

Autodétermination

Par Daniel Boisvert, Ph. D.

Centre de Preuves Société Inclusive

Collaboration

Eric Piriou

Nathalie Rihouey

Josée Lemay

CENTRE DE PREUVES
SOCIETE INCLUSIVE

CÔTE À CÔTE
DONNÉES PROBANTES
POUR UNE SOCIÉTÉ INCLUSIVE

Editeurs :

Consortium national d'expertise en inclusion sociale
3351, boul. de Forges
Trois-Rivières (Québec) G9A 5H7.

Association Côte-à-Côte et Centre de preuves – Société Inclusive
68 rue de Saules
50380 St-Pair sur Mer. France.
courriel : contact@cote-a-cote-inclusion.com
Internet : www.cote-a-cote-inclusion.com

Dépôt légal :
4e trimestre 2020 / MAJ Octobre 2026
Bibliothèque nationale du Québec
ISBN : 978-2-9818177-2-3

Tous droits réservés. Aucune partie de ce fascicule ne peut être reproduite ou transmise sous quelque forme que ce soit, par voie élec-tronique ou mécanique, y compris par photocopie ou par enregistrement ainsi que par tout système de stockage et de récupération d'informations, sans autorisation écrite de l'un ou l'autre des éditeurs.

N.B. L'usage du masculin sert uniquement à alléger le texte.

Table des matières

Table des illustrations 3
Introduction 4
Mes connaissances sur l'autodétermination 4
Partie 1 : Facette du construit 5
Droit, idéal, principe 6
Trait de personnalité. 6
Pulsion innée ou motivation intrinsèque. 6
Capacité, processus, résultante. 6
Partie 2 : Autodétermination et motivation 7
Partie 3 : Définition fonctionnelle de l'autodétermination 8
Agent causal 8
Agir de manière autonome 8
Agir de manière autorégulée 9
Agir avec empowerment 9
Agir de manière autoréalisée 10
Modèles d'intervention éducative 11
Apprentissage d'habiletés et attitudes 11
Implication de l'enfant ou de l'adolescent dans son projet de vie 12
Conclusion 12
Références 13

Tables des illustrations

Figure 1. Construire la notion de l'autodétermination 5
Figure 2. Modèle de la notion de la motivation selon Deci et Ryan 7
Figure 3. Notion d'autodétermination selon Wehmeyer 8
Figure 4. Wehmeyer (1999), Focus on autism and other developmental disabilities, ... 10

Introduction

L'origine du terme autodétermination puise son sens au cœur du domaine politique. Cité en 1683 dans l'Oxford English Dictionary, la plus vieille utilisation du terme se réfère à la « détermination de la pensée ou de la volonté d'une personne envers un objet ».

En 1911, une nouvelle définition fait état d'une « action d'une personne à décider de sa propre forme de gouvernement ». Appliqué dans les perspectives de demande d'indépendance des peuples colonisés, le terme d'autodétermination exprime alors leur droit au retour à l'indépendance, à l'autonomie et leur capacité à s'autogouverner.

L'application du terme aux personnes handicapées date des années 70 avec le Mouvement pour la vie autonome qui définit l'autodétermination comme l'un des besoins psychologiques qui favorisent l'épanouissement de l'individu au même titre que le besoin de compétence et de relations sociales.

Par ailleurs, plusieurs sociologues adhèrent à l'autodétermination et en font un principe d'intervention qui inspire le respect de la personne et la valorisation des droits des individus à faire des choix, à prendre des décisions et à vivre une vie autonome.

La priorité de l'autodétermination donnée aux services aux personnes ayant des incapacités, est, comme l'indique l'Institut National de la Santé et de la Recher-che Médicale (INSERM)[1] (2016) issue de l'expression de profondes convictions à l'égard des droits des per-sonnes ayant des incapacités de « contrôler » leur propre vie. Plusieurs études ont démontré que les personnes ayant une DI ont rarement l'occasion de choisir et de décider de leur lieu de travail, de résі-dence et de leurs loisirs.

[1] Nous nous inspirons fortement du chapitre 12 sur l'autodétermination de L'INSERM publié sous le titre *Déficiences intellectuelles*, en 2016.

