

GUIDE PÉDAGOGIQUE

Troubles mentaux



UNIVERSITÉ
LAVAL

Centre d'aide aux étudiants

Les troubles mentaux

Les troubles mentaux réfèrent à un ensemble de maladies psychiatriques tel que définit dans le Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V) ou la Classification internationale des maladies (CIM-10).

À l'instar de plusieurs autres déficiences fonctionnelles, les troubles mentaux ne sont pas identifiables par la simple observation d'un individu. De même, ils n'ont pas toujours un impact sur les capacités d'apprentissage de l'étudiant.

Les troubles mentaux peuvent se manifester par divers comportements tels que l'absentéisme, des retards dans la remise des travaux, un manque d'organisation, de la fatigue, un désintérêt, un travail d'une qualité inégale, un manque de concentration ou des problèmes de mémoire à court terme.

Les personnes ayant un trouble mental ont très peu de contrôle sur leur condition, tout comme celles ayant une déficience physique.

Il est à noter que les personnes ayant une maladie mentale sont généralement plus sensibles au stress que la majorité des gens. Il est bien connu qu'un niveau moyen d'anxiété favorise l'apprentissage et améliore les performances scolaires. Toutefois, l'anxiété sévère réduit la capacité de concentration, influence la perception et diminue la capacité d'apprentissage.

En plus d'une sensibilité accrue au stress, les étudiants ayant une maladie mentale ont tendance à vivre le stress d'une manière qualitativement différente des autres étudiants. La différence concerne surtout la durée et la sévérité des symptômes, de même que le



degré avec lequel il interfère avec leur fonctionnement scolaire. L'anxiété peut se manifester par des comportements de retrait, de débit verbal constant, de plaintes, de blagues, de pleurs, de fantasmes ou de peurs extrêmes allant même jusqu'à des paniques. Les symptômes physiques sont variés et peuvent inclure des épisodes d'étourdissements ou d'hyperventilation.

L'apparition des troubles mentaux coïncide souvent avec les études post-secondaires, c'est-à-dire au début de l'âge adulte. Les personnes ayant une maladie mentale hésitent généralement à dévoiler leur état en raison des préjugés associés à la maladie. Pourtant, leur succès scolaire dépend souvent de la divulgation de ces renseignements.

Parmi les troubles mentaux les plus fréquemment rencontrés chez les étudiants, il y a le trouble bipolaire, la dépression, le trouble d'anxiété généralisée, le trouble obsessionnel-compulsif et la schizophrénie.

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. De plus, une modification du traitement médicamenteux est parfois nécessaire et peut entraîner des effets temporaires. 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.



Documents requis

- Chaque personne qui demande des accommodements ou des services doit fournir soit un rapport d'évaluation d'un psychologue attestant du diagnostic, soit un certificat médical complété par un médecin ou un psychiatre (formulaire : *Certificat médical – Attestation de limitations fonctionnelles* sur notre site Internet).
- Le rapport d'évaluation diagnostique doit indiquer *l'impact actuel* du trouble mental sur le rendement scolaire, car il servira de base pour déterminer les accommodements et les services qui seront offerts. Il est donc dans l'intérêt de l'étudiant de présenter un rapport d'évaluation récent (deux ans ou moins).
- S'il y a lieu, le rapport doit contenir de l'information concernant les médicaments que prend la personne et les effets secondaires qui peuvent influencer son fonctionnement scolaire.

Accommodements possibles pour les études

En conformité avec la Politique d'intégration des personnes handicapées étudiantes à l'Université Laval, des accommodements peuvent être nécessaires.

- Ils sont planifiés pour répondre à des limitations directement reliées au trouble mental de la personne, tout en respectant les objectifs du programme d'études.
- Ils ne sont pas prévus pour remédier à des habiletés de base non acquises antérieurement dans le parcours scolaire (ex. : grammaire de base, préalables en mathématiques, anglais comme langue seconde, etc.).
- Ils sont autorisés et offerts conditionnellement à une rencontre d'évaluation des besoins avec un conseiller du Centre d'aide aux étudiants. Ces accommodements et services sont réévalués périodiquement.



