



**Carleton**  
University

**Accessibility**  
Institute

# **Une perspective neurodivergente : Pratiques recommandées pour l'inclusion de la neurodiversité**

**Résumé exécutif**

**Juin 2024**

**(Révisé Novembre 2024)**

Funded by the  
Government  
of Canada

Financé par le  
gouvernement  
du Canada

**Canada** 

# 1. Résumé

L'Institut de l'accessibilité de l'Université Carleton a mené le projet « *Une perspective neurodivergente : Pratiques recommandées pour l'inclusion de la neurodiversité* », avec le financement de Normes d'accessibilité Canada. L'objectif du projet était de formuler des recommandations pour aider les spécialistes de l'élaboration de normes à prendre en compte les besoins des personnes neurodivergentes tout au long du processus d'élaboration. Ce faisant, nous visons à améliorer l'accessibilité pour les personnes ayant des modes de pensée et de traitement de l'information différents, comme les personnes autistes, les personnes présentant un TDAH ou celles vivant avec des difficultés d'apprentissage.

## Pourquoi ce projet est-il important?

De nombreux environnements sont conçus pour les personnes considérées comme « neurotypiques ». Cela signifie que les personnes qui ont des styles cognitifs différents se heurtent souvent à des obstacles. En tenant compte de la neurodivergence, nous pouvons créer des normes plus inclusives qui profitent à tout le monde.

## Notre approche

Nous avons travaillé avec des personnes neurodivergentes et collaboré avec des spécialistes de l'élaboration de normes. Ensemble, nous visons à :

- **Découvrir les obstacles et les soutiens** qui ont un effet sur les Canadien(ne)s neurodivergent(e)s.
- **Consulter la communauté** pour mettre en place des solutions pratiques.
- **Guider les spécialistes de l'élaboration de normes** sur la manière de favoriser davantage l'inclusion dans le cadre de leur travail.

## Ce que nous avons fait

Le projet comprenait une analyse des recherches existantes et une consultation de la communauté à travers la mise en place de groupes de discussion, d'entretiens et de sondages. Nous avons recueilli les commentaires de personnes participantes neurodivergentes et de spécialistes de l'élaboration de normes.

## Principaux résultats

### a) Obstacles à l'inclusion

- **Un espace comportant trop de stimuli sensoriels peut être accablant** et rendre la pleine participation difficile.
- **Des systèmes trop compliqués, un langage nébuleux et des styles de communication différents** peuvent empêcher les gens de comprendre et de participer pleinement.
- **Un manque de soutien, de flexibilité et d'informations claires** sur ce qu'on attend d'elles rend plus difficile pour les personnes d'obtenir ce dont elles ont besoin.
- **Le fait de donner la priorité aux manières neurotypiques de faire les choses, ainsi que la stigmatisation, les suppositions et les préjugés** à l'égard des personnes neurodivergentes conduisent à leur exclusion.

### b) Éléments facilitant l'inclusion (facilitateurs)

- **Les espaces et les rassemblements accessibles aux personnes présentant des troubles sensoriels** sont très pratiques, **car elles permettent de savoir à quoi s'attendre et offrent des outils ou des accommodements pour aider à répondre aux besoins sensoriels.**
- Une **communication claire** et des messages simples et directs peuvent réduire le stress.
- La **possibilité d'effectuer des choix individuels** dans les espaces et lors de rassemblements peut accroître le confort et l'indépendance.
- La **mise à disposition de soutiens tels que** des outils d'assistance, des soutiens sociaux et d'autres accommodements favorise l'inclusion.
- La **sensibilisation et l'éducation** à la neurodivergence peuvent aider les gens à apprendre à créer des réunions et des espaces plus positifs et plus inclusifs.
- **Laisser les personnes utiliser leurs propres stratégies** qui fonctionnent pour elles permet une meilleure accessibilité.

c) Recommandations de la communauté neurodivergente pour les spécialistes de l'élaboration de normes.

- **Sensibiliser** les gens en les informant sur la neurodivergence afin de faire évoluer les mentalités.
- **Simplifier les normes** en les rendant claires et faciles à suivre. Rendre le processus d'élaboration de normes clair et faciliter l'implication dans celui-ci.
- **Impliquer activement les personnes neurodivergentes** dans le processus d'élaboration des normes, notamment en leur permettant de mener la recherche utilisée pour élaborer les normes, de participer à cette recherche et de faire partie des comités de normalisation pour faire part de leurs connaissances.

## Étapes suivantes : Nos recommandations

Nous avons formulé cinq recommandations principales pour améliorer la neuroinclusivité dans l'élaboration de normes.

1. **Utiliser l'éducation pour sensibiliser**, réduire la stigmatisation et adapter les attitudes neurotypiques, afin que chaque personne soit incluse et se sente à sa place.
2. **Inclure les voix des personnes neurodivergentes** en faisant participer un éventail de chercheur(euse)s et d'expert(e)s en la matière aux processus d'élaboration de normes.
3. **Simplifier les communications, les processus et les lignes directrices** pour les rendre clairs et compréhensibles.
4. **Reconnaître et prendre en compte les besoins sensoriels** en créant des environnements flexibles qui peuvent être modifiés pour répondre à une variété de besoins sensoriels.
5. **Planifier** en réfléchissant à la manière dont les personnes neurodivergentes vivent et interagissent dans l'environnement, afin de les inclure lors de l'élaboration de nouvelles normes.

Ce rapport comprend également des liens vers des ressources et un guide pour aider à appliquer ces recommandations tout au long du processus d'élaboration de normes.