

Partages d'expérience
pour

Réussir l'Intégration

**des Travailleurs
Handicapés**



RITHa



Guide
n° 1

SOMMAIRE

UN GUIDE POUR RÉUSSIR ENSEMBLE L'INTÉGRATION	4
PRÉFACE DES PARTICIPANTS	7
QUELQUES IDÉES D'UTILISATION	9
HUIT ÉCLAIRAGES POUR MIEUX SE COMPRENDRE	11
Cacher le handicap	12
Demander une RQTH	14
L'acceptation du handicap	16
Les relations avec le manager	18
S'appuyer sur les services médicaux	20
Comment parler du handicap	22
Vendre son handicap	24
Le retour après une longue absence	26
SIX EXPÉRIENCES INSPIRANTES	28
J'ai commencé à apprivoiser ce mot « handicap » ..	29
J'ai été accueilli avec énormément d'égards	30
Comment vois-tu ton retour parmi nous ?	31
Un sentiment d'opportunité et de construction	32
Parler de mon handicap pour le « dédramatiser »	33
Je suis toujours le même homme	34
LE PROGRAMME RITHa CONTINUE	35

*« L'expérience, ce n'est pas ce qui arrive à quelqu'un,
c'est ce que quelqu'un fait avec ce qui lui arrive. »*

Aldous Huxley

UN GUIDE POUR RÉUSSIR ENSEMBLE L'INTÉGRATION

Cela fait plusieurs années que l'équipe Handi-partage agit pour sensibiliser les salariés à l'accueil de travailleurs handicapés dans leur entreprise. Un jour, l'un d'entre nous s'est écrié : « Mais finalement, **qui sait ce que vivent vraiment les travailleurs handicapés ?** » Nous avons demandé autour de nous... Pas de réponse, ou presque !

Le programme RITHa est né de la conviction que les travailleurs handicapés peuvent apporter beaucoup pour réussir l'intégration.

Pour cela, **nous avons proposé à plusieurs centaines d'entre eux de raconter leur expérience**. D'évaluer les difficultés rencontrées, mais aussi les facteurs facilitants. Grâce à des ateliers en ligne et en live, nous leur avons donné l'opportunité d'échanger et de partager leurs expériences.

Vous avez entre les mains **le Guide RITHa n° 1, issu de cette démarche, avec huit premiers thèmes sur l'intégration***. Il s'adresse à toutes les personnes concernées par l'intégration. Découvrez des dizaines d'expériences vécues, riches d'enseignements. Et des éclairages sur des points qui sont souvent laissés dans l'ombre.

Nous formons le vœu que de nouveaux travailleurs handicapés se joignent au mouvement. Ils pourront contribuer à nourrir le *Guide n° 2*. Mais aussi à enrichir les résultats du questionnaire RITHa.

L'équipe Handi-partage

* En outre, nous avons voulu que ce guide soit imprimé par une entreprise adaptée, avec le label Imprim'Vert.

PRÉFACE DES PARTICIPANTS

Notre souhait est que tous puissent trouver dans ce *Guide RITHa n° 1* des idées, et l'envie de travailler ensemble, pour réussir l'intégration.

Tous, c'est-à-dire les travailleurs handicapés, les managers et collaborateurs qui ont dans leur équipe un travailleur handicapé, le personnel des ressources humaines et des Missions Handicap, les infirmières, les médecins...

Laissez-vous inspirer par ce que nous avons vécu, découvrez ce que nous avons expérimenté. Et mettons-nous tous dans l'action pour Réussir l'Intégration des Travailleurs Handicapés !

MERCI AUX CENTAINES DE TRAVAILLEURS HANDICAPÉS QUI ONT RÉPONDU AU QUESTIONNAIRE RITHa, ET À TOUS LES PARTICIPANTS AUX ATELIERS RITHa EN LIGNE ET EN LIVE.

Yveline Barette ■ Jérôme Baudrillart ■ Yannick Berger ■ Gilles Bouhours ■ Vincent Bourgeois ■ Michel Chamudet ■ Anne ■ Laurence Danne ■ Laure Gibaud ■ Ali Ghodbane ■ François ■ Éric Guadouri ■ Aurore Grisel ■ Amélie Guérin ■ Salim Kandil ■ Jean-Yves Lanoe ■ Philippe Le Mareuil ■ Stéphanie Lapan ■ Éric Lopez ■ Loretta Loucheur ■ Joël Lucet ■ Annie Maës ■ Valéry Malherbe ■ Claire Merlin ■ Gelika Papp-Raffy ■ Florence Perrichaud ■ Marc Piedallu ■ Aurélie Pommereau ■ Mireille Rosier ■ Frédérique Sénèque ■ Isabelle Tissot ■ Patrick Vannier

*Ma vie est aussi pleine de couleurs,
même « invalide »*

Il m'a fallu lire sur
un certificat que
j'étais handicapée
pour commencer à
le croire !