Mes connaissances sur l'autodétermination

ÉNONCÉS	VRAI	FAUX
1. En ce qui a trait aux individus, l'autodétermination est une préoccupa-tion récente		
2. Les personnes présentant des incapacités intellectuelles importantes, par exemple les personnes en situation de polyhandicap, ne peuvent être que dif-ficilement autodéterminées		
3. On naît autodéterminé, on ne le devient pas vraiment, c'est essen-tiellement un trait de personnalité		
4. Être autodéterminé c'est réussir à réaliser avec succès ce que j'entreprends		
5. L'autodétermination est la capacité de faire soi-mêmel es tâches		
6. Échouer dans une ou plusieurs tâches démontre peu d'autodéter-mination		
7. Avoir du contrôle sur sa vie contribue à l'autodétermination.		
8. Recourir à d'autres personnes pour l'exécution d'une tâche, ce n'est pas vraiment autodéterminé		
9. L'autodétermination c'est prendre du pouvoir dans ma sphère d'in-fluence		
10. Un répertoire des comportements comme pour un répertoire des comportements adaptatifs est fort utile pour dresser la liste des comportements autodéterminés pour un groupe spécifique de personnes		

ÉNONCÉS	VRAI	FAUX
11. L'autodétermination est directement liée à la motivation extrinsèque		
12. L'autodétermination est surtout un processus pour des adultes souhaitant se prendre en charge		
13. Il y a peu d'intérêt à soutenir l'autodétermination chez les personnes âgées…« peine perdue »		
14. L'autodétermination est le passage d'un état de dépendance à un état d'interdépendance		
15. L'autodétermination est surtout la manifestation liée à faire des choix		
16. Dans l'histoire de l'autodétermination il existe un seul modèle explicatif de son développement		
17. L'environnement de la personne n'a pas vraiment d'influence sur le développement de l'autodétermination		
18. La perte d'autonomie fonctionnelle est une perte d'autodétermination		
19. L'apprentissage à l'autodétermination serait une matière supplémentaire à faire apprendre aux élèves		
20. La loi de 2005 reconnaît implicitement le droit à l'autodétermination		

PARTIE 1 : Facette du construit

L'autodétermination signifie avoir la maîtrise de son destin ou de sa ligne de conduite sans contrainte. C'est dans son sens politique avoir le pouvoir des habitants d'une région ou d'une culture donnée de décider de leur statut politique ou d'avoir le pouvoir de s'autogouverner. Diverses facettes de l'autodétermination : (1) Droit, idéal, principe (2) trait de personnalité, (3) pulsion innée ou une motivation intrinsèque ou (4) une capacité, processus, résultante.

