



***Adapei 69***

MÉTROPOLE DE LYON ET RHÔNE

*Association métropolitaine  
et départementale des parents  
et amis de personnes  
handicapées mentales*

## Autodétermination et pair-aidance : de quoi parle-t-on ?

Webinaire du 25 mai 2021

## Une nouvelle vision de la personne et de l'accompagnement

### Points communs entre les 2 notions

- Ecouter la parole des personnes
- Reconnaître les capacités
- S'appuyer sur les potentialités, sur le vécu et l'expérience
- Avec l'objectif d'augmenter la qualité de vie / la participation et l'intégration sociale

### Une préoccupation majeure de l'Adapei 69 / Projet associatif 2017-2022

### Un enjeu de l'accompagnement pour les familles et les professionnels



***Adapei 69***

MÉTROPOLE DE LYON ET RHÔNE

*Association métropolitaine  
et départementale des parents  
et amis de personnes  
handicapées mentales*

**L'autodétermination : comprendre, décider,  
agir et se responsabiliser**

# L'autodétermination des personnes en situation de handicap

## L'autodétermination : qu'est ce que c'est ?

**« C'est la capacité d'une personne à faire des choix pour elle-même et par elle-même, indépendamment de toute influence extérieure induite »**

- Choisir sa vie dans les domaines qui comptent pour soi : logement, travail, vie amoureuse, loisirs...
- Avec de l'aide mais sans être influencé de manière induite
- Selon ses préférences et ses valeurs
- Selon ses capacités
- Tout en se responsabilisant

# L'autodétermination des personnes en situation de handicap

Un comportement autodéterminé présente **4 caractéristiques essentielles**

- **L'autonomie** : c'est pouvoir connaître et dire ses préférences, faire des choix, les mettre en œuvre tout en identifiant ses ressources (internes et externes)
- **L'autorégulation** : c'est analyser les composantes de son environnement, anticiper les conséquences, s'organiser, s'adapter à des situations inattendues, résoudre des problèmes
- **Le pouvoir d'agir / empowerment** : c'est avoir le sentiment qu'on a un pouvoir sur sa vie et que nos actions peuvent avoir un impact.
- **L'autoréalisation** : c'est connaître ses forces et ses faiblesses pour se fixer des objectifs et les moyens de les atteindre

# L'autodétermination des personnes en situation de handicap

## L'autodétermination : les freins...

- **Regard sur le handicap**, présupposition de l'incapacité (société, environnement...)
- **Regard de la personne sur elle-même** (dévalorisation, ne connaît pas assez ses compétences et faiblesses)
- **Zones de confort, bénéfiques secondaires**, peur de l'inconnu
- Arbitrage entre le **risque et la sécurité**

# L'autodétermination des personnes en situation de handicap

## L'autodétermination, ce n'est pas...

- Faire tout ce que l'on veut quand on veut
- Le fait de faire uniquement des choix
- N'avoir aucune contrainte externe
- N'avoir que des droits et aucun devoir
- Faire tout seul et n'avoir plus aucun encadrement

# L'autodétermination des personnes en situation de handicap

## L'autodétermination : un processus personnalisé tout la vie

L'autodétermination est **une compétence qui se développe, qui s'apprend** dès le plus jeune âge, tout au long de la vie, et dans tous les contextes de vie.

C'est s'appuyer sur **les capacités et potentialités** de la personne en partant de **ses désirs et projets**.