Pour le travailleur
handicapé, il
faut aller vers
les autres pour
s'affranchir de
leur regard

Accepter d'être
reconnu handicapé,
c'est comme
accepter une rupture
amoureuse

*Le désir
de venir en
aide aux
personnes
ayant les
mêmes
déficiences
que moi
m'a permis
d'aller de
l'avant et de
donner du
sens à ma
vie*

Mon handicap
m'a apporté comme
une « vision 3D » de la vie

*C'est grâce
au rire que les
autres osent venir
vers moi*

Accepter
mon handicap,
c'est adapter la
situation à mon
état

Compenser
et cacher
mon
handicap
m'ont
conduit
à la
dépression

Rester
chez moi
et arrêter de
travailler en
profitant des
services sociaux :
tentant, mais
piégeant

L'intégration ne
vient pas que des
autres, elle vient
aussi de soi-
même

Mon
handicap auditif
et mental, avec du
recul, m'a appris à
relativiser et m'a
apporté de la
sérénité

*Dédramatiser son handicap et
l'exposer de manière simple,
concise et factuelle permet de
rassurer l'autre*



**HUIT ÉCLAIRAGES
POUR MIEUX SE COMPRENDRE**



ÉCLAIRAGE N° 1

La tentation est grande pour de nombreux salariés de **cacher leur handicap**. Mais les stratégies qu'ils mettent en œuvre pour cela sont parfois très consommatrices d'énergie, au risque d'influer sur leur relation aux autres et leur performance à court ou à long terme.

1 J'ai caché mon handicap jusqu'à ce qu'il m'empêche de travailler. Quand il y a eu besoin d'aides techniques, quand c'est devenu trop dur... là, j'ai commencé à en parler. **J'ai compris qu'il n'était pas bon que je me cache derrière l'héroïsme.** J'en ai souffert, car j'ai beaucoup dépensé pour masquer mon handicap.

2 **Pour mieux intégrer mon handicap dans mon entreprise, je fais d'abord mon maximum,** je travaille sur moi pour faire en sorte que le fonctionnement de l'ensemble ne soit pas gêné. **Quand arrive le moment où je ne peux pas faire quelque chose, j'en parle.** Je dis : « Tu vois, il faut que tu abordes cela différemment, parce que ça, moi, je ne peux pas le faire. » J'explique mon handicap au moment opportun, lorsque cela est nécessaire. **J'évite d'annoncer à l'avance tout ce que je ne peux pas faire.** Cela produit un meilleur effet auprès de ceux avec qui je travaille. Cela fait moins revendicateur.



LE REGARD DU COACH

Malgré les actions de sensibilisation, il reste encore beaucoup de chemin à parcourir pour faire disparaître toute forme de discrimination. Le fait d'aborder le sujet de son handicap dépend ainsi du contexte dans lequel on se trouve, à chacun de se fier à ses observations et à ses intuitions pour ajuster son niveau de discours. Par ailleurs, parler de son handicap n'est pas chose facile, même dans un contexte favorable. Il pourra être intéressant que ceux qui le peuvent, et le souhaitent, s'y entraînent, et travaillent sur leurs propres appréhensions, sur la manière qu'ils ont de se percevoir eux-mêmes, et de parler de leur situation.

3 **Je ne cherche plus à cacher ou à compenser mon handicap auditif. Car j'ai compris qu'en compensant, j'avais développé, enfant, une faible estime de moi.** À le cacher, la raison de mon décalage avec les autres n'était pas sue. Je n'arrivais pas à suivre, et je me suis repliée sur moi,

pensant que je n'étais pas intelligente. À force de me dire « Je suis nulle, je ne vauds rien à l'école », j'ai perdu un peu tous les jours confiance en moi, et toute cette compensation m'a conduite à une fragilité qui se nomme la « dépression », contre laquelle je prends un traitement. Mais maintenant, grâce à mon entreprise, à mesure que l'estime de moi augmente, je diminue les doses.

4 Avant, je ne parlais pas de mon handicap, car je ne voulais pas être dépendant des services sociaux, je souhaitais rester libre, éviter d'être infantilisé. **Ce qui fait que j'en parle aujourd'hui, c'est le désir d'éviter les incompréhensions et les quiproquos.** J'ai une déficience visuelle et il m'arrivait de ne pas reconnaître des gens

dans les couloirs, d'avoir besoin de temps pour lire des tableurs, de faire des erreurs en les lisant. J'en parle clairement et intelligemment, j'invite les gens à me comprendre quand peuvent survenir des erreurs.

