

Dyslexie

1 – Bon à savoir / connaissances générales

- Les troubles DYS entrent dans la catégorie du handicap cognitif selon l'article 2 de la loi du 11 février 2005 qui définit le handicap et distingue la spécificité du handicap cognitif. Ils font partie des troubles cognitifs neurodéveloppementaux ; ils se différencient des altérations des capacités intellectuelles.
- Les troubles DYS sont multiples : dyslexie (trouble du langage écrit) ; dysphasie (trouble du langage oral) ; dyspraxie (trouble de la coordination du geste), dyscalculie (calcul)...
- Il n'existe pas, à proprement parler, de « types » de dyslexie officiellement diagnostiqués, mais différents aspects de la lecture peuvent être impactés. Par exemple, la dyslexie phonologique renvoie à la difficulté à décomposer et « décoder » les sons des mots ; la dyslexie de surface (également appelée visuelle ou dyséidétique) concerne la reconnaissance globale des mots, notamment les mots courants ; la dyslexie dite « à double déficit » combine ces deux dimensions et rend la lecture encore plus coûteuse.

2 – Manifestations du handicap

- La concentration mise en jeu pour écrire est beaucoup plus importante: *« C'est le travail à la fac, moi pour mon cas, pour recopier ce qui est noté au tableau ou en amphi, des fois je vais loucher des moitiés de tableau, tellement que je suis concentré dans l'outil scripteur, dans mon écriture, dans ma qualité d'écriture, et pas forcément sur le contenu de ce que j'écris. J'ai, des fois, loupé des moitiés de tableau, parce que je suis tellement concentré sur essayer de bien écrire pour pouvoir relire moi-même plus tard. »*
- L'épuisement physique fait parti des symptômes: *« Sur mon épuisement physique également, parce que je suis crispé jusqu'à l'épaule quand j'écris, à cause de ma dyslexie, donc épuisé à ne pas en avoir des crampes mais presque, donc ça c'est de la fatigue constante au moment des cours. »*
- Des difficultés en orthographe sont présentes: *« Et en souvenir, c'est surtout au moment des TD, peut-être une fois sur trois, une fois sur quatre, une petite angoisse au tableau au moment de voir écrire un mot, ben je ne sais pas comment ça s'écrit »*
- Le temps consacré au travail personnel et/ou à toute activité nécessitant de la rédaction est deux fois plus important: *« Et le deuxième moment ça va être le travail personnel à fournir chez moi, où là il faut me relire, je mets plus de temps à lire que les autres, enfin je travaille plus pour fournir la même quantité de travail, que les gens normaux. » ; « j'ai passé peut-être 45 minutes à écrire un mail de quelques lignes, c'est ça le temps que je passerai à m'assurer que je n'ai pas de fautes, pour faire pro, tout simplement. J'essaie*

de passer beaucoup de temps sur la correction, même des fois beaucoup trop de temps, 45 minutes ce n'est pas normal » ; « passer 2 CM de 1h20 à la suite à rédiger le tableau, c'est là où justement je loupais des parties de tableau. Pareil en TD, j'ai coupé des parties de tableau, dès qu'il y a besoin de recopier, des fois les profs vont super vite, les autres sont là en vitesse normale, moi je suis déjà à ma vitesse max. (...) En CM, pour suivre, il fallait y aller des fois, quand vraiment la vitesse augmentait d'un coup, là juste des fois j'arrêtais d'écrire, j'écoutais, et je me disais par là je vais recopier, écrire le cours à tête reposée chez moi, avec les ressources du prof, et les envois des camarades. »

- Les temps de lecture prennent également beaucoup plus de temps et fatiguent énormément: *« la lecture, pour lire trois pages, moi je vais en lire qu'une par exemple, donc forcément c'est du temps en plus que je vais passer pour un plaisir, mais qui me prend plus de temps, donc moins de temps pour faire d'autres choses à côté. En fait c'est pénible parce que ça nous demande encore beaucoup plus de concentration, donc ça engendre beaucoup plus de fatigue pour moi, la lecture que ce soit BD, romans, donc ce n'est pas forcément un truc sur lequel je vais, la lecture, mais j'adore ça. »*

