

Directives générales s'appliquant après une commotion cérébrale : Retour à l'école des élèves aveugles ou malvoyants

Une fonction visuelle réduite est une caractéristique courante d'une commotion cérébrale. Les activités scolaires habituelles, telles que la lecture, la pratique du sport, l'utilisation d'un ordinateur ou un éclairage par le haut peuvent provoquer des symptômes connexes tels qu'une vision embrouillée, une sensibilité à la lumière et de la fatigue visuelle. Les changements dans le rendement scolaire causés par une fonction visuelle réduite peuvent être les premiers signes repérés par le titulaire de classe.

Les symptômes d'une commotion cérébrale peuvent être plus difficiles à repérer chez les élèves ayant un handicap visuel. Une fluctuation de la vision de faible à modérée peut facilement passer inaperçue chez les élèves ayant une mauvaise vision. Les changements dans la fonction visuelle ne s'appliquent pas aux élèves aveugles, rendant les symptômes de la commotion cérébrale difficiles à reconnaître.

Un enseignant compétent travaillant auprès des élèves ayant un handicap visuel (EEHV) et un spécialiste de l'orientation et de la mobilité (SOM) peuvent aider à repérer les changements fonctionnels provoqués par une commotion cérébrale. Une évaluation de la vision fonctionnelle effectuée par un EEVH peut déterminer les niveaux de changement dans la vision fonctionnelle d'un étudiant ayant une faible vision, surtout en utilisant une évaluation précédente à titre de repère. Un rapport d'ophtalmologie actualisé pourrait aussi être utile. Une évaluation actualisée effectuée par le SOM peut offrir des preuves de changement dans la démarche, l'équilibre, la mémoire des routes et la confiance générale des déplacements des élèves travaillant avec un SOM, mais surtout, cette évaluation peut fournir des renseignements sur les changements dans la capacité de voyager de manière indépendante de l'élève par rapport à avant la commotion cérébrale.

Les élèves aveugles peuvent montrer des symptômes qui se manifestent par des changements émotionnels et de comportement, une détérioration de la santé mentale et des habitudes de sommeil irrégulières. Ils peuvent aussi éprouver des symptômes physiques tels que des étourdissements, une désorientation, des nausées et des maux de tête. Dans certains cas, il peut être difficile de faire la différence entre les symptômes d'une commotion cérébrale et les caractéristiques du profil sensoriel. L'EEVH et le SOM peuvent aider à préciser ces différences.

Si vous travaillez avec un élève ayant un handicap visuel ayant subi une commotion cérébrale, il est important que vous sachiez que leurs symptômes ne sont pas toujours évidents ou visibles par les autres. L'EEHV et le SOM de l'élève ont la formation requise pour évaluer la vision fonctionnelle, l'orientation spatiale et la mobilité.

Le programme de base élargi

Le Programme de base élargi (PBE) [Expanded Core Curriculum \(ECC\)](#) consiste en une série de concepts et de compétences spécialisés enseignés aux enfants et aux jeunes ayant des problèmes de vision par un enseignant compétent travaillant auprès des élèves ayant un handicap visuel (EEHV) et un spécialiste de l'orientation et de la mobilité (SOM). L'instruction directe et systématique dans les domaines d'intervention du PBE vise à compenser les occasions réduites d'apprentissage accessoire occasionnées par un handicap visuel complet ou partiel.

Neuf éléments du PBE et symptômes de commotion cérébrale peuvent influencer chacun de ces domaines d'intervention. Le guide ci-dessous précise les éléments du PBE et donne des exemples des caractéristiques des commotions cérébrales pouvant être repérées pour chaque élément. Ce guide peut servir pour la vérification des symptômes et la détermination du soutien possible à l'apprentissage. De plus, le guide des symptômes de commotion cérébrale du PBE devrait être pris en considération lorsque des changements temporaires sont apportés au plan d'apprentissage individuel de l'élève.

Guide des symptômes de commotion cérébrale du PBE (programme de base élargi)

Élément du PBE	Habilités du PBE	Symptômes possibles de commotion cérébrale pouvant influencer l'apprentissage	Soutien possible en classe
-----------------------	-------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------

Habilités
d'interaction sociale

Connaissances et habiletés pour des interactions efficaces à la maison, à l'école et dans la communauté.

