quel moment votre enfant a besoin d'aide

Les frères et sœurs d'enfants présentant une DI peuvent faire face à des défis tout au long de leur vie, comme la gestion du stress, l'isolement et la stigmatisation. Cependant, les frères et sœurs peuvent être incapables ou réticents à demander de l'aide ayant trait à ces questions. Cela peut rendre difficile l'identification de leurs défis par les parents. Pour mieux cerner les besoins de votre enfant, posez-lui des questions. Soyez conscient des défis auxquels ils peuvent être confrontés, comme ceux qui sont énumérés ci-dessous.¹ Ensuite, utilisez les stratégies suivantes pour relever ces défis.

Défis potentiels auxquels font face les jeunes qui ont des frères et sœurs ayant une DI:

- Confusion au sujet de l'incapacité de leur frère ou de leur sœur
- Difficulté à traiter et à exprimer les émotions
- Difficulté à gérer le stress familial
- Sentiment que leur identité est définie par le fait d'avoir un frère ou une sœur présentant une DI
- Se sentir isolé de ses pairs
- Sentiment de négligence et d'oubli de la part des parents
- Sentiment d'être surchargé par les tâches de garde d'enfants
- Sentiment de ressentiment, de culpabilité ou d'embarras
- Frustration et colère face à la stigmatisation publique
- Incertitude quant à la façon de faire face aux problèmes de comportement de leurs frères et sœurs
- Inquiétude par rapport à l'avenir

Exemple: Lucia a demandé à sa fille, Ana, ce qu'elle pensait quant à aider à prendre soin de sa sœur, Sophia, qui a une DI. Lucia fut surprise d'apprendre qu'Ana se sentait submergée depuis des mois. Ana sentait qu'elle ne pouvait pas passer du temps avec ses amis parce qu'elle craignait toujours que Sophia ait besoin d'elle. Ensemble, Lucia et Ana ont élaboré un plan pour réduire l'anxiété d'Ana et trouver du temps pour des activités sociales.

¹Caldin, R., & Cinotti, A. (2014). Different mirrors Sibship, disability and life phases. *Italian Journal of Special Education for Inclusion*, 1(1), 95–113.

2. Modéliser des attitudes et des comportements positifs

En plus du soutien structurel que Special Olympics peut fournir, les frères et sœurs ont besoin du soutien de leurs parents. Il est important de garder une attitude positive à l'égard de la situation de votre famille afin que vos enfants puissent également adopter cette attitude. Si vous faites face à l'adversité avec confiance et sang-froid, vos enfants se sentiront probablement plus à l'aise et feront de même.

Par exemple : Hiromi et Isamu ont accueilli leur enfant atteint d'une DI, Dai, dans ce monde comme une bénédiction pour leur famille. Même s'ils savaient qu'il y aurait des défis à relever, ils étaient enthousiasmés par l'amour et la joie que leur enfant allait apporter. En raison de cette perspective, les autres enfants d'Hiromi et d'Isamu ont embrassé leur nouveau frère et ses différences. En grandissant, les frères et sœurs se soutenaient mutuellement dans les moments difficiles.

Pour de plus amples renseignements sur la façon de réaliser le plein potentiel de votre enfant, consultez le [Guide à l'intention des nouveaux parents!](#)

3. Promouvoir l'acceptation

Les enfants peuvent parfois se sentir gênés par leurs frères et sœurs présentant une DI lorsqu'ils sont en public ou en compagnie d'amis. Ils peuvent craindre que le comportement de leur frère ou de leur sœur ne soit pas «normal» et les conduire à être victimes d'intimidation. Aidez vos enfants à comprendre qu'il n'y a pas de «normal» et que chacun est différent et spécial à sa façon. En apprenant à vos enfants à accepter les différences et à pratiquer l'acceptation, ils seront plus fiers de leur frère ou de leur sœur souffrant de DI. Ils seront également un exemple positif pour les autres.

Par exemple : Malike remarqua que sa fille, Haniah, n'incluait que rarement Adric, son frère souffrant de DI, quand elle jouait avec ses amis. Un jour, Malike eut une conversation avec Haniah. Il a expliqué que l'opinion des autres n'est pas aussi importante que le soutien de votre famille. Ensemble, ils ont convenu qu'elle ne voudrait pas jouer avec quelqu'un qui n'accepterait pas Adric tel qu'il est. Depuis, Haniah a rejoint l'équipe de natation unifiée de son école. Elle est un exemple d'inclusion et d'acceptation pour ses amis tous les jours.