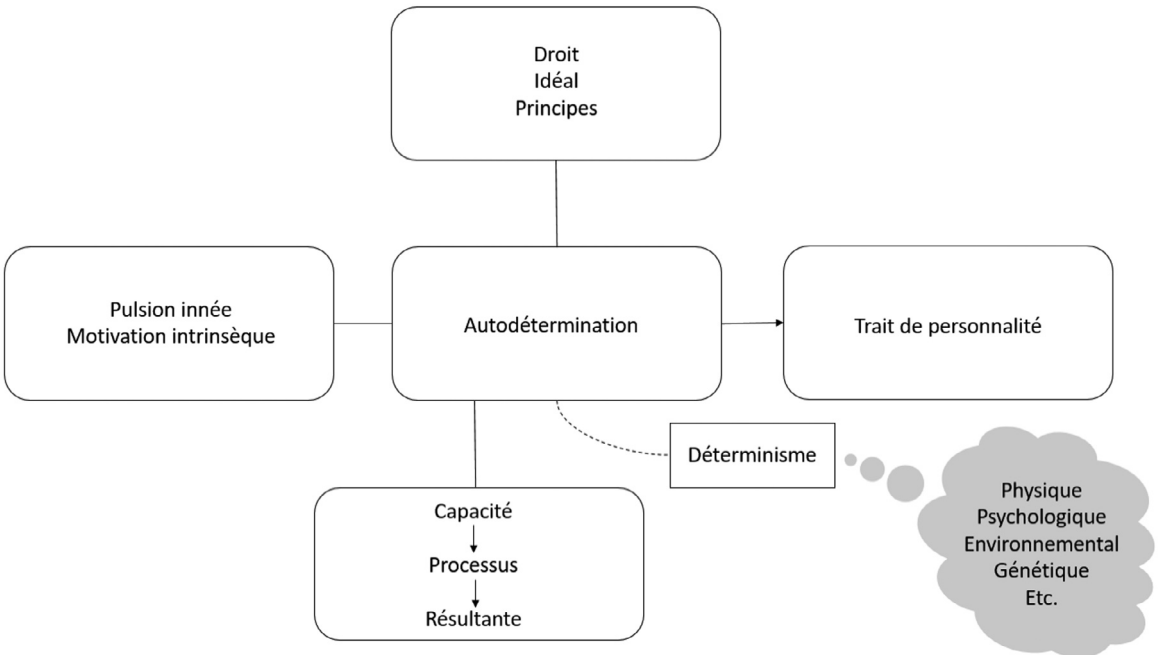


Figure 1. Construire la notion de l'autodétermination.



Droit, idéal, principe

Au 18e siècle, l'autodétermination contient l'idée selon laquelle c'est le peuple et non les monarques, qui est souverain et qu'il doit être considéré comme « la nation ». Tout au long du 19e siècle, l'idée selon laquelle le peuple devrait avoir le droit et l'occasion de choisir son propre gouvernement a gagné en popularité et en importance en occident.

Trait de personnalité

Les premières ébauches du concept d'autodétermination firent leur apparition dans des écrits portant sur la théorie de la personnalité.

Angyal (1941) a suggéré qu'un des traits essentiels d'un être vivant tient à son autonomie; autonomie signifie « se gouverner soi-même » ou « être gouverné de l'intérieur ». Selon lui, un organisme vit dans un monde où les choses arrivent en vertu de lois qui lui sont externes (p. 33).

L'autodétermination, tel qu'elle est définie dans la théorie de la personnalité, suggère que le cours de la vie d'une personne est « déterminé » (c'est-à-dire conditionné) autant par des facteurs autonomes qu'hétéronomes. Selon cette acception, le terme autonome signifie s'autogouverner ou être gouverné de l'intérieur et le vocable hétéronome signifie être gouverné de l'extérieur.

Pulsion innée ou motivation intrinsèque

Depuis les années 1970, l'autodétermination a été essentiellement développée dans le domaine de la théorie de la motivation. Deci (1992) résume la théorie de l'autodétermination comme suit :

« La capacité de choisir et de faire des choix plutôt que de réaliser que nos actions découlent de procédures de renforcement, de motivation ou de toute autre force ou pression externe. Mais l'autodétermination est plus qu'une capacité, elle est aussi un besoin. Nous avons soutenu que les organismes ont une propension innée à s'auto- déterminer, ce qui les amène à s'engager dans des comportements intéressants ».

Capacité, processus, résultante

Ces trente dernières années un intérêt croissant s'est développé pour les droits et besoins des personnes présentant un handicap. Par exemple, la Convention relative aux droits de ces personnes, adoptée en 2006, entrée en vigueur le 3 mai 2008 a marqué un pas important en recommandant de considérer ces personnes comme des sujets de droits : « Toutes les personnes atteintes de tout type de handicap doivent jouir de tous les droits de l'homme et de toutes les libertés fondamentales ».

Dans le contexte des droits et la foulée des organismes de défense des droits des personnes présentant des incapacités intellectuelles, cette caractéristique personnelle a été colorée par les débats politiques à caractère national portant sur l'appropriation (empowerment) et les « droits ». Le terme « empowerment » est habituellement associé aux groupes d'action sociale et est généralement utilisé, selon Rappaport (1981), pour désigner des actions qui permettent aux personnes « d'accroître leurs possibilités d'avoir du contrôle sur leur vie » (p. 15).

