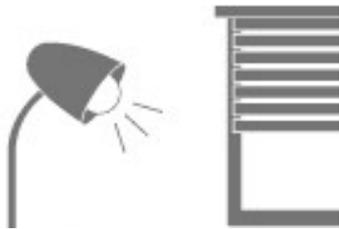


Réduire les gênes visuelles extérieures

1^{er} et 2nd degrés

Apaisement sensoriel



Description

Certains élèves sont particulièrement sensibles à la lumière. Pour leur bien-être, il faut donc prendre en compte les questions liées à la luminosité et aux sources potentielles de stress de leur environnement.

Pour en savoir plus

Il faut éviter de place les élèves sensibles à la luminosité face à une fenêtre et penser à les prévenir lorsque vous éteignez ou allumez la lumière dans la classe.

Certains élèves sont obligés de porter des lunettes de soleil ou une casquette y compris à l'intérieur des bâtiments. Il faut donc veiller à en informer les camarades et l'ensemble des adultes de l'établissement afin que cela ne devienne pas une source de stress supplémentaire pour lui.

L'ensemble des besoins liés à la gestion de la lumière peut être discuté avec les professionnels de soin qui suivent l'élève (orthoptiste, médecin...) lors de la réunion d'équipe de suivi de la scolarisation. Il est important de mentionner les adaptations mises en place dans le Gevasco afin d'assurer la continuité de celles-ci, notamment lors du passage dans un autre établissement.

Place dans la classe

La place de l'élève sensible à la luminosité dans la classe doit répondre à des contraintes souvent liées à l'éclairage. Dans la mesure du possible cette place ne doit pas l'isoler de ses camarades, même si des contraintes sont présentes. Il faut donc réfléchir à un plan de classe en amont et ne pas hésiter à ce que cet élève garde la même place toute l'année. Il pourra ainsi changer de voisins et faire partie de la vie de la classe.

La lumière extérieure (surtout quand les rayons du soleil sont rasants) peut être très gênante, il est donc préférable de travailler avec les rideaux tirés et d'utiliser la lumière des plafonniers et/ou celle d'une lampe personnelle. En effet, certains élèves sont très facilement éblouis (surtout s'ils souffrent de photophobie). Cela entraîne une gêne importante et une concentration accrue, ce qui les fatigue davantage. Il est important de travailler dans un cadre apaisant.

Selon leurs besoins d'autres élèves pourront, au contraire, avoir besoin d'une source lumineuse plus intense et c'est principalement dans ce cas qu'il faudra recourir à un éclairage d'appoint. Il sera donc indispensable de réfléchir à leur place dans la classe

(proche d'une prise afin de pouvoir brancher sa lampe). Attention cependant à ne pas trop accumuler de matériel sur la table.

Par ailleurs l'acuité visuelle peut varier selon le moment de la journée, la fatigue, l'anxiété. De manière générale, c'est l'élève qui est le plus expert pour déterminer son installation optimale. Il conviendra donc d'échanger avec lui pour stabiliser avec lui sa place et l'équipement nécessaire dans la classe.

Le tableau

Quand l'élève est dans la possibilité de lire au tableau, la luminosité peut être gênante. Les tableaux verts sont dans ce cas à privilégier par rapport aux tableaux blancs. Ces derniers reflètent beaucoup la lumière, ce qui peut être gênant. Si le choix de tableau n'est pas possible, il faudra veiller à apporter un bon éclairage (en accord, encore une fois, avec les professionnels de soin) et penser à utiliser des feutres noirs (contrastés) et une écriture suffisamment grosse.

Les tableaux interactifs ou les vidéoprojecteurs sont accessibles à certains seulement (il faudra donc se renseigner auparavant), mais ils ne conviennent pas à tous les élèves. La source projetée peut être adaptée en format papier ou transmise sur un ordinateur personnel afin que l'élève bénéficie dans ce cas de l'écrit au même titre que ses camarades de classe.

Le passage au tableau peut être une épreuve difficile pour certains élèves. Outre le regard des autres, l'aveuglement par la lumière reflétée peut devenir une source d'échec (difficultés à relire ce qui est écrit, repérage impossible...).

Dès lors qu'une activité demande un effort de concentration important, il faut bien entendu penser à mettre en place des moments de récupération cognitive. Cela peut donc être nécessaire en cas d'environnement inadapté du point de vue de la lumière (lors de déplacement dans des lieux différents, de sortie par exemple).