

Agir pour mieux soutenir l'expérience inclusive de loisir

Hélène Carbonneau¹, Marc St-Onge², Alexandra Gilbert^{1,2}, Marie-Michèle Duquette¹

1. Université du Québec à Trois-Rivières
2. Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées

Depuis plusieurs années, la question de l'inclusion est présente sur toutes les tribunes. Cette notion est d'ailleurs intégrée tant dans la *Politique de l'activité physique, du sport et du loisir – Au Québec, on bouge!* que dans le *Cadre stratégique pour le loisir au Canada*. Il apparaît donc pertinent de réfléchir à cette question pour être mieux en mesure d'intervenir sur le terrain et soutenir l'inclusion de tout citoyen à des loisirs lui permettant de vivre une expérience significative.

Quelques bulletins de l'OQL ont présenté des réflexions sur l'intégration, l'accessibilité au loisir ou encore l'expérience de loisir. Ce bulletin s'en distingue en réunissant ces concepts pour proposer de nouvelles pistes d'application en matière de planification, de gestion et d'intervention. Bien que ce sujet soit abordé ici davantage en fonction des personnes ayant des incapacitésⁱ, le lecteur pourrait y inclure par généralisation diverses populations exclues des services et activités de loisir pour une raison ou une autre. Nous pouvons penser aux immigrants et aux personnes marginalisées et défavorisées sur le plan économique.

De l'accessibilité universelle à l'expérience inclusive

La question de l'intégration des personnes handicapées est souvent abordée sous l'angle de l'accessibilité universelle qui invite à agir sur l'environnement physique et social afin de créer des milieux favorables à l'intégration des personnes ayant des incapacités. Le concept d'inclusion propose d'ouvrir la réflexion à l'importance de non seulement faciliter l'accès à des lieux, mais aussi d'aider la personne à prendre sa place parmi les autres usagers.

La notion d'expérience inclusive de loisir vient enrichir cette importante perspective en considérant les conditions requises pour favoriser une participation propice à contribuer au développement optimal des personnes ayant des limitations.

Il s'agit alors de se demander comment et dans quel contexte une personne ayant des limitations peut vivre une expérience de loisir significative et épanouissante au sein de diverses infrastructures. Une pratique significative de loisir fait référence ici à une activité qui correspond aux intérêts et

aspirations de la personne, et qui lui permet de mobiliser ses talents et capacité

L'expérience en loisir et l'inclusion

Afin de donner pleinement accès au loisir, il convient de revenir à la notion d'expérience. Il est largement connu que le loisir peut être défini de trois façons : un temps libre, une activité librement choisie ou une dimension psychologique ancrée dans une expérience librement choisie et motivée intrinsèquement. Ainsi, le loisir est plus qu'une activité que

l'on pratique, c'est une expérience que l'on vit. Cette expérience peut prendre diverses formes susceptibles d'en influencer la portée.

L'expérience de loisir se fonde davantage sur la signification que prend l'activité pratiquée pour l'individu plutôt que sur l'activité elle-même². S'engager dans un loisir est une façon d'exprimer notre individualité incluant nos talents et capacités, de mobiliser notre potentiel et de vivre une variété d'émotions positives par la pratique d'activités agréables et significatives. Dans une perspective de soutien à l'inclusion, il importe ainsi de s'attarder à saisir comment une pratique de loisir peut aller au-delà de la simple occupation du temps ou de la présence en un lieu, et devenir une véritable expérience inclusive de loisir pour une personne ayant des incapacités.

Le soutien à l'expérience inclusive de loisir, un changement de paradigme

L'expérience inclusive de loisir est propice à faire en sorte que les personnes ayant des incapacités soient considérées dans leurs capacités et non leurs incapacités, et qu'elles puissent davantage prendre pleinement leur place dans leur société.

Trop longtemps l'intervention en loisir auprès des personnes ayant des incapacités a été principalement ancrée dans une approche thérapeutique où le loisir était considéré comme un outil visant la réduction des incapacités et l'amélioration du fonctionnement des individus.