PARTIE 2 : Autodétermination et motivation

La théorie de l'autodétermination (TAD) est avant tout une théorie de la motivation et de la personnalité qui s'intéresse au rôle de l'environnement dans le développement de l'autodétermination (ou autonomie) des êtres humains (Deci & Ryan, 2000). Cette théorie de la motivation et de la personnalité postule la présence d'une tendance innée et universelle à l'intériorisation, processus par lequel les individus assimilent en eux les règles et les comportements requis par leur environnement social. Lorsque les conditions sociales sont optimales, l'individu peut non seulement intérioriser le comportement mais aussi l'intégrer, c'est-à-dire le faire sien. Bien que naturelle, cette tendance chez l'être humain à l'intériorisation et à l'intégration peut être facilitée ou entravée par le contexte social dans lequel évolue l'individu.

Selon la TAD, tous les êtres humains, peu importe leurs caractéristiques possèdent trois besoins psychologiques innés dits essentiels : le besoin d'autodétermination (ou autonomie ; agir à partir de ses intérêts, préférences et valeurs propres), besoin d'affiliation sociale (être accepté, aimé) et besoin de compétence (se sentir capable, efficace).

Alors, être autodéterminé signifie agir de manière délibérée ou de plein gré, en fonction de ses propres intérêts, valeurs et buts. Dans cet état, l'individu s'identifie aux comportements qu'il pose, leur accorde de la valeur et de l'importance, il régule donc ses comportements à partir de son soi. À l'inverse, une personne agit de manière non-autodéterminée ou contrôlée (hétéronomie) lorsqu'elle régule ses comportements en fonction de contingences ou de pressions externes (p.ex., pour obtenir une récompense) ou interne (p.ex., pour éviter de ressentir de la honte, de la culpabilité ou de l'anxiété).

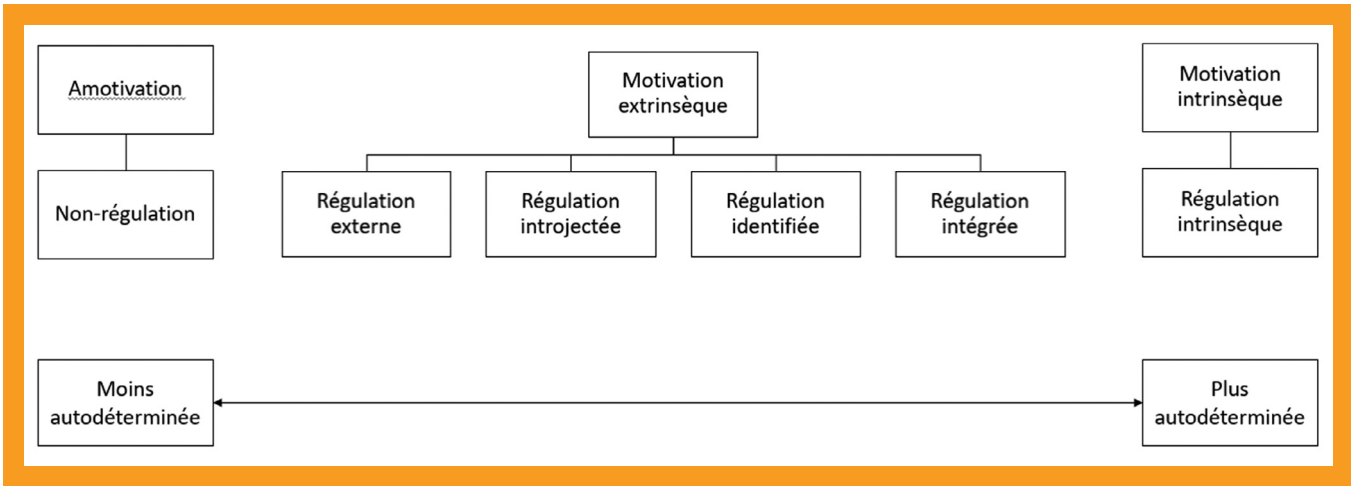


Figure 2. Modèle de la notion de la motivation selon Deci et Ryan.

Selon le modèle hiérarchique de l'autodétermination, l'autodétermination d'un individu peut aussi se concevoir à trois niveaux de généralisation :

- au niveau situationnel (c.-à-d., face à une tâche ou une situation spécifique) ;
- au niveau des domaines de vie (p.ex., à l'école, au travail, dans les relations interpersonnelles), et ;
- au niveau global (c.-à-d., l'orientation motivationnelle générale de l'individu).