Pour en savoir plus sur Unified Sports® [cliquez ici!](#)

4. Offrir des opportunités individualisées

Certains frères et sœurs de personnes ayant une DI peuvent avoir l'impression d'être définis par leur relation fraternelle. Ils peuvent aussi vouloir être perçus comme une personne à part entière. Ces enfants peuvent avoir de la difficulté à découvrir des intérêts en dehors de leur relation fraternelle. Dans ce cas, il est important de donner à votre enfant sans DI la possibilité d'explorer ses propres intérêts et d'élargir son cercle social.

Par exemple : Asha a remarqué que ses filles, Imani, qui est DI, et Zola, qui est sans DI, faisaient tout ensemble. Asha adorait voir ses filles se lier et jouer ensemble. Cependant, elle craignait qu'ils ne se limitent à passer du temps les uns avec les autres. Imani et Zola ont toujours été partenaires unifiés de Special Olympics. Asha a suggéré que Zola se joigne à une équipe sportive de son école en plus d'être un membre de Unified Partner avec Imani. Zola s'est fait de nouveaux amis à l'école et a élargi ses centres d'intérêt, tout en maintenant ses liens étroits avec Imani.

5. Offrir des chances équitables aux deux frères et sœurs

Les frères et sœurs d'enfants souffrant de DI peuvent trouver difficile d'établir des relations avec leur frère ou leur sœur. Cela peut se produire si leur frère ou leur sœur est traité différemment. Peut-être que leur frère ou leur sœur ayant une déficience intellectuelle a moins de chances de s'engager et de jouer avec d'autres personnes. Il est important d'offrir à tous vos enfants des occasions et des activités semblables que les deux frères et sœurs peuvent faire ensemble. De cette façon, ils seront plus susceptibles de se considérer comme égaux et de se traiter mutuellement avec respect, acceptation et amour.

Par exemple : Rebecca a remarqué que son fils, Sam, parlait souvent du plaisir que ses amis éprouvaient avec leurs frères et sœurs. Cependant, Sam interagissait rarement avec sa propre sœur, Eileen, qui présente une DI. Rebecca se demandait si Sam avait l'impression qu'il manquait l'expérience «typique» d'un frère ou d'une sœur. Peut-être n'ont-ils pas été en mesure de créer des liens aussi facilement parce qu'Eileen ne participait pas aux mêmes types d'activités que Sam. Elle a inscrit Eileen à des cours de musique et à l'entraînement de pétanque à Special Olympics. Elle a commencé à voir Sam renouer avec sa sœur lorsqu'ils ont découvert leurs intérêts communs.

Pour en savoir plus sur les sports de Special Olympics [cliquez ici!](#)

6. Incluez tous vos enfants dans les conversations familiales

Les frères et sœurs d'enfants présentant une DI peuvent se sentir exclus lorsqu'ils ne sont pas inclus dans les conversations sur le handicap de leur frère ou de leur sœur. Les parents ne voudront peut-être pas s'inquiéter de ces questions ou ne pas en faire porter le fardeau à leurs frères et sœurs. Cependant, les enfants veulent souvent en savoir plus sur le handicap de leur frère ou de leur sœur. Cependant, il se peut qu'ils ne sachent pas quoi demander ni comment le faire. Selon l'âge de vos enfants, songez à les inviter tous à discuter de leur handicap. Vous pouvez également envisager de les inclure dans les visites chez le médecin. Ces petits changements peuvent aider votre enfant à mieux comprendre son frère ou sa sœur et à se sentir plus proche de la famille dans son ensemble.

Par exemple : Le frère de Mariana, Rafael, a été diagnostiqué avec une DI il y a plus de 5 ans. Avec le temps, elle ne comprenait toujours pas pleinement son handicap. Elle ne savait pas pourquoi il était dans des classes différentes à l'école. Un jour, elle a demandé à ses parents des réponses. Ils ne se rendaient pas compte que Mariana était si curieuse au sujet de son frère et se sentaient exclue des affaires familiales importantes. Dès lors, les parents de Mariana ont fait un effort pour lui faire part de son DI et répondre à toutes ses questions.

Pour plus d'informations sur la DI, consultez les annexes B et C !