5 Le jour de mon arrivée dans le service où je suis aujourd'hui, j'ai directement annoncé « Je suis handicapée visuelle, je vais vous demander de me prêter vos yeux ». Au début, les gens étaient affolés, ils étaient dans des schémas archaïques où le « handicapé » est nécessairement dans un fauteuil roulant et le « handicapé visuel » est nécessairement non-voyant. Aujourd'hui les gens ne s'intéressent plus à mon handicap mais à mes compétences. J'ai renversé la tendance. Ils ont tous oublié que je suis handicapée.



A series of horizontal dotted lines for writing, located within a green rectangular area.



SIX EXPÉRIENCES INSPIRANTES

J'AI COMMENCÉ À APPRIVOISER CE MOT « HANDICAP » 7/10*

La difficulté principale de la demande de RQTH est de faire le premier pas. Le handicap n'est pas forcément bien vu par la société actuelle, car pour les personnes valides, un handicap physique ou mental n'entraîne forcément que des aspects négatifs dans le travail que vous allez faire. Ce qui n'est pas du tout le cas.

Pour moi, le plus dur a été d'admettre qu'effectivement j'avais un handicap. Je me suis toujours efforcée de faire comme les autres, donc je trouvais ce mot inadapté. Je n'avais pas de handicap puisque j'arrivais à être autonome. Le handicap, pour moi, voulait dire « Tu dépends de quelqu'un ». Certes pendant mes périodes hospitalières je dépends de quelqu'un, mais sinon la plupart du temps je me gère toute seule.

Puis après une année de réflexion et de discussions avec l'assistante sociale j'ai commencé à apprivoiser ce mot et à me dire qu'effectivement je pouvais

peut-être faire un dossier de reconnaissance. Dans le cadre même de ma famille nous n'avions jamais prononcé ce mot : je n'avais pas de handicap. Quand je leur en ai parlé, cela a été très difficile pour eux. Mais ensuite, en parlant, ils ont réussi à accepter l'idée.

Pour ma part j'ai beaucoup mieux accepté cette situation en parlant de ma reconnaissance autour de moi, pendant que je remplissais mon dossier. En parlant avec mes collègues, je me suis rendu compte que certains d'entre eux étaient eux aussi reconnus comme travailleurs handicapés, alors que je ne m'en doutais même pas ! J'ai trouvé cela très rassurant.

L'assistante sociale de mon travail a été très rassurante aussi, et très patiente. Le plus grand soutien a été mon mari. Je pense que si au moins quelqu'un dans votre famille vous soutient, cela devient plus simple.

* Note donnée par le participant à la question « Évaluez votre période d'intégration ou de reconnaissance sur une échelle de 0 à 10, où 0 signifie qu'elle s'est très mal passée, et 10 qu'elle s'est très bien passée ».

LE PROGRAMME RITHa CONTINUE

Aujourd'hui, plus de 400 travailleurs handicapés ont rempli le questionnaire RITHa. Pour autant, il est possible d'affiner encore notre compréhension de l'intégration, grâce à de nouvelles expériences.

De même, il reste à explorer de nombreux thèmes qui sont apparus dans les expériences déjà collectées : le handicap invisible, les compensations et les aménagements, le parcours d'embauche, etc.

C'est pourquoi le programme RITHa continue ! Pour vous tenir informé, pour participer au *Guide RITHa n° 2*, pour nous contacter, consultez le site www.ritha.fr.

SI VOUS ÊTES TRAVAILLEUR HANDICAPÉ, VENEZ PARTICIPER AUX ÉCHANGES EN LIGNE SUR LE SITE DES ATELIERS RITHa, AMÉLIORER VOTRE SITUATION ET CONTRIBUER À LA RÉALISATION DU *GUIDE N° 2*.

WWW.ATELIERS.RITHA.FR

Les Ateliers
RITHa



Ce Guide RITHa pour Réussir l'Intégration des Travailleurs Handicapés a été créé grâce à l'expérience et à l'engagement de plusieurs centaines de travailleurs handicapés.

Il est destiné à tous : les travailleurs ayant une RQTH ou envisageant de la demander, les managers et collaborateurs ayant une personne handicapée dans leur équipe, les responsables RH et les Missions Handicap, les associations de personnes handicapées, les professionnels de l'intégration et plus généralement tous ceux qui se sentent concernés par la réussite de l'intégration dans les entreprises.

Vous aussi, faites évoluer les choses à votre niveau en vous appuyant sur :

- **huit éclairages** sur des aspects importants de l'intégration ;
- **des dizaines d'expériences d'intégration** racontées par les travailleurs handicapés ;
- le **regard d'experts** ;
- les **résultats du questionnaire RITHa**.