Le modèle hiérarchique propose un effet « Bottom-up », plus la motivation d'une personne est auto- déterminée à travers diverses situations et domaines de vie, plus cela influence son niveau global d'autodétermination.

PARTIE 3 : Définition fonctionnelle de l'autodétermination

Wehmeyer et ses collaborateurs (Wehmeyer et coll. 2003), ont proposé une théorie fonctionnelle de l'auto-détermination dans laquelle celle-ci est conceptualisée comme étant un mode de disposition (tendances persistantes utilisées pour caractériser et décrire les différences entre les personnes) fondée sur la fonction d'un comportement pour un individu. Un comportement autodéterminé se rapporte aux « actions volontaires qui permettent à quelqu'un d'agir en tant qu'agent causal principal dans sa vie ou de maintenir sa qualité de vie ». En gros, l'agent causal sous-entend que c'est la personne qui fait ou qui cause les évènements survenant dans sa vie. L'agent causal sous-entend plus que la simple cause de l'action ; il laisse entendre que la personne agit avec l'intention de causer un effet pour **atteindre** un **objectif spécifique** afin de **provoquer** ou de **créer un changement.**

Selon cette théorie, on identifie les **actions** autodéterminées selon **quatre caractéristiques essentielles** :

- la personne agit de **manière autonome** ;
- le comportement est autorégulé ;
- la personne initie et réagit aux évènements d'une manière **autonome sur le plan psychologique** ;
- la personne agit d'une manière **autoréalisée** .

L'autorégulation est « un système complexe de réponse qui permet aux personnes d'examiner leur environnement et son répertoire de réponses afin de s'y adapter pour décider de la manière d'agir, d'entreprendre une action, d'évaluer la désirabilité des résultats de l'action et de réviser leurs plans au besoin » (Whitman 1990 ; p.

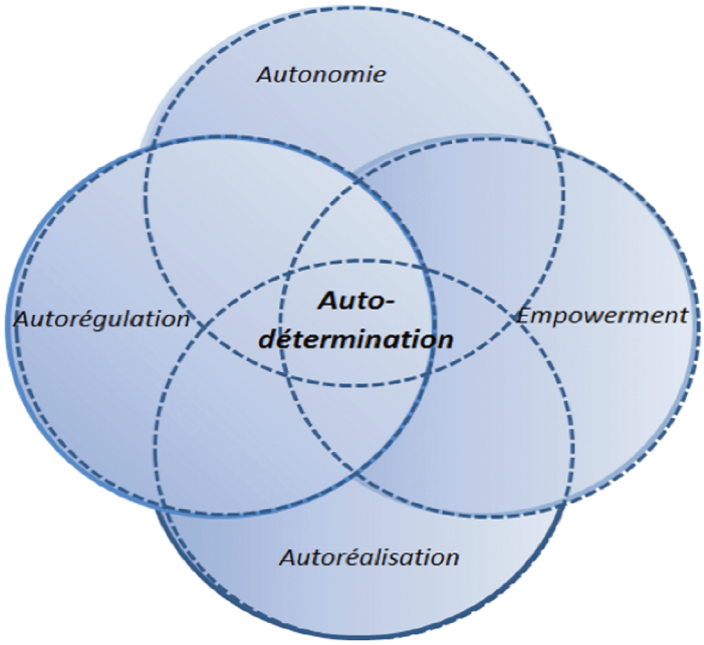


Figure 3. Notion d'autodétermination selon Wehmeyer.

Agent causal

Wehmeyer et Mithaug (2006) ont proposé la théorie de l'agent causal (TAC) pour expliquer comment et pourquoi les personnes deviennent autodéterminées plutôt qu'hétéro-déterminées. Ils désignent la « classe d'évènements comportementaux » que la TAC explique comme étant des **évènements causaux**, des **comportements causaux**, ou des **actions causales**.

Ceux-ci fonctionnent comme des moyens pour une personne (l'agent causal) de réaliser des objectifs valorisants et, finalement, de devenir plus autodéterminée.