7. Passez des moments de qualité avec votre enfant ne présentant pas de DI

Parfois, les frères et sœurs d'enfants ayant une DI peuvent avoir l'impression que leurs parents ne sont pas en mesure de leur fournir toute l'attention qu'ils aimeraient. Dans ce cas, essayez de prévoir du temps dans votre semaine pour passer du temps seul avec votre enfant sans handicap. Ces moments de qualité passés ensemble aideront votre enfant à se sentir important et valorisé.

Par exemple : Un jour, Liz est allée voir sa mère, Elise, et lui a dit qu'il était injuste que sa mère concentre tout son temps et son attention sur sa sœur, Erin, qui a une DI. Elise ne se rendait pas compte que son attention à Erin rendait Liz malheureuse. Elise a tendu la main à une amie intime en qui elle avait confiance pour passer du temps avec Erin une nuit par semaine afin qu'elle puisse consacrer du temps de qualité à Liz. Liz aime se rattraper avec sa mère et elle se sent comme un membre apprécié de sa famille.

8. Favoriser le jeu inclusif à la maison

Selon la nature du handicap de votre enfant, il peut sembler difficile pour vos enfants, avec ou sans DI, de jouer ensemble à la maison. Vous vous inquiétez peut-être de la sécurité de vos enfants ou des différentes façons dont ils jouent. Cependant, il existe de nombreuses façons d'encourager le jeu inclusif à la maison pour permettre aux enfants de toutes capacités de s'amuser et d'apprendre ensemble. Il peut être utile de commencer par un jeu structuré. Choisissez deux ou trois activités à faire avec vos enfants pendant 20 à 30 minutes, au moins trois fois par semaine.

Par exemple : Camila craignait que son fils, Andres, ne blesse accidentellement sa fille, Amada, qui a une DI, quand ils jouaient. Andres est plus grand et joue plus dur qu'elle. L'amie de Camila, qui a aussi des enfants avec et sans DI, lui a montré le [Guide d'activités des jeunes athlètes](#) de Special Olympics. Camila l'utilisait pour choisir une activité qui permettrait à ses enfants de jouer de façon sécurisée et contrôlée. Camila a décidé d'essayer une activité de bowling avec ses enfants dans laquelle ils empilent des gobelets en papier et roulent une boule pour les renverser.

Pour des exemples d'activités inclusives qui peuvent être pratiquées à la maison, consultez le [Guide d'activités pour jeunes athlètes!](#)

9. Activités à faire en famille

Il est également important de faire des activités amusantes en famille. Ce faisant, les frères et sœurs avec et sans DI sont en mesure d'interagir davantage et de partager des expériences amusantes. Ces activités aideront vos enfants à tisser des liens et à apprendre les uns des autres. Travaillez ensemble en famille pour déterminer une activité pratique et excitante pour tous les membres de la famille ! Il peut s'agir, par exemple, d'une soirée jeux à la maison, d'une promenade dans le quartier, d'un film ou d'un spectacle, ou encore d'un festival à proximité.

Par exemple : Cam et son père, Hai, avaient l'habitude de regarder des groupes se produire ensemble pour créer des liens. Cam aimait passer du temps avec son père, mais elle a toujours souhaité que son frère atteint d'une DI, Minh, puisse se joindre à eux. Minh serait dérangé par la musique forte s'il y allait. Cam a dit à son père qu'elle voulait faire quelque chose qu'ils pourraient apprécier ensemble. Cam, Hai et Minh ont discuté de leurs options. Ils ont tous décidé de s'inscrire à Fit Families, un défi de conditionnement physique de six semaines pour les athlètes de Special Olympics et leur famille.

Pour en savoir plus sur Fit Families [cliquez ici!](#)

10. Discutez des projets d'avenir

Qui s'occupera de votre enfant atteint d'une DI lorsque vous ne le pourrez plus ? C'est un scénario difficile mais nécessaire à envisager. La plupart des jeunes frères et sœurs ne pensent pas aussi loin dans l'avenir, mais ils peuvent s'en inquiéter en grandissant. Les frères et sœurs s'occupent souvent bien des personnes ayant une DI en raison de leurs relations de longue date et des liens étroits qu'ils entretiennent avec leur frère ou leur sœur. Cependant, ils peuvent avoir l'impression qu'on attend d'eux qu'ils assument cette responsabilité. Discutez avec vos enfants des options qui s'offrent à vous pour l'avenir. Demandez-leur leur opinion et faites un plan pour qu'ils se sentent prêts à assumer leur rôle, quel qu'il soit.

