

# L'autodétermination : des bonnes intentions à l'action

Présentation en français facilité pour la rendre plus accessible.

Accessible, ça veut dire que le plus de personnes possibles peuvent la comprendre.

TU PEUX  
FAIRE  
TOUT CE QUE  
TU  
VEUX

SI TOUTEFOIS ÇA  
RESTE DANS LE  
CADRE DE CE QUE  
JE VEUX BIEN  
QUE TU FASSES



## Définition autodétermination (autoD)

- l'autodétermination (autoD) c'est quand une personne connaît ses envies, ses désirs et ses besoins.
- Elle peut par conséquent choisir et finalement prendre des décisions la concernant.
- Mais en réalité, lorsqu'une personne est accompagnée avec cette méthode il est assez difficile de définir ce que sera pour elle l'autodétermination
- Par exemple je peux choisir les vêtements que je porte.
- Décider d'un plat qu'on aime manger, comment le préparer même si on ne peut pas faire physiquement
- Avoir envie d'aller voir un concert ou un match et demander de l'aide pour l'organisation
- Par exemple je veux travailler.
- Elle permet à la personne de faire des choix, de vivre des expériences et de formuler des demandes directes

# Deux visions de l'autoD

- Deux manières de voir l'autodétermination :

## **1. L'autodétermination pèse sur la personne.**

- C'est la responsabilité de la personne de développer son autodétermination.
- La responsabilité, c'est quand tu dois répondre de ce que tu fais. Si tu fais quelque chose, tu dois en accepter les conséquences, bonnes ou mauvaises.

## **2. L'autodétermination est liée à l'environnement.**

- L'environnement, c'est tout ce qui influence la vie et les interactions d'une personne.
- La responsabilité est partagée entre la personne et l'environnement.

# AutoD et responsabilité

- **Autodétermination** : Les organisations doivent encourager les personnes handicapées à prendre des responsabilités pour elles-mêmes.
- **Importance des attentes** : Ne pas avoir d'attentes peut rendre la vie plus difficile, tant pour soi-même que pour les autres.
- **Exemple négatif** : Une personne veut aller à un concert mais n'ose pas demander de l'aide et finit déçue.
- **Exemple positif** : Une personne veut devenir chanteuse, partage son rêve, reçoit du soutien, et réalise un concert. Ensuite, elle décide de poursuivre un autre rêve.
- **Responsabilité individuelle** : Chacun doit prendre ses propres responsabilités. On peut aider et soutenir, mais pas sauver quelqu'un d'autre.



On vous a déroulé  
le tapis rouge!

Lanson

# L'environnement des personnes

- Comment a-t-on crée des environnements peu propices à l'autodétermination ?
- Le modèle médical est encore très présent.
- Le validisme dans les formations des professionnels.
- Le validisme ca veut dire que les modes de vie des personnes valides sont un idéal à atteindre. Les personnes en situation de handicap devraient toutes essayer de vivre comme ca.

# Le mythe de l'inclusion

- Les mythes peuvent montrer des modèles parfaits qui ne correspondent pas à comment ça se passe dans la vie.
- L'inclusion c'est quand les personnes en situation de handicap peuvent par exemple aller à l'école, travailler en milieu ordinaire, aller dans un club de sport, habiter en dehors d'un foyer...
- L'inclusion est souvent présentée comme un meilleur cadre de vie.
- Parfois ça n'est pas le cas.
- Si on vit à domicile et qu'on a besoin d'un service à domicile, on ne peut pas non plus choisir l'heure à laquelle on se couche, on se lève. Ni l'heure à laquelle on mange. Parfois il n'y a pas de salarié disponible pour nous accompagner à nos loisirs.



# Maltraitance et évolution personnelle

- Empêcher l'évolution humaine est considéré comme une forme de maltraitance.
- Les personnes vivant avec un handicap sont souvent empêchées dans leur cheminement personnel par les services censés les aider.
- L'évolution est essentielle pour chaque individu, y compris ceux vivant avec un handicap.

# Le rôle des professionnels

- La qualité de vie des personnes handicapées dépend largement des professionnels qu'elles rencontrent.
- Les professionnels doivent être à l'écoute, soutenir et imaginer des solutions pour aider les personnes handicapées à continuer leurs activités et à évoluer.
- Un professionnel pessimiste peut limiter les opportunités et les envies de la personne handicapée.

# Mon aidant idéal

## pour mon autodétermination

pour m'aider à être plus autonome  
et à faire mes propres choix, tu dois :

Me demander ce que  
je veux faire

M'aider à  
comprendre :

- les choix possibles
- les risques
- les conséquences

- M'encourager  
et me soutenir
- Me dire :  
"tu peux le faire"
- Croire en moi.

Respecter mes choix,  
même si tu n'es pas  
d'accord

Ne pas dire "je te l'avais dit"  
si je fais une erreur.

Me rassurer quand j'ai peur  
ou quand je doute

M'aider à me sentir  
en confiance  
pour parler  
et décider.

- Écouter ce que je dis
- Demander mon avis

M'aider à réfléchir  
sans décider  
à ma place

Me laisser :

- essayer  
même si  
je me trompe
- apprendre  
quand je me suis  
trompé

### Tu Dois Être :

- gentil
- patient quand je ne comprends pas vite.
- respectueux et positif



# Responsabilité et complexité de vie avec un handicap

- Prendre ses responsabilités ne signifie pas tout assumer seul, mais plutôt être soutenu dans ses choix et ses envies.
- L'autonomie est un besoin fondamental et un moyen d'avancer vers l'autodétermination.
- Les personnes handicapées doivent souvent assumer de nombreuses responsabilités pour vivre de manière autonome.
- La société attend souvent des personnes handicapées qu'elles soient dépendantes, mais il est crucial de les soutenir dans leur évolution et leurs changements.

# Conclusion

- => L'autodétermination est donc non pas seulement la capacité à CHOISIR mais la découverte de tout ce qui va pouvoir permettre ce choix, donc très en lien avec l'environnement