

Veille sur la notion d'autodétermination :

L'autodétermination est un concept souvent abordé dans le champ du handicap. D'ailleurs, l'Unapei (Union Nationale des Associations de Parents d'Enfants Inadaptés) prône l'autodétermination dans ses valeurs. Il me semble nécessaire et important de favoriser cela également dans les autres champs du social.

Dans le cadre de ma dernière formation pratique, l'une des missions de la structure d'accueil (dispositif qui accompagne des jeunes âgés de 16 à 25 ans en rupture avec les institutions) est de favoriser l'autodétermination du jeune. C'est un facteur déterminant, essentiel pour accompagner vers la remobilisation sociale de ce public. C'est pourquoi il a été important pour moi en tant que professionnelle, d'effectuer une veille sur cette notion.

Source : Savignat, P. (2022). Autodétermination et inclusion : un paradigme qui revisite la parole, la place et la relation aux personnes accompagnées. Les Cahiers de l'Actif, 556-557, 41-54.

“La substitution de la notion de personne accompagnée en lieu et place de celle d'usager n'est pas qu'une question de forme. Il en va de même pour la mise au placard de celle de prise en charge. Littéralement, si l'on se réfère à la définition du Petit Robert, accompagner induit une notion de mouvement, «se joindre à quelqu'un pour aller où il va »”

L'une des missions de l'éducateur spécialisé est d'accompagner la personne vers une certaine autonomie, cela recouvre les capacités de la personne à faire, à agir. De façon complémentaire, l'autodétermination est la capacité à décider.

Ainsi, *“La promotion d'un objectif d'autodétermination enrichit et élargit la problématique des droits en reconnaissant à toute personne, quelles que soient ses caractéristiques, un accès aux mêmes possibilités de décider et d'agir.”* Cela veut dire qu'au-delà de reconnaître la personne comme étant capable de décider et de s'autodéterminer, il est important en tant que professionnel d'encourager la personne à exprimer ses besoins, ses désirs, ses projets puis, de mettre à disposition les moyens de les concrétiser. C'est-à-dire que *“l'autodétermination n'est rien si la personne*

accompagnée n'est pas mise en situation de concrétiser l'expression de ses souhaits. En effet, il ne suffit pas d'être en capacité de décider de sa vie, encore faut-il disposer des moyens pour cela.”.

C'est d'ailleurs dans ce cadre que l'on peut constater l'importance de travailler en partenariat et en réseau.

Source : Coralie Sarrazin Ph.D. (Cand.) ps.éd et Joanie Loisel M. Sc. (Cand.) ps.éd., Fiche synthèse, Autodétermination, *Favoriser l'autodétermination des adultes qui présentent une déficience intellectuelle*

Wehmeyer (1996) définit l'autodétermination comme étant les « *habiletés et attitudes requises chez une personne, lui permettant d'agir directement sur sa vie en effectuant des choix non influencés par des agents externes* ».

Il détermine **4 caractéristiques essentielles d'un comportement autodéterminé** :

1) AUTONOMIE

Identifier ses préférences, les communiquer, amorcer des actions en conséquence (directe, assistée, déléguée).

2) AUTORÉGULATION

Savoir anticiper des conséquences, résoudre des problèmes, s'adapter à des situations inattendues.

3) EMPOWERMENT (pouvoir d'agir)

Avoir du pouvoir sur sa vie, ressentir et connaître ce pouvoir.

4) AUTORÉALISATION

Se fixer des buts et se donner les moyens de les atteindre.

Source : Csillik, A. & Fenouillet, F. (2019). Chapitre 13. Edward Deci, Richard Ryan et la théorie de l'autodétermination. Dans : Philippe Carré éd., *Psychologies pour la formation* (pp. 223-240). Paris: Dunod

En 1977, Edward Deci et Richard Ryan, deux jeunes psychologues, se sont rencontrés et vont échanger au sujet de la motivation humaine. « *Ainsi a commencé l'une des grandes collaborations les plus fructueuses en psychologie contemporaine. Au*

cours des décennies suivantes, Deci et Ryan ont développé la théorie de l'autodétermination (SDT pour Self-Determination Theory), qui a renversé la croyance dominante selon laquelle le meilleur moyen d'inciter les êtres humains à accomplir des tâches était de renforcer leur comportement avec des récompenses. » (Csillik, A. & Fenouillet, F. , 2019)

Selon eux, la théorie de l'autodétermination (SDT) est une « **macro-théorie de la motivation humaine** » qui va tenter de démêler les différents facteurs qui nous motivent intérieurement.

Dans un article paru en 1971, Deci « *va introduire pour la première fois une **distinction entre deux grandes formes de motivation, l'une intrinsèque et l'autre extrinsèque. Cette distinction est maintenant couramment utilisée dans les différents champs des sciences sociales. Pour simplifier, il serait presque possible de dire qu'avant l'article de 1971 il n'existait qu'une forme de motivation au centre de laquelle régnait la récompense.*** ».

❖ **La motivation extrinsèque (la motivation récompensée)** : on accepte de faire quelque chose puisque derrière nous avons la connaissance d'une récompense répondant aux besoins fondamentaux de l'individu.

Par exemple, durant l'ère industrielle, on incitait les gens à effectuer des emplois difficiles (tâches répétitives) via l'appât du gain. Les gens étaient alors motivés à y aller grâce à l'argent proposé en guise de récompense.