Par exemple : Durah a une fille atteinte d'une DI et deux fils sans DI. Elle ne s'inquiétait pas de sa capacité à s'occuper de sa fille, Elinah, pour le moment. Cependant, elle savait qu'il valait mieux préparer ses enfants plus tôt que tard à la possibilité qu'un jour elle ne soit plus là pour s'occuper d'Elinah. Elle s'est assise avec ses trois enfants et a entamé la conversation sur les soins futurs. Elle a dit à ses fils qu'ils pouvaient avoir un rôle aussi petit ou grand s'il s'y sentent à l'aise. Elle a aussi demandé à Elinah quelles étaient ses préférences. Ensemble, ils ont élaboré un plan qui répondait aux désirs et aux besoins de chacun, puis ils ont dressé une liste de ressources utiles à utiliser quand ils en ont besoin. Bien que la conversation ait été difficile à amorcer, chaque membre de la famille est reparti à l'aise avec le plan qu'il avait élaboré.

11. Prenez soin de vous

Être parent est un défi, surtout lorsque l'un de vos enfants présente une DI. Vous pourriez vous sentir stressé ou épuisé par la gestion de toutes vos responsabilités quotidiennes. Souvent, lorsque les enfants voient leurs parents se sentir dépassés, ils se sentent aussi angoissés. En prenant soin de vous, vous serez mieux en mesure de prendre soin des autres. Pour améliorer votre santé émotionnelle et celle de votre famille, prenez le temps de vous détendre et de demander de l'aide aux autres. En prenant soin de vous, vous serez mieux en mesure de prendre soin des autres.

Par exemple : Isaac, père de quatre enfants, se sentait souvent fatigué de travailler toute la journée, de gérer les activités de ses enfants et de prendre soin de sa fille avec une DI, Samantha. Pendant ce temps, son fils, Zach, luttait secrètement à l'école. Zach n'en a pas parlé à son père parce qu'il ne voulait pas surcharger son père d'un autre problème. Isaac a finalement découvert les mauvaises notes de Zach. À ce moment-là, Isaac a décidé qu'il ne pourrait prendre soin de sa famille que s'il prenait soin de lui-même. Maintenant, il s'efforce de dormir 8 heures par nuit afin d'avoir l'énergie nécessaire pour aider sa famille chaque jour.

12. Faites participer tous vos enfants à Special Olympics

En plus d'utiliser les stratégies énumérées ci-dessus, vous pouvez offrir un soutien supplémentaire à vos enfants en les faisant participer aux activités de Special Olympics. Ces activités peuvent offrir à vos enfants qui n'ont pas de DI des occasions de communiquer avec d'autres frères et sœurs, d'en apprendre davantage sur la DI, de développer des compétences en leadership et de devenir des défenseurs de l'inclusion. Special Olympics n'est pas seulement une organisation pour les personnes ayant une DI mais aussi pour toute votre famille!

Par exemple : L'an dernier, Wen a inscrit ses deux enfants au programme Sport Unifié de Special Olympics® de leur école. Depuis lors, elle a remarqué que ses enfants, Meili et Li, se sont rapprochés en tant que frères et sœurs et partenaires unifiés. Meili, qui n'a pas de DI, est devenue plus sociable et s'intéresse davantage aux rôles de leadership dans sa communauté. Elle a un nouveau groupe d'amis qui partagent ses intérêts et soutiennent ses ambitions. Plusieurs de ses amis sont aussi des frères et sœurs de personnes atteintes d'une DI. Wen a été surprise que les Jeux olympiques spéciaux puissent jouer un rôle aussi important dans le développement de ses deux enfants, avec ou sans DI.

Pour de plus amples renseignements sur le programme Special Olympics, consultez l'annexe D ! Pour en savoir plus sur la façon dont les frères et sœurs peuvent participer à Special Olympics, consultez notre [Guide de participation des frères et sœurs](#) !

Annexe A: L'engagement des frères et sœurs de Special Olympics



Une famille pose devant l'hôpital où sa fille ayant une déficience intellectuelle a reçu un traitement dans le cadre du programme Communautés en Bonne Santé de Special Olympics au Mexique.

Le Programme d'engagement des frères et sœurs à Special Olympics ne profite pas seulement à vos enfants. Il a également des implications positives pour toute la famille.