Agir de manière autonome

L'autonomie quant à elle est le droit et/ou la capacité qu'un individu a de mener sa vie comme il l'entend. La perte d'autonomie serait donc la perte de capacité ou la perte du droit à choisir librement sa conduite. On définit souvent diverses formes d'incapacité – motrice ou sensorielle par exemple - comme des pertes d' "autonomie fonctionnelle" pour les distinguer des incapacités men-tales ou psychiques qui fragilisent l'autonomie de décision au maintien de la vie. L'autonomie recouvre des conduites qui sont peu influencées par le code social ou culturel.

L'autonomie renvoie donc à l'exercice d'un ensemble d'activités ou à la réalisation d'un ensemble de tâches d'une part et d'autre part, à la capacité de décider et de mettre en œuvre ses décisions (exécution).

Le contraire de l'autonomie/autodétermination n'est pas la dépendance, mais plutôt *l'hétéronomie*, qui consiste à se sentir contrôlé par des forces extérieures au soi ou vécue comme aliénante, par des impulsions/pressions internes ou des pressions extérieures (p.ex., des récompenses ou des punitions).

Agir de manière autorégulée

Des études ont montré que la déficience intellectuelle se caractérise par un déficit général d'autorégulation, qui entraîne des difficultés à s'adapter à son environnement. Mais des facteurs de motivation et de personnalité y contribuent également. En effet, la perception de soi comme une personne ne pouvant exercer un contrôle sur un objectif spécifique, ainsi que les déficits de performance et les rétroactions négatives sont des éléments qui freinent l'usage des stratégies d'autorégulation.

L'autorégulation est la capacité basée sur l'analyse d'une situation, l'autocritique par rapport aux erreurs, la flexibilité cognitive et motrice, le maintien ou la persistance de l'action jusqu'à son terme, la résistance à la distraction et la capacité d'effectuer les changements nécessaires en cours de route.

L'autorégulation fait référence à un ensemble de stratégies, savoir-faire et séquences organisées d'actions ou de réponses permettant à un individu de parvenir à une solution aussi satisfaisante que possible pour résoudre un problème. Une série de stratégies interdépendantes contribuent à l'autorégulation :

- les stratégies de gestion de soi qui consistent à observer ses comportements afin de les évaluer, les renforcer et les ajuster. Ceci implique deux capacités essentielles : celle d'exprimer ses propres suggestions verbales (ex. : Je devrais peut-être commencer par…) et celle de commenter la résolution de problèmes en cours ;
- les stratégies d'établissement et de planification des objectifs, qui permettent de préciser les actions nécessaires pour atteindre les objectifs, et de visualiser les étapes à parcourir. Ceci nécessite les capacités à faire des choix et à prendre des décisions ;
- les stratégies de résolution de problèmes et de prise de décisions qui conduisent la personne à identifier la problématique, à déterminer quels fins et/ou moyens peuvent être atteints et à mettre en place les procédures adéquates ;
- les stratégies d'ajustement et d'acceptabilité qui permettent, quant à elles, d'ajuster les comportements et les actions en fonction de leur efficience, jusqu'à ce que l'objectif soit atteint. Il peut s'agir soit de répéter la procédure, soit de changer de stratégies ou encore de changer le niveau du critère désiré.

Essentiellement, l'autorégulation repose sur l'évaluation de ses démarches et des ressources mises en œuvre dans une tâche donnée en vue d'une éventuelle adaptation, compte tenu de critères d'efficacité particuliers. L'autorégulation inclut les opérations suivantes :

- la détermination d'un but ;
- la planification des activités à réaliser ;
- le contrôle régulier de ces activités au moment de leur réalisation, et ;
- les réajustements en fonction de critères d'efficacité.