Habilités connexes :

Écoute

Habilités à converser

Règlement de problèmes

Comprendre les signes sociaux

Développement de liens

Difficulté à se concentrer sur la tâche ou la conversation

Difficulté à se rappeler et mémoire de travail réduite (multitâches)

Difficulté à s'exprimer (oubli de mots)

Se sentir émotif ou irritable

Nervosité, frustration ou angoisse

Se sentir facilement dépassé ou se retirer de plus en plus dans un contexte social

Difficulté à entreprendre des tâches sociales (contact des yeux, travailler dans un environnement débordant d'activité)

Répondre de manière inappropriée (rater un échange d'information, difficulté à s'autoréguler, augmentation des

Vérification de routine

Facteurs en classe :

Faire participer l'élève dans un groupe plus petit où les interactions sont contrôlées

Envisager le soutien par les pairs pour entretenir le lien avec la classe.

Proposer une autre personne effacée ou un espace de travail en collaboration

Facteurs liés à la lumière et au reflet :

Porter un chapeau, s'éloigner de la lumière ou de la fenêtre, possibilité de se déplacer dans les espaces intérieurs et extérieurs afin d'accéder au matériel

Facteurs de concentration sur la tâche :

Réduire l'intensité ou la durée de la tâche, répartir la tâche en éléments plus petits

		<p>déferlements et des interruptions)</p> <p>Sensibilité à la lumière et au bruit</p> <p>Débordement sensoriel</p> <p>Changement de personnalité (devenir de plus en plus effacé et anxieux, agir de façon inhabituelle)</p>	<p>Facteurs liés au bruit : Casque d'écoute éliminant le bruit, pauses, espace plus calme</p>
<p><u>Habilités de loisirs</u></p>	<p>Connaissances et habiletés pour apprendre les habiletés motrices.</p> <p>Habilités connexes :</p> <p>Utilisation de l'équipement</p> <p>Cours d'éducation physique; sports d'équipe et individuels</p> <p>Développement des habiletés de littéracie physique</p> <p>Jeux (de société, de cartes et vidéos)</p> <p>Médias (vidéos, musique, lecture et écriture)</p>	<p>Se sentir fatigué et manquer d'énergie après de courtes périodes d'activité</p> <p>Nervosité, frustration et angoisse</p> <p>Se sentir facilement dépassé et se renfermer de plus en plus</p> <p>Problèmes de déséquilibre et de désorientation</p> <p>Maladresse accrue ou difficultés d'orientation spatiale</p> <p>Vitesse de réaction réduite et/ou diminution de</p>	<p>Vérification de routine</p> <p>Facteurs liés aux activités : Permettre une activité de remplacement (travailler à des activités individuelles ou en petits groupes, complexité réduite ou laisser l'élève pratiquer une activité de son choix)</p> <p>Facteurs liés à l'éclairage et aux reflets : Porter un chapeau, s'éloigner de la lumière ou de la fenêtre, possibilité de se déplacer dans les espaces intérieurs et</p>

	<p>Arts et bricolage</p> <p>Suivre les règlements et attendre son tour</p> <p>Conscience de sa sécurité personnelle</p>	<p>l'acquisition de littéracie physique et de capacités à bouger</p> <p>Connaître une vision fonctionnelle réduite (suivi, balayage, coordination oculo-manuelle, perfection des profondeurs, difficultés à voir de près/de loin, augmentation du nystagmus)</p> <p>Augmentation de la sensibilité à la lumière et/ou sensibilité réduite aux contrastes</p> <p>Sentiment de deuil (perte de la capacité, se sentir incapable de participer)</p> <p>Connaître une réduction de la perception de son corps (proprioception)</p>	<p>extérieurs afin d'améliorer l'accès visuel/auditif</p> <p>Facteurs liés au bruit : Casque d'écoute éliminant le bruit, pauses, espace plus calme</p> <p>Facteurs de concentration sur la tâche : Réduire l'intensité ou la durée de la tâche</p>
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Habiletés
d'efficacité
sensorielle

Utilisation de tous les systèmes sensoriels pour recevoir, transmettre et interpréter l'information sur les gens, les objets et les événements dans un environnement donné.

Sens externes :

- Distance (vision, audition, odeurs)
- Contact (goût, toucher)

Sens internes :

- Proprioception (position du corps)
- Vestibulaire (équilibre, mouvement)
- Intéroception (sensations corporelles internes)

Habiletés connexes :

Utilisation efficace d'appareils pour une vision faible

Aversion pour des sons ou des odeurs

Sensibilité à la lumière

Maux de tête, nausées, étourdissements

Connaître une vision fonctionnelle réduite (suivi, balayage, coordination oculo-manuelle, perfection des profondeurs, difficultés à voir de près/de loin, augmentation du nystagmus)

Confusion

Surcharge sensorielle

Nervosité, frustration et angoisse

Problèmes de déséquilibre et de désorientation

Se sentir facilement dépassé et se renfermer de plus en plus

Vérification de routine

Facteurs liés à l'imprimerie :