Lorsque votre enfant est activement engagé dans la vie de son frère ou de sa sœur atteinte de DI, il peut vous être utile. Il peut diminuer certaines de vos responsabilités et réduire votre stress. Par exemple, un frère ou une sœur engagé(e) peut accompagner son frère ou sa sœur atteinte de DI à un entraînement de Special Olympics si vous ne pouvez y assister. Ils peuvent aussi se familiariser avec les problèmes de comportement et de communication de leur frère ou de leur sœur. Par exemple, ils peuvent être en mesure de vous aider lorsque ces défis se présentent.

Les frères et sœurs peuvent également se lier entre eux d'une manière unique. Leur liaison peut leur permettre d'apprendre de nouveaux détails sur les uns et les autres et pouvoir les partager avec vous. Par exemple, votre enfant peut découvrir de nouvelles forces et de nouveaux talents chez son frère ou sa sœur atteinte d'une DI pendant qu'ils jouent et apprennent ensemble. Ensuite, vous pourrez en apprendre davantage sur votre enfant présentant une DI grâce à la relation grandissante qui existe entre ses frères et sœurs.

L'engagement de vos frères et sœurs peut aussi créer plus d'unité au sein de votre famille. La proximité émotionnelle que vos enfants développent peut influencer les autres membres de la famille. La mission d'inclusion de votre enfant peut s'étendre à toute votre famille. Votre famille peut trouver des intérêts, des valeurs et des expériences plus communs.

Annexe B: Qu'est-ce qu'une Déficience Intellectuelle?

L'information qui suit est conçue pour donner aux parents un aperçu de la déficience intellectuelle. Il est important de comprendre le handicap de votre enfant pour de nombreuses raisons. Ces renseignements vous aideront à renseigner votre enfant non handicapé sur son frère ou sa sœur. Pour en savoir plus, consultez le [Guide à l'intention des nouveaux parents](#) ou visitez notre [site Web](#).

Déficience Intellectuelle

La déficience intellectuelle (DI) est un terme utilisé lorsqu'une personne a certains défis à relever. Ces défis rendent plus difficile l'exécution des activités quotidiennes. Ils peuvent avoir de la difficulté à communiquer, à se socialiser ou à prendre soin d'eux-mêmes. Un enfant présentant une DI peut apprendre et se développer différemment des autres enfants.

La déficience intellectuelle s'appelait autrefois «retard mental». Cependant, le mot R (retardé) est devenu exclusif et offensant. «Déficience intellectuelle» est maintenant le terme officiel.

Les causes de la DI

Pour de nombreux enfants, la cause de leur DI est inconnue. Une blessure, une maladie ou un problème au cerveau peut causer une déficience intellectuelle. Certaines causes peuvent survenir avant, pendant ou peu après la naissance. Il peut s'agir d'affections génétiques, d'infections pendant la grossesse ou d'un manque d'oxygène. D'autres causes de DI peuvent ne pas se produire avant que l'enfant ne soit plus âgé. Il peut s'agir d'un traumatisme crânien grave, d'une infection ou d'un accident vasculaire cérébral.

Impact sociétal sur les personnes présentant une DI

Les personnes ayant une DI ne sont pas en faute parce qu'elles ont des défis différents. Certaines communautés ne font pas un bon travail de soutien aux personnes ayant une DI. Il peut donc être difficile pour les personnes atteintes d'une DI de vivre dans cette communauté. Par exemple, une élève atteinte de trisomie n'est pas handicapée par son diagnostic. Le programme d'études de son école suppose que tous les élèves apprennent à un rythme similaire et acquièrent des aptitudes similaires. Si son école lui offrait de l'assistance et les possibilités d'adaptations appropriées, elle réussirait à son travail scolaire. Par conséquent, le programme d'études de son école est handicapant.²

Lorsque votre enfant atteint d'une déficience intellectuelle est aux prises avec une tâche, essayez d'identifier ses obstacles. Alors, posez-vous la question: Y a-t-il quelque chose que moi ou ma communauté pourrions faire en vue de rendre cette tâche plus accommodante pour mon enfant et les autres personnes ayant une déficience intellectuelle ?

² Modèle Social du Handicap

Oliver, Michael. «Le modèle social dans le contexte» *Comprendre le handicap*. Palgrave, Londres, 1996. 30-42.

