

# Aider chaque personne à trouver sa place

## Les effets concrets du mentorat

### Apprendre ensemble en milieu de travail

Les personnes en situation de handicap grave ont beaucoup plus de mal à trouver un emploi. En 2023, Statistique Canada a révélé que le taux d'emploi des personnes en situation de handicap grave était inférieur de 40 pour cent à celui des personnes sans handicap.

En mettant à profit les talents et les passions des personnes en situation de handicap, nos communautés de travail peuvent devenir plus fortes. Et le mentorat est un moyen important pour aider ces personnes, car celles-ci ont souvent de la difficulté à trouver et à conserver un emploi.

Le mentorat consiste pour une personne plus expérimentée à aider quelqu'un qui débute dans un emploi ou une compétence. Les mentor-e-s peuvent donner des conseils, répondre aux questions et aider la personne en recherche d'emploi à se sentir soutenue.

Le mentorat fonctionne mieux lorsque la personne qui offre le mentorat et la personne mentorée travaillent et planifient ensemble. La personne mentorée peut fixer ses propres objectifs et choisir ce qu'elle souhaite apprendre. La personne qui offre le mentorat peut l'aider à acquérir des compétences, à résoudre des problèmes et à évoluer en toute confiance.

Signal49 Recherche s'est penchée sur la manière dont le mentorat aide les adultes ou personnes en situation de handicap. Nous avons mené un sondage auprès de 1 000 personnes qui s'identifient comme étant en situation de handicap et discuté avec 30 mentor-e-s et mentoré-e-s afin de connaître leurs expériences.

Nous avons constaté que le mentorat aide les personnes en situation de handicap à réussir dans leur travail. Il leur apporte le soutien dont elles ont besoin pour développer leurs compétences et leur confiance en elles.

### Un soutien qui renforce la confiance, les liens et la communauté

Notre sondage a révélé que la plupart des personnes en situation de handicap n'ont jamais participé à un programme de mentorat. Seulement 30 pour cent d'entre elles ont agi comme mentores, et 34 pour cent ont été mentorées.

Selon les personnes *mentorées*, les choses les plus utiles qu'un-e mentor-e peut faire sont notamment :

- enseigner de nouvelles compétences;
- aider à se sentir plus en confiance;
- donner des conseils et des orientations.

Le mentorat peut avoir une grande incidence sur les personnes en situation de handicap. Le mentorat les aide à évoluer et à se sentir soutenues. Le mentorat peut aussi permettre de nouer des relations solides au travail. Parmi les autres avantages mentionnés, citons le fait que les personnes mentorées :

- ont noué des amitiés durables et enrichissantes entre elles et avec leur mentor-e;
- ont pris de meilleures décisions grâce aux conseils et au soutien de leur mentor-e;
- ont mis en pratique les compétences acquises pendant leur mentorat, tant au travail que dans leur vie quotidienne;
- ont eu envie de rendre la pareille, et beaucoup sont ensuite devenus elles-mêmes des mentores.

## Les mentor·e·s facilitent la prise de parole

Les mentor·e·s peuvent aider les personnes en situation de handicap à comprendre leurs droits et à s'exprimer au travail. Notre étude nous a appris qu'il était important d'avoir un bon jumelage entre la personne qui offre le mentorat et la personne mentorée. Beaucoup de personnes en situation de handicap préfèrent avoir des mentor·e·s qui ont vécu des expériences similaires aux leurs. Ce jumelage les aide à se sentir en sécurité lorsqu'elles demandent de l'aide et à obtenir le soutien dont elles ont besoin pour donner le meilleur d'elles-mêmes dans leur travail.

Les mentor·e·s ont plus d'expérience, ce qui aide les personnes mentorées à se sentir plus à l'aise pour demander de l'aide au travail. Les jeunes membres du personnel, quant à eux, ont parfois du mal à le faire. Il en va souvent de même pour les personnes qui débutent dans un emploi ou les personnes qui sont depuis peu en situation de handicap. Les mentor·e·s aident les personnes mentorées à surmonter cette peur.

Les mentor·e·s guident les personnes mentorées dans la résolution des problèmes rencontrés au travail et leur prodiguent des conseils tirés de leur propre expérience. Les mentores peuvent, par exemple, guider une personne mentorée en vue d'une conversation difficile pour demander une aide supplémentaire à son patron. Grâce à ce soutien, le lieu de travail peut devenir plus accueillant, plus sûr et plus utile pour tout le monde.

## Le mentorat favorise la croissance et le sentiment d'appartenance

Le mentorat peut contribuer à rendre les lieux de travail plus inclusifs. Il peut aussi offrir aux personnes en situation de handicap de meilleures chances de s'épanouir et de réussir. Les personnes avec qui nous avons discuté ont mentionné que le mentorat fonctionne mieux quand il existe un plan de base pour guider la relation. Il est également important d'adopter des approches flexibles.

Notre étude nous a appris que la plupart des mentorats étaient informels. Cette approche signifie que les personnes mentorées désirent profiter de plus d'échanges et de soutien, et qu'elles les mentorés se sentent parfois débordées. Un programme officiel de mentorat permet

d'établir des lignes directrices pour aider les gens à tirer le meilleur parti de l'expérience. Un programme officiel aide également à éviter les erreurs courantes qui peuvent nuire à une bonne expérience de mentorat.

Pour en savoir plus sur la manière dont le mentorat peut fournir des conseils, un soutien et une expérience concrète pour rendre les lieux de travail plus inclusifs, veuillez lire le rapport complet : [Favoriser l'inclusion par le mentorat : Un appel à l'action de la part des personnes en situation de handicap](#)

## Vous souhaitez contribuer à rendre votre lieu de travail plus inclusif? Commencez en lisant notre étude

[Soutenir les personnes ayant un handicap au travail : Principaux constats sur la divulgation et les mesures d'adaptation](#)

[Une question de culture organisationnelle : L'accessibilité au-delà de la divulgation du handicap](#)

[Stratégies et outils pour un mentorat inclusif](#)

[Des possibilités pour tous : Améliorer l'expérience au travail et les perspectives de carrière des personnes handicapées au Canada](#)

[Créer des milieux de travail où les travailleurs neuroatypiques s'épanouissent](#)



Ce projet a été commandé par l'initiative MentorHabilités Canada de l'ACSE, financée par le Fonds d'intégration pour les personnes handicapées du gouvernement du Canada. Les opinions et interprétations exprimées dans cette publication sont celles de l'auteur(s) et ne reflètent pas nécessairement celles du gouvernement du Canada.



Financé en partie par le gouvernement du Canada par le biais du Fonds d'intégration pour les personnes handicapées



Avec prise d'effet le 26 janvier 2026, Signal49 Recherche a cessé d'utiliser la dénomination et la marque de commerce « Le Conference Board du Canada », qu'elle utilisait auparavant en vertu d'une licence accordée par The Conference Board, Inc. The Conference Board, Inc. et ses titulaires de licences ont le droit exclusif d'utiliser les marques de « THE CONFERENCE BOARD » au Canada.

Publié au Canada | Tous droits réservés | Entente n° 40063028  
AERIC Inc. est un organisme de bienfaisance indépendant enregistré au Canada qui exerce ses activités sous le nom de Signal49 Recherche.

Où le savoir inspire l'action  
**signal49.ca**