

I SAID

<https://www.isaid-project.eu/>



Notice d'utilisation du matériel pour l'animation de groupes d'échanges sur l'autodétermination

Version Septembre 2020

AVEC LE SOUTIEN DU FONDS EUROPÉEN DE DÉVELOPPEMENT RÉGIONAL

Notice d'utilisation matériel pour l'animation de groupes d'échanges sur l'autodétermination

Inscrit dans le cadre de la promotion de la santé des personnes avec déficience intellectuelle, le projet I SAID vise à favoriser la capacité d'autodétermination de ces personnes et à améliorer leur accompagnement. Soutenu par le Fonds Européen de Développement Régional, ce projet relève d'une collaboration transfrontalière entre la Région Hauts-de-France et la Wallonie.

Dans le cadre du projet I SAID, des stages pratiques à l'autodétermination ont été développés et animés.

En dehors des sessions de stage proposées, le partenariat a souhaité vous mettre à disposition ce matériel afin de vous permettre de l'utiliser au quotidien même si vous n'avez participé à aucune session I SAID. Deux utilisations sont possibles :

- Une **utilisation dans le cadre d'un accompagnement individuel**, autour de la définition du projet de vie de la personne.
- Une **utilisation en petits groupes** dans le cadre de temps d'échanges sur les questions relatives à l'autodétermination, aux droits et aux devoirs.



De quoi est composé le matériel à votre disposition ?

1	Un carnet pour les personnes accompagnées : qui permet à chaque personne d'élaborer un projet autodéterminé.
2	Un carnet pour les professionnels et les proches : qui propose aux accompagnants une explication de la démarche.
3	Un support PDF qui peut être projeté dans le cadre de groupes d'échanges et qui reprend la trame du carnet pour les personnes accompagnées.





Zoom sur le carnet pour les professionnels et les proches

Le carnet à destination pour les accompagnants contient :

- Des **informations théoriques** concernant les différentes notions abordées (autodétermination, notion de choix, prise de décision ...).
- Une **marche à suivre et conseils méthodologiques** pour soutenir les personnes accompagnées dans la réalisation des différentes activités proposées.
- Des **retours d'expériences et conseils**, issus des observations réalisées par les partenaires lors de la mise en œuvre des stages pratiques dans le cadre du projet I SAID.

2. Présentation de l'autodétermination :

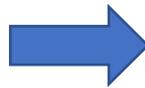
L'autodétermination, c'est quoi ?

C'est la capacité que l'on a à prendre des décisions, à faire des choix par soi-même, à être acteur de sa vie.
C'est l'ensemble des habiletés qui permettent à une personne de réaliser une action sans être contrainte par l'influence d'une autre personne.

Par exemple, je choisis de faire de la peinture et j'ai pris cette décision sans être contraint par ma famille ou un professionnel.

Un comportement est autodéterminé quand il répond à quatre caractéristiques (Wehmeyer, 1996) :

- **Autonomie** : La personne est capable d'indiquer ses préférences, de faire des choix et d'amorcer une action sans influence externe non voulue.
Par ex. : « Je choisis des activités que j'aime faire ».
- **Autorégulation** : La personne est en mesure d'ajuster son comportement en fonction des caractéristiques de son environnement et de son répertoire comportemental afin de répondre à une tâche.
Par ex. : « Si l'outil de travail que je suis en train d'utiliser se casse, je vais en chercher un autre ».
- **Empowerment psychologique** : La personne a un sentiment de contrôle sur ses actions et sur les conséquences de ses actions dans l'environnement.
Par ex. : « Je sais que je serai capable de me faire des amis dans de nouvelles situations ».
- **Autoréalisation** : La personne a une perspective globale d'elle-même (forces, faiblesses, etc.) ce qui lui permet d'ajuster ses choix et décisions en fonction de ses caractéristiques.
Par ex. : « J'ai confiance en mes aptitudes et je sais compenser mes limites ».



Informations théoriques pour aider l'accompagnant à mieux comprendre les notions afin de mieux appréhender le sens des activités proposées.
Ces informations ne remplacent pas une formation à l'autodétermination.