Annexe C: La démystification !

Vous trouverez ci-dessous les mythes courants relatives aux personnes atteintes d'une DI. Connaître la différence entre ces mythes et les faits vous aidera à répondre aux questions de vos enfants et à partager des informations précises avec eux. En vous renseignant sur les capacités de votre enfant atteint d'une DI, vous aiderez toute votre famille à défendre les droits des personnes handicapées.

Les personnes atteintes de déficience intellectuelle ne peuvent pas pratiquer du sport.

MYTHE



Si l'opportunité leur est offerte ainsi que les conditions d'adaptations appropriées, les personnes atteintes de déficience intellectuelle peuvent briser des barrières psychologiques et réussir dans la pratique sportive.

FAIT



Les personnes atteintes de déficience intellectuelle ne peuvent pas apprendre.

MYTHE



Les personnes atteintes de déficience intellectuelle peuvent apprendre autrement, mais apprendre tout de même. Chaque individu a son rythme d'apprentissage.

FAIT



Moi, ou l'un des membres de ma famille sommes responsables de la déficience intellectuelle dont souffre notre enfant.

MYTHE



La déficience intellectuelle n'est pas contagieuse ou causée par d'autres personnes. elle est causée soit par l'hérédité, un accident ou l'exposition à une maladie.

FAIT



Annexe D: Qu'est-ce que les Special Olympics ?

La mission de Special Olympics est d'offrir des entraînements sportifs et des compétitions pour les personnes atteintes de déficiences intellectuelles tout au long de l'année. Cela leur donne une chance d'être en bonne santé, de montrer leur courage et de ressentir de la joie au quotidien. Ils peuvent partager des talents, leurs compétences et leur amitié avec leurs familles, d'autres athlètes de Special Olympics et la communauté.

Il y a 200 millions de personnes atteintes de déficience intellectuelle dans le monde. Notre but est de toucher chacune d'elles, ainsi que leur famille. Special Olympics offre des formations, des compétitions, des examens médicaux et des événements de collecte de fonds. Nous créons également des occasions pour les familles, les membres de la communauté et d'autres personnes pour leur permettre de se rencontrer et de participer. Tout le monde peut changer de comportement et tous ensemble soutenir les athlètes!

Special Olympics compte sur les bénévoles. Nous organisons de nombreuses activités pour les frères et sœurs, les parents, les autres membres de la famille et les amis qui souhaitent s'y impliquer. Les familles sont sa ressource naturelle la plus puissante et la plus précieuse!

Pour en savoir plus sur le mouvement Special Olympics et le rôle important des familles dans ce mouvement, visitez notre [site Web](#).



Des frères et sœurs et d'autres membres de la famille qui ont participé à Special Olympics Africa Sibling et à Family Workshop à Johannesburg, en Afrique du Sud, posent pour une photo de groupe.

Annexe E: Ressources supplémentaires

Avez-vous besoin du soutien de Special Olympics dans d'autres domaines ? Consultez les ressources utiles ci-dessous :

[Qu'est-ce qu'une déficience intellectuelle?](#)

Informations sur la définition de la DI, ses causes et sa présence dans le monde entier. Vous pouvez également accéder à des informations sur des types spécifiques de DI par le biais de cette page.

[Guide à l'intention des nouveaux parents](#)

Fournit des informations sur le diagnostic, la gestion des sentiments, la compréhension de la DI et la recherche de ressources de soutien.

[Trousse d'outils familiale - Accueil des familles](#)

Donne un aperçu de Special Olympics, des possibilités offertes aux personnes ayant une DI et des possibilités de participation de la famille.

[Renseignements sur les sports et les jeux de Special Olympics](#)

Accédez aux informations relatives aux opportunités qu'offre Special Olympics tels que les sports, les sports unifiés et les jeunes athlètes.

[Localisateur de Programmes de Special Olympics](#)

Joignez-vous à votre Programme local pour faire du bénévolat, inscrire un athlète, vous joindre à une équipe de Sports Unifiés, travailler comme entraîneur et vous renseigner sur les événements à venir.

[Sites Web utiles pour les familles](#)

Liens vers des sites Web externes pour obtenir de plus amples renseignements sur des types précis de DI, des initiatives en matière de santé, le soutien familial et la recherche.

Suivez l'actualité de Special
Olympics grâce à notre
blog à l'adresse suivante
<https://medium.com/specialolympics!>