Il faut donc donner l'occasion à la personne :

- D'expérimenter
- De faire des apprentissages
- De se tromper
- De prendre des risques... mesurés, coordonnés, pensés



# L'autodétermination des personnes en situation de handicap

## L'autodétermination : le rôle de l'entourage

L'entourage (professionnel, famille) a ainsi **un rôle de facilitateur**

- Aide aux apprentissages
- Repère les occasions
- Donne les occasions d'expérimenter
- Favorise la prise d'initiative
- Explique le rationnel des décisions
- Encourage la participation
- Soutien les projets
- Aide à la gestion des risques

<https://youtu.be/thz33ND-LhA>

<https://www.youtube.com/watch?v=igMZmzKIUzs&list=PLTjoEz59d-ep6snPyBV-z1hPwkJ9h1SzV&index=7>

# L'autodétermination des personnes en situation de handicap

## L'autodétermination : comment la mettre en œuvre ?

**Intégrer la dimension dans la politique associative et le management institutionnel** pour assurer la cohérence à tous les niveaux : ouverture des possibles, réponses à la diversité des besoins, gestion des risques...

**Former la personne et son entourage** (professionnels et familles)

**Partir des désirs et des projets**, de manière individualisée

**Changer le regard sur la personne, en partant des potentialités et des compétences**

*En fonction des capacités, cela peut-être des petits défis, des petits choix, une perception et une compréhension de l'environnement, une adaptation de l'environnement et de la posture, une sollicitation dans les éléments du quotidien, un travail d'observation et d'analyse ...*

**Multiplier les opportunités d'apprentissage et d'expérimentation** tout au long de la vie



***Adapei 69***

MÉTROPOLE DE LYON ET RHÔNE

*Association métropolitaine  
et départementale des parents  
et amis de personnes  
handicapées mentales*

**La pair-aidance : reconnaître et transmettre  
son expérience**

## La pair-aidance : qu'est ce que c'est ?

Vivre une situation particulière amène **des questions, des problèmes que les autres ne connaissent pas.**

Avec le temps, **on trouve des solutions, des techniques pour se faciliter la vie au quotidien.** On développe des savoir-faire et des savoir-être.

Le pair-aidant **va mobiliser ses compétences, ses trucs et astuces et transmettre son expérience pour aider une autre personne** qui est dans une situation semblable.

**La pair-aidance implique** donc :

- Des personnes avec un vécu comparable
- Un partage d'expériences
- L'idée de sortir d'un schéma s'assistance

## La pair-aidance : qu'est ce que c'est ?

**La pair-aidance concerne tous les sujets** (vie quotidienne, personnelle, sociale, travail logement, déplacements...)

**La pair-aidance peut se concevoir** entre :

- Personnes accompagnées ayant un même handicap
- Personnes ayant un handicap différent mais avec des points communs (parcours de vie, aspirations, projets)
- Proche aidants : familles, amis

**C'est une réponse complémentaire à celle apportée par les professionnels, la famille, les proches...**

## La pair-aidance : qu'est ce que c'est ?

**L'entraide et la solidarité** sont les prémices de la pair-aidance

La pair-aidance s'inscrit dans **une relation de parité**

**Le statut du pair-aidant peut avoir différentes formes**, selon la fonction, la formation (bénévole, intervenant, salarié...)

Des **exemples de pair-aidance** :

- Témoignage de personnes qui vivent à domicile auprès de personnes qui ont ce projet mais qui hésitent
- Accompagnement pair lors de l'intégration dans un Esat, un établissement...
- Echanges entre parents sur l'annonce du handicap

## La pair-aidance : pourquoi la développer ?

**La pair-aidance** permet de :

- **Soutenir la parole et la place** des personnes accompagnées
- Reconnaître **l'expertise du vécu**
- Rompre le **sentiment d'isolement**
- Améliorer la **qualité de l'accompagnement**
- Enrichir la **pratique professionnelle**
- **Découvrir** d'autres **points de vue**, d'autres **manières de faire**

## La pair-aidance : comment la mettre en œuvre ?

**S'inscrire dans la démarche portée par le Collectif handicap 69 et l'Adapei 69** : formation, sensibilisation et partages des initiatives

**Mettre en place des groupes de travail** dans les établissements pour identifier les pratiques existantes et définir les domaines où cela est possible

**Valoriser** les expériences et aider à la transmission

**Identifier des pairs mobilisables** en interne et en externe