Marche à suivre et conseils méthodologiques pour faciliter la mise en place et la réalisation des activités par les personnes accompagnées



Conseils sur la posture de l'accompagnant pour ne pas perdre de vue les fondements de la notion de développement de l'autodétermination



Retours d'expériences et conseils : mise en évidence des éléments importants, qui participent au bon déroulement de l'activité



Partie 1 : J'ai envie

A cette étape, la personne définit ses demandes, ses envies en référence à un défi interne (ses besoins, ses désirs) ou externe (les demandes du contexte par exemple).
C'est le point de départ du processus et pour que cette étape marche, il faut réunir un certain nombre de conditions.

Il faut :

- Que la personne sache ce qu'elle veut ;
- Qu'elle sache qu'elle a le droit de s'exprimer, qu'on l'écoute et que ses propos seront sérieusement considérés ;
- Un interlocuteur pour recueillir le message.

A cette étape, Jean qui vit en foyer aimerait pouvoir se rendre seul à la bibliothèque municipale ce samedi. Il informe son référent de son envie.

Posture d'accompagnement : quels comportements adopter ?

- Rester attentif et discuter de l'envie de la personne pour bien cerner son besoin réel.
- Créer des espaces où la personne prend l'habitude de s'exprimer, favoriser et encourager les prises d'initiatives. Pour une personne qui a eu l'habitude que l'on prenne des décisions pour elle, cela peut être difficile dans un premier temps.

Retour d'expériences et conseils – La préparation du projet

La première étape de la démarche est cruciale et il faut s'y attarder aussi longtemps que nécessaire. En effet, elle permet de s'assurer que la personne s'oriente vers la réalisation d'un projet qu'elle souhaite réellement mettre en œuvre (sans influence externe non souhaitée sur ce choix).

Aussi, l'exploration de ce que la personne aime / n'aime pas est fondamentale pour s'en assurer. Néanmoins, certains paramètres entrent en jeu dans les préférences de la personne et il faut arriver à les déterminer au mieux (par exemple une activité est aimée non pour l'activité en elle-même mais pour l'encadrant qui l'anime).



Comment utiliser ce matériel en autonomie ?

➤ **Accompagnement individuel :**

Le carnet pour les personnes accompagnées est conçu de manière à permettre à la personne d'identifier une envie, un projet, de l'exprimer et de construire les étapes nécessaires à sa réalisation. Il peut vous servir de support lors du travail d'élaboration du projet personnalisé avec la personne accompagnée.

Notons que pour réaliser cette activité, l'accompagnant doit pouvoir se distancier de son rôle habituel de guidance et de représentant de l'autorité. La personne accompagnée doit être libre de s'exprimer sur tous les aspects de sa vie, sur ses envies ... il s'agit d'instaurer un dialogue d'égal à égal, dans le respect et l'écoute de l'autre.

Pour cela, vous pouvez notamment débiter par l'activité brise-glace pour instaurer un climat de confiance entre vous (voir la Fiche activité brise-glace pour un exemple, p.10 du livret pour les accompagnants).

Matériel disponible : carnet pour les personnes accompagnées, carnet pour les professionnels et les proches.

➤ **Temps d'échanges en groupe :**

Le matériel conçu dans le cadre des stages I SAID peut également servir d'outil à l'animation de groupes d'échanges sur l'autodétermination, ainsi que sur les droits et les devoirs. En effet, les parties du carnet relatives à ces thématiques peuvent être utilisées comme supports pour amorcer des discussions sur ces sujets (indépendamment ou ensemble).

La séquence « Marche à suivre » peut également être utilisée en petit groupes, ce qui permet aux personnes d'échanger entre elles sur leurs projets et de partager leurs expériences.

Matériel disponible : carnet pour les personnes accompagnées, carnet pour les professionnels et les proches, support PDF.

Pour animer ces temps d'échanges nous vous suggérons l'organisation suivante :

- **1 animateur / animatrice :** qui a pour fonction de faciliter les échanges en veillant à distribuer la parole entre les participants, à faire respecter les règles définies par le groupe et à assurer le bon déroulement des séquences.
- **Des accompagnants :** L'accompagnant adopte une posture de facilitateur en reformulant si nécessaire les consignes à la personne, en lui apportant une aide - si la personne le souhaite - pour la lecture et/ou la complétion du support « Carnet de la personne accompagnée ». L'accompagnant peut être un professionnel qui connaît la personne accompagnée ou un proche.
- **Des participants :** des personnes accompagnées intéressées pour échanger entre elles.