Agir avec empowerment

L'empowerment individuel s'élabore par quatre voies : la participation, les compétences, l'estime de soi et la conscience critique, qui s'enchaînent simultanément jusqu'à s'enchevêtrer et permettre un passage de l'état sans pouvoir (*disempowerment*) à un état avec pouvoir (*empowerment*). Pour illustrer ce processus, Ninacs choisit l'image de quatre cordes d'un câble (correspondant aux quatre étapes) qui s'entrelacent et se renforcent mutuellement. De plus, chacune de ces étapes comporte plusieurs dimensions ou composantes. Il s'agit donc d'un processus multidimensionnel. Je cite :

- la **participation** comporte deux volets, l'un sur le plan psychologique (droit de parole et participation aux décisions) et l'autre sur le plan pratique (capacité de contribuer et d'assumer les conséquences de sa participation) ;
- les **compétences** sont avant tout techniques; elles impliquent les connaissances et les habiletés permettant, d'une part, la participation à l'action et, d'autre part, son exécution, et elles peuvent se manifester tant par l'acquisition de nouvelles compétences que par la réévaluation de celles déjà possédées;

▶▶▶▶

Agir avec empowerment [suite]

- l'**estime de soi** renvoie à une transformation psychologique qui annule les évaluations négatives antérieures intériorisées et incorporées dans l'expérience de développement de l'individu et par laquelle il arrive à être satisfait de lui-même (amour de soi), à évaluer ses qualités et ses défauts (vision de soi) et à penser qu'il est capable d'agir de manière adéquate dans les situations importantes (confiance en soi) et donc à se percevoir comme possédant une capacité d'action lui permettant d'atteindre des objectifs personnels ou collectifs, selon le cas mais qui requiert la valorisation de sa contribution à l'atteinte des objectifs, aussi minime soit-elle, par d'autres personnes);
- la **conscience critique** comprend le développement d'une conscience de groupe (**conscience collective**), la réduction de l'autoculpabilisation (**conscience sociale**) et l'acception d'une responsabilité personnelle pour le changement (**conscience politique**). Elle renvoie également à la capacité d'analyse sociopolitique résultant de la dynamique dialectique d'action et de réflexion qui anime le sentiment d'apparte-nance et conduit à un engagement envers les autres.

De plus, l'**empowerment** individuel équivaut à **devenir compétent**. Lorsqu'un individu peut exercer un pouvoir, il est empowered, et les étapes qu'il doit franchir pour y arriver constituent le processus d'empowerment. Il s'ensuit que l'état d'empowerment serait caractérisé par la capacité de choisir, de décider et d'agir. À ce titre, il se rapproche du **concept de compétence** utilisé dans la sphère de l'éducation.

Agir de manière autoréalisée

Pour Wehmeyer (1996), les personnes autodéterminées sont auto-actualisées quand elles tirent profit d'une bonne connaissance d'elles-mêmes, de leurs forces et de leurs limites, pour agir de façon à capitaliser au maximum leurs connaissances (maximiser leur développement personnel). Ainsi, pour parler d'attitude auto-actualisée, la réalisation de deux conduites est nécessaire : une compréhension basique de ses caractéristiques individuelles (forces, faiblesses, limites) et une conscience de soi permettant de connaître et de maîtriser ces caractéristiques individuelles ainsi que leur mise en œuvre dans les situations quotidiennes.

Dans le modèle fonctionnel de Wehmeyer illustré plus bas, les facteurs majeurs déterminant l'émergence de l'autodétermination peuvent être personnels (capacités individuelles liées aux situations d'apprentissage, au développement personnel et aux croyances ou perceptions) ou environnementaux (occasions fournies par l'environnement, les expériences de vie et les croyances ou perceptions). Des capacités personnelles, occasions et soutiens accordés à la personne découlent les quatre dimensions essentielles : autonomie, autorégulation, empowerment psychologique et autoréalisation qui définissent le comportement autodéterminé. Le degré d'au-todétermination s'inscrit dans un continuum : il évolue dans le temps, dépend des facteurs déterminants et par conséquence du développement des quatre compo-santes essentielles.