❖ **La motivation intrinsèque** : le désir interne de faire quelque chose pour son propre bien, plutôt que pour une récompense externe. On va parler de motivation intrinsèque lorsque l'on va « *effectuer l'activité sans aucune récompense apparente, sauf le plaisir que l'individu éprouve par la pratique de cette activité ou au travers des sentiments de satisfaction qu'il a en retour de cette pratique* »

Il va donc être mis en évidence que les activités quelles qu'elles soient n'ont pas besoin nécessairement d'être récompensées pour être pratiquées. Deci nous dit que la récompense peut être considérée comme une forme de pression qui peut avoir un effet négatif sur la motivation de la personne.

L'idée de cette théorie est que nous poursuivons 3 grands buts :

- ❖ Nouer des liens solides ; lié au besoin d'estime, de ne pas être seul et qui s'apparente à l'appartenance sociale (le besoin de se sentir connecté et intégré à un groupe).
- ❖ Contrôler notre vie et nos actions ; besoin d'être autonome et de choisir ses actions, c'est-à-dire l'autonomie.
- ❖ Développer nos capacités et notre maîtrise dans certains domaines, c'est-à-dire d'avoir le sentiment d'être compétent et efficace dans ce que l'on fait.

Ainsi, d'après cette théorie, si ces trois buts (sentiment d'appartenance sociale, sentiment de compétence et sentiment d'autonomie) sont remplis ou nous paraissent atteignables, alors il y a de l'autodétermination.

Source : Bembem, L. (2022). Expression des attentes et évaluation des besoins : quelle place pour l'autodétermination : L'analyse motivationnelle des objectifs par la méthode « IAMBE ». *Les Cahiers de l'Actif*, 556-557, 71-88.

Le projet d'accompagnement personnalisé (PAP) est un outil essentiel dans l'accompagnement des personnes accueillies dans les structures sociales et médico-sociales. Avec ce PAP, le concept d'autodétermination peut prendre son sens.

Lucas Bembem, psychologue clinicien, a imaginé avec ses collègues, un outil d'analyse motivationnelle des objectifs présents dans le projet, afin de les inscrire dans un processus plus inclusif qu'intégratif.

> **La méthode "IAMBE"** : *“ Elle est un procédé qui ne remplace pas la forme traditionnelle des PAP, mais vient plutôt y ajouter une dimension de recul et d'alerte en cas d'évaluation problématique. Elle nous semble illustrer la possibilité d'approfondir le regard que nous portons sur la question de la rencontre entre évaluation et expression, non pas à l'instant de leur formalisation, mais dans l'après-coup, sous la forme d'une analyse rétrospective. Elle est donc pensée comme s'inscrivant entre*

L'aval du projet et l'amont de sa mise en œuvre, en tant que filtre analytique participant à l'estimation de sa qualité et de sa concordance avec le processus inclusif et le concept d'autodétermination.”

Le terme «IAMBE» est l'acronyme d'«**I**ventaire des **A**spects **M**otivationnels : **B**esoins et **E**xpressions».

Le but de l'outil : *“pouvoir analyser, par la recension et l'observation des objectifs d'un PAP, les différents degrés de motivation qu'ils dévoilent, ainsi que leur lien avec les besoins évalués par les professionnels et l'expression des attentes de la personne.”*

L'**IAMBE** est donc un double rappel : celui de la nécessité de concilier deux sources de savoirs au sein d'un PAP (l'expression de la personne, l'évaluation de l'équipe), mais aussi de ne pas oublier que l'un de ces savoirs existe dans un temps succinct (l'évaluation en tant que moment ne résumant pas la vie entière d'un sujet humain), alors que l'autre appartient à une existence globale (le projet de vie de la personne elle-même). L'idée de cet inventaire est d'analyser les motivations à l'œuvre dans le projet de la personne et le degré de sa compétence, c'est-à-dire d'identifier ses motivations diverses.

- ❖ Les **motivations externes** (champs de contraintes explicites s'imposant à l'individu).
- ❖ Les **motivations introjectées** (régulations implicites, intériorisées par l'individu).
- ❖ Les **motivations identifiées** (régulations explicitement acceptées par l'individu).
- ❖ Les **motivations intrinsèques** (motivations issues de l'individu lui-même, sans influence significative provenant de l'extérieur).
- ❖ **Les niveaux de compétence** en termes de réalisation, par objectif.

À l'issue de cette analyse, il est théoriquement possible d'estimer le degré d'auto-motivation de chaque axe d'accompagnement présent dans le PAP, et donc le degré général d'autodétermination du projet lui-même.

En bref, l'autodétermination est le fait de retrouver du pouvoir sur la vie, d'être motivé à faire des choses pour son propre bien. Cela nécessite de la part des professionnels de pouvoir adapter leur posture professionnelle. C'est-à-dire d'**être à**

côté des personnes, de les accompagner, les soutenir dans leurs choix et leurs décisions, en leur mettant à disposition les moyens pour s'en saisir (pouvoir d'agir). C'est aussi accompagner pour donner conscience qu'**à chacun de leur choix ou de leurs actes, il y a des conséquences**. Le but est de les laisser faire leurs propres expériences (principe de réalité). Cela contribue à une meilleure qualité de vie, favorise l'autonomie, la confiance en soi et bien entendu l'estime de soi.

Rappel :

Loi du 2 janvier 2002 : la personne est au cœur du dispositif, la personne accompagnée est en droit de choisir ce qu'elle souhaite, ce qu'elle veut.

La Charte des droits et libertés, outil issu de la loi du 2 janvier 2002, affirme le «droit à l'accompagnement adapté» dans son article 2, le «droit au libre choix» dans son article 4, ainsi que le «droit à l'autonomie», dans son article 8.