- Développement personnel de techniques permettant de pallier au mieux au handicap: *« Non mais vraiment l'anecdote c'est de faire d'énormes fautes au tableau en ayant un bon raisonnement. Alors tu développes des techniques à essayer de mal écrire le mot, petit, plus petit, faire le mot un peu illisible, est-ce que je dois mettre un X ou un T à la fin, voilà tu gribouilles un peu la fin du mot quand tu ne sais pas trop quelles lettres il faut mettre » ; « Aussi les tables de multiplication, on demande de corriger par exemple, tu passes au tableau et puis d'un coup le prof te dit ouais mais attention tu t'es trompé dans le calcul, je ne sais pas 8×7 , moi je suis obligé de le calculer, donc à chaque fois c'est des efforts en fait, ce n'est pas par cœur. Donc ça permet de développer des techniques pour aller un peu plus vite, pour pas paniquer. » ; « Et bien sûr quand tu apprends une langue étrangère, tous les petits moyens, mes mnémotechniques, toutes les petites techniques que j'ai pu développer en français, il faut recommencer tout à zéro. Toutes les petites techniques, les automatismes que j'ai pu développer en écriture en français, il faut en retrouver pour l'anglais, c'est la dyslexie. Ce n'est pas que pour le français, c'est pour toutes les langues étrangères »*

- L'orthopédie peut aider au développement de ces techniques personnelles : *« j'ai fait de l'orthopédie jusqu'à mes 18 ans. Et à peu près de la troisième jusqu'à la terminale, les principaux exercices qu'on me faisait faire, c'était des mots que je n'arrivais pas à écrire en dictée. Et on les reprenait et j'avais un petit carnet où on m'écrivait le mot avec la bonne orthographe. Ensuite, je devais dessiner quelque chose avec les lettres du mot pour pouvoir me rappeler par exemple toboggan. Je me souviens d'avoir dessiné un toboggan avec à l'intérieur des lettres du mot toboggan. J'avais utilisé les lettres du mot, des mots principalement là où j'avais fait l'erreur. Des moyens mnémotechniques comme ça qui permettaient de retenir comment bien orthographier les mots. »*

- La dépendance aux camarades de promotion (et parfois aux professeurs) est importante: *« Ça va être aussi demander beaucoup de fois les cours des autres, même si j'ai les ressources, qui sont des fois pas suffisantes, parce que les cours ils varient un peu des années aux autres des profs, et ils ne sont pas tout le temps forcément à jour. Donc c'est demander beaucoup de fois des photos, des écrits des potes, des camarades, donc heureusement à chaque fois ils ont accepté, mais ça fait du travail en plus, une difficulté en plus. C'est-à-dire que je vais reprendre mon cours, lire les ressources du prof, et lire et comparer constamment aussi avec les ressources des camarades. Donc bon c'est bien ça fait relire mon cours, au moins ça c'est sûr, mais comparer plusieurs documents entre eux, paragraphe par paragraphe, c'est un peu épuisant à la fin. »* ; *« Ensuite j'avais le contenu des profs, le cours des profs si c'est possible. »*

- Les fautes de français dites « courantes » mettent du temps à être assimilées: *« les fautes toutes courantes qui m'ont fallu énormément de temps à apprendre. Par exemple le « a » et « à », il m'a peut-être fallu attendre la terminale pour que ce soit vraiment automatique. Pareil, « et » et « est ». Première terminale, des choses comme ça. (...) Aussi quand un verbe se termine par « er » ou « é » à la fin. »*