En classe

Le personnel enseignant se doit de faire preuve de discrétion et respecter la confidentialité de l'information transmise au sujet d'un étudiant de son groupe. L'identification d'une personne et le dévoilement de son trouble mental peuvent conduire à des attitudes négatives ou à des préjugés chez les camarades de classe ou à un sentiment d'embarras chez l'étudiant concerné.

Il importe aussi d'éviter les préjugés ou les fausses croyances concernant les troubles mentaux. Plusieurs individus pensent à tort que la personne ayant une maladie mentale manque de motivation ou qu'elle est paresseuse. Il faut noter que le type et le niveau de support nécessaires peuvent fluctuer d'un individu à l'autre. Il faut se baser sur l'habileté de la personne à gérer les exigences reliées aux études universitaires et non sur le diagnostic.

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 être complétée ou qu'elle doit être reportée à plus tard. Le Centre d'aide aux étudiants peut vous aider à établir un plan d'étude adéquat.

La prise de notes en classe

Considérant les difficultés de concentration associées à certains troubles mentaux ou aux effets secondaires d'un médicament, il est possible que l'étudiant ait recours aux services de prise de notes en classe. Notre bureau aide à l'embauche d'une personne, habituellement un camarade de classe. Certaines personnes préfèrent enregistrer le cours afin de le réécouter à la maison. Il s'agit alors de convenir de leur discrétion quant à l'usage ultérieur de cet enregistrement.

La lecture

Il est possible que l'étudiant bénéficie du 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. Notre bureau coordonne un service d'enregistrement de lectures et offre un support pour l'utilisation de logiciels spécialisés. Il est alors important de fournir à l'étudiant, le plus tôt possible, la liste des documents de référence pour le cours et l'échéancier qui s'y rattache.

Les examens et les travaux

La situation de chaque personne étant unique, lorsque des accommodements aux examens sont requis, ils sont nécessairement indiqués dans la lettre d'attestation d'accommodement présentée par l'étudiant à chaque début de session, au département concerné (professeur ou personne responsable).

Il est souhaitable de prévoir rapidement les aménagements nécessaires à la passation des examens. Dans certains cas, afin de ne pas pénaliser l'étudiant qui éprouve une difficulté accrue à se concentrer dans un contexte d'examen, il faudra prévoir un local où la personne pourra être seule et allouer le temps supplémentaire autorisé.

Enfin, si le trouble mental implique le recours à un médicament qui engendre une fatigabilité, des difficultés de concentration ou des baisses d'énergie, un horaire limitant le nombre d'examens à l'intérieur d'une même semaine peut être nécessaire. Une entente entre les professeurs concernés et l'étudiant permettra de fixer de nouvelles dates d'examens. De même, un délai pourra être accordé pour la remise de travaux longs ou d'examens maison.

En résumé, il est souhaitable que les professeurs et les étudiants s'entendent clairement sur leurs attentes respectives, et ce, dès le départ.

Pour plus de détails concernant le Centre d'aide aux étudiants de l'Université Laval, consultez notre site www.aide.ulaval.ca

Confidentialité

Le Centre d'aide aux étudiants applique une politique de confidentialité par laquelle il s'engage à ne pas transmettre quelque documentation que ce soit sans une autorisation écrite ou de l'étudiant.

Sources :

Guide à l'intention des étudiants des niveaux collégial et universitaire ayant des déficiences psychiques. In Site de l'Association canadienne pour la santé mentale, [En ligne].

www.acsm.ca/tonededucation/introduction

(Page consultée le 15 juin 2010).

Understanding psychiatric disabilities. In Site York University, Counselling and Disability Services, [En ligne].

www.yorku.ca/facultyawareness/understand-psychiatric

(Page consultée le 15 juin 2010).





Centre d'aide aux étudiants
Accueil et soutien aux étudiants
en situation de handicap

Pavillon Maurice-Pollack
2305, rue de l'Université, local 2121
Québec (Québec) G1V 0A6

418 656-2880

Télécopieur : 418 656-7866

acsesh@aide.ulaval.ca

www.aide.ulaval.ca