Or, depuis quelques années, de plus en plus de chercheurs, d'intervenants et de représentants d'associations se lèvent pour défendre le droit de ces personnes à pratiquer des loisirs pour des loisirs.

Le travail du groupe LUDI³, mené notamment par Serenella Besio, est marquant dans cette perspective en revendiquant pour les 0 à 5 ans le droit de jouer pour jouer plutôt que de jouer principalement dans une visée de réadaptation⁴. De son côté, Devine (2004) parle de permettre aux personnes ayant des incapacités de devenir un « doer » plus qu'un « viewer », reconnaissant ainsi leur droit à une pratique de loisir active comme tout autre citoyen⁵. De leur côté, Marcellini et Reichhart ont approfondi la portée de certaines pratiques inclusives inspirantes^{6,7}.

Un changement de paradigme orienté vers une approche centrée sur les potentiels et sur l'inclusion a ainsi émergé, paradigme qui met l'accent sur le bien-être et le style de vie des personnes davantage que sur l'amélioration de leur

fonctionnement^{8,9}. L'actualisation des personnes ayant des limitations par la participation à des activités significatives qui correspondent à leurs intérêts et mobilisent leurs potentiels devient ici au cœur des préoccupations. Le développement de liens positifs avec les autres participants avec ou sans incapacités et d'un sentiment d'appartenance prime sur la réduction des incapacités.

Malgré les efforts, le modèle inclusif tarde à s'implanter. Encore aujourd'hui, plusieurs intervenants accolent le mot thérapie à une pratique de loisir lorsque cette dernière s'adresse à des personnes ayant des limitations ou simplement âgées, les posant par le fait même dans un nécessaire processus de réduction de leurs incapacités. De plus, l'intégration des personnes ayant des incapacités est trop souvent vue comme un problème alors que leur intégration devrait devenir un choix de société. Il importe de prendre le temps de mieux allier les énergies investies dans cette cause tant sur le plan de la recherche que sur celui de l'intervention en vue de maximiser l'accès à une expérience inclusive de loisir et ainsi d'avoir un impact plus significatif sur la qualité de vie des personnes ayant des incapacités.

Mieux comprendre les besoins des clientèles

L'importance de développer l'inclusion en loisir commande de

Carbonneau, H., St-Onge, M., Gilbert, A., Duquette, M.C. (2019) *Agir pour mieux soutenir l'expérience inclusive de loisir* Observatoire québécois du loisir 17(1)

mieux saisir les besoins de diverses clientèles ainsi que les barrières systémiques qui se posent à leur participation. Plusieurs chercheurs se sont attardés à approfondir cette question tant du côté des personnes handicapées¹⁰¹¹ que pour celles qui ont des problèmes de santé mentale ou des maladies chroniques¹², ou encore les aînés avec des atteintes cognitives¹³.

Diverses approches ont été développées au fil des ans afin de soutenir la participation active de ces clientèles à des pratiques de loisir significatives dans une perspective de développement optimal et de qualité de vie. On y retrouve des activités de sensibilisation, des programmes d'éducation au loisir, et des programmes de soutien à la participation sociale ou autres interventions semblables visant le développement des habiletés des personnes ayant des incapacités.

Complémentaires aux interventions thérapeutiques, ces approches sont essentielles pour soutenir la participation des personnes aux prises avec des enjeux de santé ou des limitations fonctionnelles et leur permettre de s'épanouir dans des loisirs significatifs. Ces approches sont centrées sur le soutien à la participation auprès de la personne elle-même. Mais si de telles interventions sont utiles, voire nécessaires, elles ne sont pas suffisantes¹⁴. Il ne suffit pas d'amener les personnes ayant des incapacités à décider de participer à

des loisirs, encore faut-il qu'elles trouvent un environnement favorable où s'intégrer.