Adaptation au caractère imprimé (augmentation de la grosseur de la police, contraste accru, grossissement accru)

Facteurs liés à la technologie :

Luminosité de l'écran, lecteur d'écran, réduction de la lumière bleue de l'écran d'ordinateur, passer du texte à la parole, volume, rapidité, verbosité, contraste accru (polarité inversée), paramètres d'accès des appareils

Facteurs de concentration sur la tâche :

Réduire l'intensité ou la durée de la tâche, répartir la tâche en éléments plus petits

Proposer un autre espace de travail (espace tranquille et de collaboration)

	<p>Habiletés de reconnaissance auditive</p> <p>Efficacité sensorielle dans un environnement complexe</p> <p>Comprendre les outils donnés dans une situation donnée</p> <p>Communiquer avec les enseignants et les pairs</p>	<p>Difficulté à se rappeler et mémoire de travail réduite (multitâches)</p>	<p>Facteurs liés à l'environnement : Peut avoir besoin d'éviter temporairement la salle de classe qui déclenche le débordement sensoriel (p. ex., cours de cuisine, cours de musique, cours d'ordinateur)</p> <p>Facteurs liés au bruit : Casque d'écoute éliminant le bruit, pauses, espace plus calme</p>
<p><u>Habiletés compensatoires</u></p>	<p>Connaissances et capacités d'adaptation nécessaires pour obtenir efficacement l'accès au programme de base.</p> <p>Habiletés connexes :</p> <p>Développement de concepts</p> <p>Orientation spatiale</p> <p>Habiletés d'écoute</p> <p>Utilisation de matériel spécialisé</p> <p>(Guerette, 2017).</p>	<p>Difficulté à se concentrer (produire et développer des idées)</p> <p>Difficulté à se rappeler et mémoire de travail réduite (multitâches)</p> <p>Difficulté à lire pendant de longues périodes et compréhension réduite de la lecture</p> <p>Sensibilité à la lumière et au bruit</p>	<p>Vérification de routine</p> <p>Facteurs liés à la lumière et au reflet : Porter un chapeau, s'éloigner de la lumière ou de la fenêtre, possibilité de se déplacer dans les espaces intérieurs et extérieurs afin d'accéder au matériel</p> <p>Facteurs liés à l'apprentissage : Soutien pour activer la mémoire à court terme et à long terme</p>

Difficulté d'organisation et de fonctionnement exécutif (planification, souplesse psychologique et réflexion critique, prise de décisions, perte de concentration)

Prendre du retard dans le travail scolaire

Se sentir facilement dépassé et se renfermer de plus en plus

Manque de motivation et sensation d'isolement

Nervosité, frustration et angoisse

Ressentir une fatigue visuelle ou corporelle accrue et un faible niveau d'énergie

(utilisation de graphiques et de tableaux, répartir l'information en groupes), offrir d'autres moyens de démontrer l'apprentissage (art, enregistrements, livres audio)

Facteurs de fonctionnement exécutif : Soutien grâce à des activités exigeant de la planification, de la gestion du temps (utilisation d'un agenda pour la planification), utilisation des adaptations du fonctionnement exécutif ([Ready-Do-Done](#))

Facteurs liés au bruit : Casque d'écoute éliminant le bruit, pauses, espace plus calme

Facteurs de concentration sur la tâche : Réduire l'intensité ou la durée de la tâche, répartir la tâche en éléments plus petits

<p><u>Habilités d'accès à la technologie</u></p>	<p>Utiliser une boîte à outils de solutions peu et hautement technologiques pour avoir l'accès à l'information, notamment au contenu numérique et au matériel imprimé</p> <p>Habilités connexes :</p> <p>Utilisation d'un clavier</p> <p>Utilisation d'un ordinateur doté d'un logiciel pour la vision faible ou la lecture d'écran</p> <p>Utiliser la technologie pour organiser le travail, les courriels et l'accès à l'Internet</p>	<p>Un temps d'écran accru provoque la réapparition des symptômes</p> <p>Maux de tête, étourdissements et fatigue</p> <p>Difficulté à se rappeler et mémoire de travail réduite (multitâches)</p> <p>Difficulté d'organisation et de fonctionnement exécutif (planification, souplesse psychologique et réflexion critique, prise de décisions, perte de concentration)</p>	<p>Facteurs liés à la technologie :</p> <p>Luminosité de l'écran, lecteur d'écran, réduction de la lumière bleue de l'écran d'ordinateur, passer du texte à la parole, volume, rapidité, verbosité, contraste accru (polarité inversée), paramètres d'accès des appareils</p> <p>Facteurs liés à l'environnement :</p> <p>Peut avoir besoin d'éviter temporairement la salle de classe qui déclenche le débordement sensoriel (p. ex., cours qui exigent une utilisation de la</p>