- Développement progressif d'un sens de l'écriture « inné »: *« Puis même aussi, en tout cas pour moi, à force d'écrire et qu'on me corrige, j'arrive à bien orthographier les mots, avoir la bonne grammaire, sans trop savoir pourquoi. C'est juste un ressenti. Je le sens bien comme ça. (...) Par exemple, je ne me suis pas dit « Ah tiens, il faut conjuguer comme ça parce qu'il y a ça. » Ces formes de phrases. Et je sais que ça s'écrit comme ça, que ça marche bien, que ça a l'air de bien marcher comme ça. (...) c'est naturel. C'est à force. Ça intègre petit à petit. »*

- Des aménagements universitaires sont possibles: *« J'avais un preneur de notes qui était payé par l'université pour m'envoyer ses notes de cours à chaque fin de journée, toutes les matières. »* ; *« J'avais le tiers temps, que ce soit pour tous les exams, sauf les DM bien sûr, sauf pour les TP. »* ; *« On a même proposé un secrétaire d'examen. C'est-à-dire une personne qui est à côté de moi en salle unique. Qui vient écrire pour moi, qui vient rédiger ma copie, mon examen etc. »*

3 – Préjugés sur la dyslexie

- Les personnes dyslexiques ne savent pas écrire: *« C'était un TD en anglais, où je vais écrire le verbe « come », 4 lettres, et pour un dyslexique, et bien tu transpires au tableau pour savoir s'il faut mettre deux « m » ou pas, c'est tout bête, comme un peu en français, mais ça m'a marqué parce que vraiment j'ai paniqué au tableau, avec les gens qui sont derrière moi, « ils vont penser que je ne sais même pas écrire un mot de 4 lettres sans faute d'orthographe ». Bon ça n'a pas loupé, j'ai paniqué, j'ai fait la faute. Mais ce n'est pas grave en soi, mais tout ça pour dire en fait que j'utilise énormément de ressources utiles*

de mon cerveau pour me concentrer sur la forme de l'écriture que sur le fond, donc ça épuise beaucoup plus. »

- La dyslexie apporte des privilèges: *« c'est abusé, tu as du temps en plus pour l'examen »*

4 – Justes pratiques

- L'alignement d'un texte justifié crée des espaces irréguliers entre les mots. Une personne DYS risque ne pas distinguer le début et la fin des phrases. Il est donc préférable de:

- Justifier le texte ;
- Utiliser une police de type « Verdana » plutôt que « Times New Roman » ;
- Utiliser une taille de police 10 au minimum sur un document texte ;
- Utiliser de préférence des majuscules avec accent ;
- Créer un fort contraste entre les couleurs de fond et de police

- Les aides techniques ne constituent pas une solution miracle aux troubles DYS, mais peuvent être très utiles pour les compenser. Ils se répartissent en 3 grandes catégories :

- Logiciels d'aide à l'écriture : dictée vocale, correcteurs d'orthographe *« c'est passer pour chaque mot ou chaque phrase écrite, c'est passer, copier-coller ces phrases dans Scribber par exemple, je ne sais pas si tu connais, c'est un site internet qui corrige les fautes. »* ; *« Heureusement, après il y a les correcteurs de texte type Word ou le site Internet de Scribber. »*
- Logiciels d'aide à la lecture : synthèses vocales, modification et la présentation d'un texte à l'écran...
- Logiciels « multifonction » : intègre les fonctions des logiciels précédents.

Liens utiles:

- « 10 questions/réponses sur les DYS », Fédération française des Dys ;
- Guide des premiers pas pour améliorer l'accessibilité numérique de l'université de Bordeaux : https://www.u-bordeaux.fr/application/files/2417/3167/7381/premiers_pas_ameliorer_accessibilite.pdf ;
- « Quels sont les différents types de dyslexie ? » (FranceDyslexia) : <https://francedyslexia.com/quels-sont-les-differents-types-de-dyslexie/#gsc.tab=0> ;
- (Guide de bonnes pratiques à l'attention des enseignants qui s'intéressent à la dyslexie, Benhenni) https://www.universite-paris-saclay.fr/sites/default/files/media/2020-06/guide_bonnespratique_dys_vf_0.pdf?utm_source=chatgpt.com

Quiz de connaissances