Agir sur l'environnement

Pour soutenir l'inclusion en loisir, il ne suffit donc pas d'agir auprès de la personne ayant des incapacités, mais aussi auprès de la communauté dans laquelle elle vit. Le modèle de développement humain et de processus de handicap (MDP-PPH) proposé par Fouygerolas¹³ nous apprend que la situation de handicap résulte de l'interaction entre les caractéristiques de la personne et celles de son environnement. Ainsi, ce n'est pas tant les limitations d'une personne qui empêchent sa participation que la capacité de l'environnement dans lequel elle évolue à s'adapter à soutenir sa participation.

La notion d'accessibilité universelle est certes importante afin d'optimiser l'accessibilité des lieux et des programmes. Cela implique l'environnement physique et humain. Dans ce contexte, Anderson et Heyne proposent non seulement de miser sur les potentiels de la personne ayant des incapacités, mais aussi de développer les forces en présence dans son environnement pour soutenir son implication.

Au-delà de l'accessibilité, il importe de développer une culture d'inclusion.

Plusieurs chercheurs s'activent à mettre au point des modèles pour soutenir le développement des communautés dans cette quête d'une culture d'inclusion favorisant l'accès à une expérience inclusive pour les personnes ayant des incapacités. Mobily et Dieser (2018) proposent le « social/recreation community model » comme approche pour soutenir l'inclusion en loisir¹⁵. De son côté, Dattilo (2018) a conçu un modèle d'éducation à l'inclusion qui s'adresse aux acteurs de la communauté. Ce modèle s'articule autour de cinq éléments : être éthique et célébrer l'inclusion, optimiser les droits sociaux, promouvoir l'engagement social, inspirer un engagement psychologique et favoriser l'engagement physique¹⁶.

Ces modèles amènent à réfléchir à l'importance d'agir collectivement pour changer le regard des gens et considérer la personne et ses potentiels au lieu de mettre l'accent sur le handicap et les limitations fonctionnelles. Cela implique, d'une part, la sensibilisation de la population au droit au loisir pour tous et, d'autre part, de mettre en œuvre des mesures pour faciliter le lien entre les diverses clientèles et soutenir pleinement la participation de tous.

Favoriser le dialogue entre savoir expérientiel et savoir théorique

Plusieurs intervenants des milieux de pratique au Québec, ailleurs au Canada, aux États-Unis et en Europe ont développé des pratiques inspirantes en matière d'inclusion dans les domaines sportifs, du plein air, du tourisme et de la culture. Pour avancer en matière d'inclusion, il faut optimiser le dialogue entre savoirs expérientiels et théoriques de façon à assurer le rayonnement de ces pratiques. Trop souvent les réflexions issues de diverses études demeurent méconnues des milieux de pratique. De même, des pratiques inspirantes réalisées dans la communauté mériteraient d'être davantage documentées et partagées. C'est précisément la perspective dans laquelle s'inscrivent les travaux d'un

nouveau laboratoire récemment créé à l'UQTR, le Laboratoire interdisciplinaire sur l'expérience inclusive de loisir (LIREIL), ainsi que ceux d'un groupe international en émergence, le Réseau international sur l'expérience inclusive de loisir. Plusieurs membres de ces groupes ont été invités au premier Symposium international sur l'expérience inclusive de loisir, du 22 au 24 octobre 2019 à Trois-Rivières.

Poursuivre ensemble la route vers une société plus inclusive

Ce symposium a été précisément organisé pour favoriser la diffusion et le partage de connaissances dans le domaine des sciences humaines entre chercheurs, étudiants, décideurs et praticiens avec, notamment, des présentations de

résultats de recherche en matière d'inclusion en loisir et de pratiques inspirantes.

Il n'y a aucun doute que le dialogue entre savoirs scientifiques et savoirs expérientiels est propice à l'accroissement de l'utilisation des connaissances en matière d'inclusion en loisir.

Il permet à la fois d'améliorer les pratiques et de mieux ancrer la recherche dans les besoins des milieux. La contribution de tous – praticiens, décideurs, gestionnaires, chercheurs – est la condition essentielle de cet enrichissement mutuel pour le mieux-être des personnes ayant des incapacités.