N.B. : le matériel de formation proposé a été conçu pour un public ayant des capacités de communication verbale. Il a été ajusté au fur et à mesure des séances pour correspondre à différents niveaux de compréhension et d'attention. Dans l'état actuel, le matériel n'est pas adapté à un public avec des difficultés de communication importantes et une autonomie très faible. Néanmoins cela a fait l'objet d'une réflexion au sein du partenariat et les pistes envisagées pour cette adaptation sont proposées dans l'encart ci-dessous.

Focus sur l'adaptation des temps d'échanges pour des personnes avec des difficultés de communication

En partant des observations et apprentissages réalisés lors des stages mis en place dans le cadre du projet I SAID voici quelques pistes de réflexions pour permettre de faire vivre ce qui a été perçu comme positif lors des stages à des personnes avec un niveau d'autonomie plus faible.

Les constats :

- Pour les personnes accompagnées, la rencontre avec l'autre (percevoir d'autres réalités – des conditions de vie différentes ou similaires - etc.) permet de se rendre compte qu'il existe d'autres possibles que la vie qu'elles vivent actuellement.
- La dynamique de partage (se présenter pour donner des informations sur soi à l'autre et recevoir des informations de l'autre) est importante.
- Le temps accordé à ces échanges (respect du rythme de chacun) et la répétition des occasions de rencontre sont importants.
- Pour les accompagnants il est intéressant d'être témoin de cette dynamique car cela permet de changer leurs représentations de ce que les personnes accompagnées perçoivent et de ce dont elles sont capables.
- Les accompagnants et les personnes accompagnées ont l'occasion de vivre une expérience ensemble, où chacun participe et partage son expérience.

Les objectifs identifiés :

- L'action envisagée devrait apporter ces points positifs : une rencontre entre différentes réalités ; une rencontre qui implique à la fois des personnes accompagnées, des accompagnants (professionnels et/ou proches) et qui permette une occasion d'auto-représentation.
- Il s'agit de créer des opportunités de participation, de créer la rencontre afin de permettre que des personnes puissent être présentes ensemble, partager ce moment et s'auto-représenter.
- Le partage d'informations et les échanges effectifs autour de la thématique sont secondaires. Il s'agit d'un support à la rencontre.

Les moyens envisagés :

- Une rencontre physique entre des groupes de différents établissements ;
- Proposer également à des personnes des établissements concernés ayant des capacités de communication plus importantes de participer aux échanges et d'y avoir une fonction de représentation des autres personnes accompagnées de l'établissement et d'auto-représentation.
- Les accompagnateurs peuvent aider à partager des éléments « non-engageants » concernant les personnes non verbales qui n'auraient pas la possibilité de les exprimer elles-mêmes, en s'appuyant sur les observations du quotidien ou dans le groupe pour offrir un moyen à la personne d'être représentée dans cette expérience.
- Compte-tenu des difficultés d'expression, il est possible de s'appuyer sur les vidéos mises à disposition par le projet I SAID (diffusion de la vidéo et commentaires par l'animateur).
- Les autres propositions indiquées dans la notice pour favoriser la convivialité (utilisation de l'activité brise-glace) et l'expression de chacun restent valables.

Précautions à prendre pour l'organisation et l'animation des groupes d'échanges :

Vous retrouverez ici un ensemble de conseils, issus des observations réalisées par les partenaires lors de la mise en œuvre des stages pratiques dans le cadre du projet I SAID (retour d'expériences). Il s'agit de partager avec vous les freins et facilitateurs rencontrés dans l'organisation de ces stages, l'objectif premier visé étant de permettre aux participants de vivre une expérience de partage et d'échanges de qualité.

Les observations et conseils que nous partageons ci-dessous sont donc à ajuster en fonction de votre réalité de terrain.