	<p>Capacité de déterminer quels appareils utiliser pour une tâche donnée.</p>	<p>Débordement sensoriel par rapport à l'écran et/ou au lecteur d'écran</p>	<p>technologie pendant de longues périodes)</p> <p>Facteurs de concentration sur la tâche : Réduire l'intensité ou la durée de la tâche, répartir la tâche en éléments plus petits</p> <p>Facteurs liés au bruit : Casque d'écoute éliminant le bruit, pauses, espace plus calme lors de l'utilisation d'un ordinateur ou de livres audio</p>
<p><u>Habilités d'orientation et de mobilité</u></p>	<p>Connaissances, habiletés et outils pour favoriser des déplacements plus sécuritaires et efficaces pour les apprenants ayant un handicap visuel.</p> <p>Habilités connexes :</p> <p>Orientation spatiale et corporelle</p> <p>Lecture de cartes</p>	<p>Nervosité, frustration, angoisse et peur</p> <p>Problèmes d'équilibre : étourdissements, maladresse accrue ou difficulté d'orientation spatiale</p> <p>Changements dans la démarche et la stabilité</p>	<p>Facteurs d'orientation spatiale et corporelle : Utiliser des techniques de pleine conscience pour réduire l'angoisse et augmenter la conscience de soi (respirations profondes, conscience de l'ici-maintenant 54321)</p>

<p>Apprentissage des modes de circulation</p> <p>Accès à l'information sur les transports</p> <p>Se rappeler les routes et les points de repère</p> <p>Utilisation du transport en commun</p> <p>Analyse des intersections</p> <p>Être capable de demander de l'aide</p>	<p>Connaître une vision fonctionnelle réduite (suivi, balayage, coordination oculo-manuelle, perfection des profondeurs, difficultés à voir de près/de loin, augmentation du nystagmus)</p> <p>Difficulté à se rappeler (planification de la route, suivre des instructions par étapes, se rappeler les points de repère et mémoire de travail réduite (multitâches).</p> <p>Se sentir facilement dépassé et se renfermer de plus en plus</p> <p>Vitesse de réaction réduite et/ou diminution de l'acquisition de littéracie physique et des habiletés de bouger son corps</p> <p>Douleurs au cou et à la tête après l'activité physique</p> <p>Concentration perturbée lors des</p>	<p>Instructions d'orientation et de mobilité pour examiner les routes, les traversées de route, l'utilisation du transport en commun et les facteurs de sécurité.</p> <p>Recours à un guide voyant et voyager avec un pair</p> <p>Facteurs liés à la lumière et au reflet : Porter un chapeau, s'éloigner de la lumière ou de la fenêtre, possibilité de se déplacer dans les espaces intérieurs et extérieurs afin d'obtenir un accès visuel et auditif</p> <p>Créer un plan de relève pour les moments où l'élève éprouve de l'angoisse et/ou des difficultés lorsqu'il se déplace seul</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>déplacements dans un environnement extérieur ou intérieur débordant d'activité, prendre de mauvaises décisions</p> <p>Difficulté à distinguer les bruits dans des environnements auditifs complexes (traversée d'intersections, centres commerciaux, magasins de grande surface, stations de transport en commun)</p>	<p>Facteurs liés aux cartes : Utiliser des cartes tactiles au lieu de la technologie</p> <p>Diminuer la durée et augmenter la fréquence des cours</p>
<p><u>Habiletés d'autodétermination</u></p>	<p>Connaissances et croyances en les habiletés qui favorisent l'indépendance de l'apprenant et la capacité d'expression autodéterminée.</p> <p>Habiletés connexes :</p> <p>Défense de soi</p> <p>Prise de décisions</p> <p>Règlement de problèmes</p>	<p>Nervosité, frustration, angoisse</p> <p>Difficulté à se concentrer et à se rappeler</p> <p>Se sentir émotif et irritable</p> <p>Tristesse ou colère</p> <p>Manque de motivation et sensation d'isolement</p>	<p>Vérification de routine</p> <p>Facteurs liés à la défense de soi : L'élève est capable d'expliquer les effets résiduels de la commotion cérébrale et ce qui peut l'aider</p> <p>Facteurs de santé : Avoir en place un programme d'appui à la santé émotionnelle et au bien-être (conseiller, thérapie)</p>