Références

¹ La notion de personnes ayant des incapacités inclut ici tous ceux qui font face à des enjeux fonctionnels ou de santé venant limiter leur participation (personnes handicapées au sens de la loi, que ce soit au plan physique, sensoriel ou intellectuel, personnes âgées en perte d'autonomie ou personnes aux prises avec des problèmes de santé mentale).

² Ateca-Amestoy, V., Serrano-del-Rosal, R., Vera-Toscano, E. (2008) The leisure experience, *The Journal of Socio-Economics*, 37(1) : 64-78
Besio, S., Bulgarelli, D., & Stancheva-Popkostadinova, V. (2017). Play development in children with disabilities Berlin, Boston: De Gruyter

³ Ludi : un réseau pan-européen de coopération en sciences et technologies qui outille les intervenants et décideurs en plaçant le jeu comme vecteur d'intégration des enfants ayant des limitations

⁴ Devine, M.A. (2004) "Being a 'Doer' Instead of a 'Viewer'": The Role of Inclusive Leisure Contexts in Determining Social Acceptance for People with Disabilities, *Journal of Leisure Research*, 36:2, 137-159

⁵ Marcellini, A. (2000) D'une minorité à l'autre...Pratique sportive, visibilité et intégration sociale de groupes stigmatisés, *Loisir & Société*, 23(1) p.251-272

Carbonneau, H., St-Onge, M., Gilbert, A., Duquette, M.C. (2019) *Agir pour mieux soutenir l'expérience inclusive de loisir* Observatoire québécois du loisir 17(1)

-
- ⁶ Reichhart, F. (2006). Le loisir, reflet de la personne handicapée et indicateur de son degré de socialisation : Enquête par entretiens auprès de travailleurs handicapés, *Loisir & Société*, 29(2)-505-522
- ⁷ Anderson, L. S., & Heyne, L. A. (2012). Flourishing through leisure: An ecological extension of the leisure and well-Being model in therapeutic recreation strengths-based practice. *Therapeutic Recreation Journal*, 46(2), 129-152
- ⁸ Mobily, K.E. (2015) Should US recreation therapy be replicated globally? An opportunity to do better. Part II, *World Leisure Journal*, 57:1, 57-68
- ⁹ Carbonneau, H., Roullet, R., Duquette, M-M, et Belley-Ranger, E. (2017). The Determining Factors in School Contexts Which Lead to Active Lifestyles among Younger Generations with Disabilities *International Journal of Applied Sports Sciences*. 29, 1 / 30. June
- ¹⁰ Shikako Thomas, K., Shevell, M., Schmitz, N., Lach, L., Law. M. , Poulin, C., Majnemer, A, The QUALA Group. (2013) Determinants of participation in leisure activities among adolescents with cerebral palsy *Research in Developmental Disabilities* 34 : 2621–2634
- ¹¹ Hutchinson, S.L., Lauckner, H., Meisner, B.A., Gallant, K. & Silversides, C. (2017) Fostering self-determination and sense of belonging through leisure education: reflections on the Steps to Connect program, *Loisir et Société / Society and Leisure*, 40:3, 360-376
- ¹² Éthier, S., Carbonneau, H., Verreault, K., Bettencourt, K. (2017). Participation sociale des personnes ayant des atteintes cognitives en centre communautaire de loisir, un possible? *Revue canadienne de gérontologie*. 1-13
- ¹³ Dieser, R.B. (2012) Leisure education research and the fundamental attribution error, *World Leisure Journal*, 54:1, 48-57, DOI: 10.1080/04419057.2012.668037
- ¹⁴ Fougeryollas, P. (2010). *Le funambule, le fil et la toile: transformations réciproques du sens du handicap*. Québec: Presses de l'Université Laval
- ¹⁵ Mobily, K.E. & Dieser, R.B. (2018) Seeking alternatives in therapeutic recreation/recreation therapy: a social/recreation community model, *Leisure/Loisir*, 42:1, 1-23
- ¹⁶ Dattilo, J. (2018). An Education Model to Promote Inclusive Leisure Services. *Journal of Park & Recreation Administration*, 36(2), 177-195