- Taille du groupe :

Privilégier les petits groupes avec au minimum un accompagnant pour deux personnes accompagnées (proche ou professionnel, notamment pour aider à la prise de note et à la lecture du support), ainsi qu'une personne en charge de l'animation des échanges. Nous vous conseillons de démarrer avec de petits groupes les premières fois et d'ajuster la taille du groupe en fonction des capacités de communication et de régulation interpersonnelle des participants.

Au total, il nous semble que le groupe ne doit pas dépasser 10 personnes (animateurs + personnes accompagnées + accompagnants). Cependant, pour l'organisation de premiers groupes par l'animateur.trice, il est préférable de privilégier des groupes de 4-5 personnes pour mieux appréhender le matériel et la dynamique animation.

- Composition du groupe :

○ Homogénéité des profils des participants :

Il est bien entendu que toutes les personnes accompagnées sont différentes et présentent des profils différents. Néanmoins, il peut être intéressant de composer des groupes de personnes dont les besoins en termes de rythme (durée des sessions, nombre de pause) et d'adaptation du contenu sont conciliables.

La présence de personnes ayant des besoins d'aménagement moins importants au sein d'un groupe n'est pas problématique du moment que l'organisation des sessions satisfait tous les participants et que la participation de chacun est favorisée par l'animation.

○ Intra-établissement ou inter-établissement :

Le groupe peut être composé de personnes qui se connaissent déjà (par exemple parce qu'elles vivent ou sont accompagnées dans la même structure) mais également de personnes qui ne se connaissent pas (dans le cadre de groupes d'échanges organisés entre services).

Il est idéal d'accorder en premier lieu un temps important à la familiarisation entre les membres du groupe (apprendre à mieux se connaître si les personnes se connaissent déjà). Des activités brise-glace peuvent être organisées à cet effet (voir la Fiche activité brise-glace pour un exemple, p. 10 du livret pour les accompagnants).

Il faut être vigilant à déterminer ensemble des règles de groupe qui assurent un respect mutuel entre les participants et favorisent la prise de parole. A cet effet, des cartes de communications peuvent être utilisées (par exemple des cartes pour exprimer « oui / non », « d'accord / pas d'accord ») - un exemple de pictogramme est accessible à :

https://www.inclusion-asbl.be/wp-content/uploads/2018/11/logos_smile_pour_site.pdf

- Dynamique : pour l'animation de ces temps d'échanges il est conseillé d'alterner entre des moments de partage collectif et des temps de réflexion individuelle pour que chaque participant puisse avancer dans l'élaboration de son projet. Lors des temps d'échanges, certaines personnes ne souhaiteront pas partager leur réflexion avec le groupe. S'agissant d'éléments très personnels il est important de respecter cette position.
- Nombre de séances et durée nécessaire : le nombre de séances nécessaire doit être ajusté en fonction du profil des participants (fatigabilité, capacités attentionnelles, etc.). Suite à la mise en œuvre des stages dans le cadre du projet, il nous semble que l'idéal serait d'organiser des séances de 2h30 (avec des pauses), soit environ 4 séances.
- Planification des séances : afin de favoriser les capacités attentionnelles des personnes accompagnées, il est conseillé d'organiser les groupes en matinée et d'éviter au maximum l'après-midi. Dans le projet I SAID, les deux journées de stage étaient espacées d'une semaine. Cet intervalle est intéressant car il permet aux participants de prendre du recul entre deux séances.

Pour plus de convivialité, nous avons prévu pour chaque séance un temps d'accueil, avec des boissons et biscuits pour permettre à tout le monde de se sentir à l'aise et instaurer un climat de confiance et d'échange. Les sessions peuvent également se terminer par une prise de repas commune pour faire perdurer les échanges entre les participants.

Focus sur la participation des proches

La présence des proches en tant qu'accompagnants au sein des groupes d'échanges est très intéressante.

Elle permet aux proches :

- De prendre connaissance de certaines envies, besoins qui jusqu'alors n'avaient peut-être pas été exprimés par la personne accompagnée.
- De bénéficier du partage d'expériences des autres personnes accompagnées et des autres proches, professionnels.
- De prendre part à la démarche de soutien de l'autodétermination.

Elle permet à la personne accompagnée et aux professionnels :

- De bénéficier d'un nouvel espace d'échange avec les proches.