	<p>Comprendre les droits d'accès</p> <p>Faire des choix utiles</p> <p>Formuler les détails concernant son propre handicap visuel</p>	<p>Sentiment de deuil et conscience de soi (perte de capacités, se sentir incapable de participer, blessure visible non reconnue par les autres)</p>	<p>spécialisée, équipe de gestion de la commotion cérébrale)</p> <p>Examiner les facteurs et créer des attentes saines et réalistes avec l'élève</p>
<p><u>Habilités à vivre de façon autonome</u></p>	<p>Connaissances, habiletés et outils favorisant l'indépendance pour s'acquitter des tâches de la vie quotidienne</p> <p>Habilités connexes :</p> <p>Habilités de gestion personnelle</p> <p>Habilités à gérer son intérieur.</p>	<p>Difficulté d'organisation et de fonctionnement exécutif (planification, souplesse psychologique et réflexion critique, prise de décisions, perte de concentration)</p> <p>Nervosité, frustration et angoisse</p> <p>Se sentir émotif et irritable</p> <p>Se sentir dans le brouillard</p> <p>Manque de motivation (négliger son hygiène personnelle et autres saines habitudes) ou se sentir isolé</p>	<p>Déterminer un rythme convenable pour les activités quotidiennes</p> <p>Facteurs de routine : Créer des listes ou des rappels des activités quotidiennes (faire son lit, se brosser les dents, manger)</p> <p>Facteurs de santé : Avoir en place un programme d'appui à la santé émotionnelle et au bien-être (conseiller, thérapie spécialisée, équipe de gestion de la commotion cérébrale)</p> <p>Faire des activités extérieures telles que des promenades dans la nature</p>

		<p>Sentiment de deuil et conscience de soi (perte de capacités, se sentir incapable de participer, blessure visible non reconnue par les autres)</p> <p>Inquiétude réduite pour sa propre sécurité</p> <p>Se sentir facilement dépassé et se renfermer de plus en plus</p> <p>Difficulté à dormir</p> <p>Épuisement psychologique et physique</p> <p>Difficulté face à la complexité de la tâche</p> <p>Changement dans la personnalité</p>	<p>Facteurs d'orientation spatiale et corporelle : Utiliser des techniques de pleine conscience pour réduire l'anxiété et augmenter la conscience de soi (respirations profondes, conscience de l'ici-maintenant 54321)</p>
<p><u>Habiletés de carrière et professionnelles</u></p>	<p>Connaissances et habiletés pour maintenir un travail durable et satisfaisant.</p> <p>Habiletés connexes : gestion du temps, habitudes de travail</p>	<p>Difficulté à se concentrer et à se rappeler</p> <p>Se sentir émotif et irritable</p>	<p>Facteurs liés à la lumière et au reflet : Porter un chapeau, s'éloigner de la lumière ou de la fenêtre, possibilité de se déplacer dans les</p>

positives, suivre les instructions, communiquer efficacement avec les autres et planification de la vie après l'obtention du diplôme

Nervosité, frustration et angoisse

Se sentir facilement dépassé et se renfermer de plus en plus

Fatigue ou faible niveau d'énergie

Difficulté d'organisation et de fonctionnement exécutif (planification, souplesse psychologique et réflexion critique, prise de décisions, perte de concentration)

espaces intérieurs et extérieurs afin d'accéder au matériel

Facteurs de concentration sur la tâche : Réduire l'intensité ou la durée de la tâche, répartir la tâche en éléments plus petits

Examiner les facteurs et créer des attentes saines et réalistes avec l'élève

Envisager la participation aux activités scolaires à un rythme qui convient à l'élève

Proposer un autre espace de travail (espace tranquille et de collaboration)

Facteurs liés au bruit : Casque d'écoute éliminant le bruit, pauses, espace plus calme lors de l'utilisation d'un ordinateur ou de livres audio

Pour plus d'informations, consultez ces ressources de Parachute

- [Guide des commotions cérébrales pour les enseignants](#)
- [Stratégie de retour à l'école](#)
- [Connaître son rôle - Directeurs sportifs, entraîneurs, enseignants et autres superviseurs](#)
- [Plus d'informations sur les ressources des protocoles sur les commotions cérébrales pour les écoles](#)

Références :

- Centre provincial de ressources pour les personnes ayant une déficience visuelle. (2021). Expanded Core Curriculum. <https://previ.org/resources/the-expanded-core-curriculum/>
- Parachute. (2017). Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport. www.parachute.ca
- Unité de recherche et de prévention des blessures de la Colombie-Britannique. (2020). Outil de formation sur la sensibilisation aux commotions cérébrales. <https://cattonline.com/>