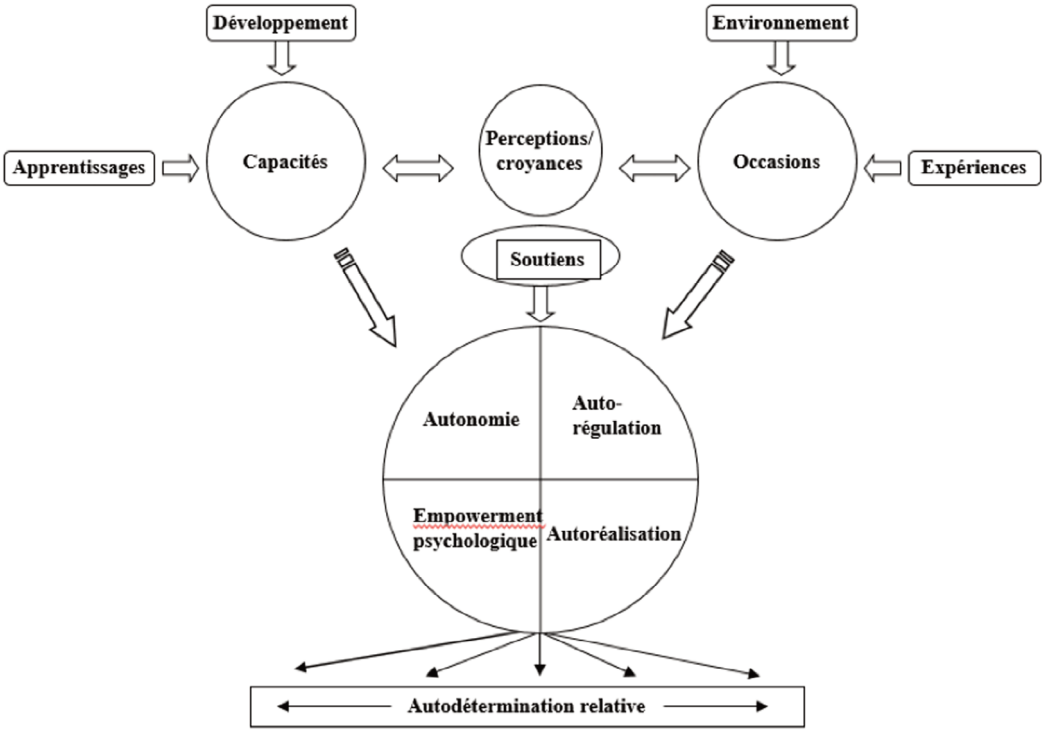


Figure 4. Wehmeyer (1999), Focus on autism and other developmental disabilities.

Modèles d'intervention éducative

Selon la théorie de l'autodétermination, une façon de soutenir le besoin d'autonomie d'autrui est par le type de communication et de soutien offerts. Le soutien à l'autonomie (SA) vise à satisfaire ce besoin essentiel. Dans le cadre d'une relation hiérarchique (p.ex., enseignant-élève, éducateur-usager, parent-enfant), le SA se décrit par un style d'interaction dans lequel la personne en position d'autorité reconnaît et tient compte de la perspective de l'autre (même si elle est différente de la sienne), soutient ses initiatives, minimise l'utilisation de stratégies de contrôle psychologique et fournit des défis optimaux en fonction du niveau de développement de la personne. Le soutien à l'autonomie consiste donc à considérer autrui comme une personne distincte et unique ayant sa propre personnalité et donc ses propres besoins, intérêts, désirs et aspirations et à faciliter leur expression.

La TAD stipule également que le développement de l'autodétermination repose sur trois facteurs principaux : (1) les capacités individuelles (p.ex., les habiletés et les attitudes que possède la personne), (2) les occasions offertes par l'environnement pour la mettre en pratique et finalement, et (3) le soutien offert.

Eléments « centraux » de pratiques éducatives efficaces

- soutien individualisé (P.E.I.) ;
- « instruction » systématique ;
- milieu d'apprentissage compréhensible et structuré ;
- curriculums spécifiques ;
- implication de la famille.

Apprentissage d'habiletés et attitudes

Comment l'autodétermination peut-elle se développer ? Par l'utilisation de programmes d'intervention spécifiques qui misent sur le développement de l'empowerment et de l'autorégulation et qui proposent un continuum d'activités.

Le modèle cyclique de l'autodétermination de Field et Hoffman (1994; 2014) reprend le modèle de Wehmeyer montré plus haut, et propose une combinaison d'habiletés, de connaissances, de croyances qui rendent une personne capable de s'engager dans une perspective d'avenir, de s'autoréguler et d'avoir des comportements autonomes. On y retrouve les différentes dimensions de l'autodétermination appliquées à une démarche de développement.

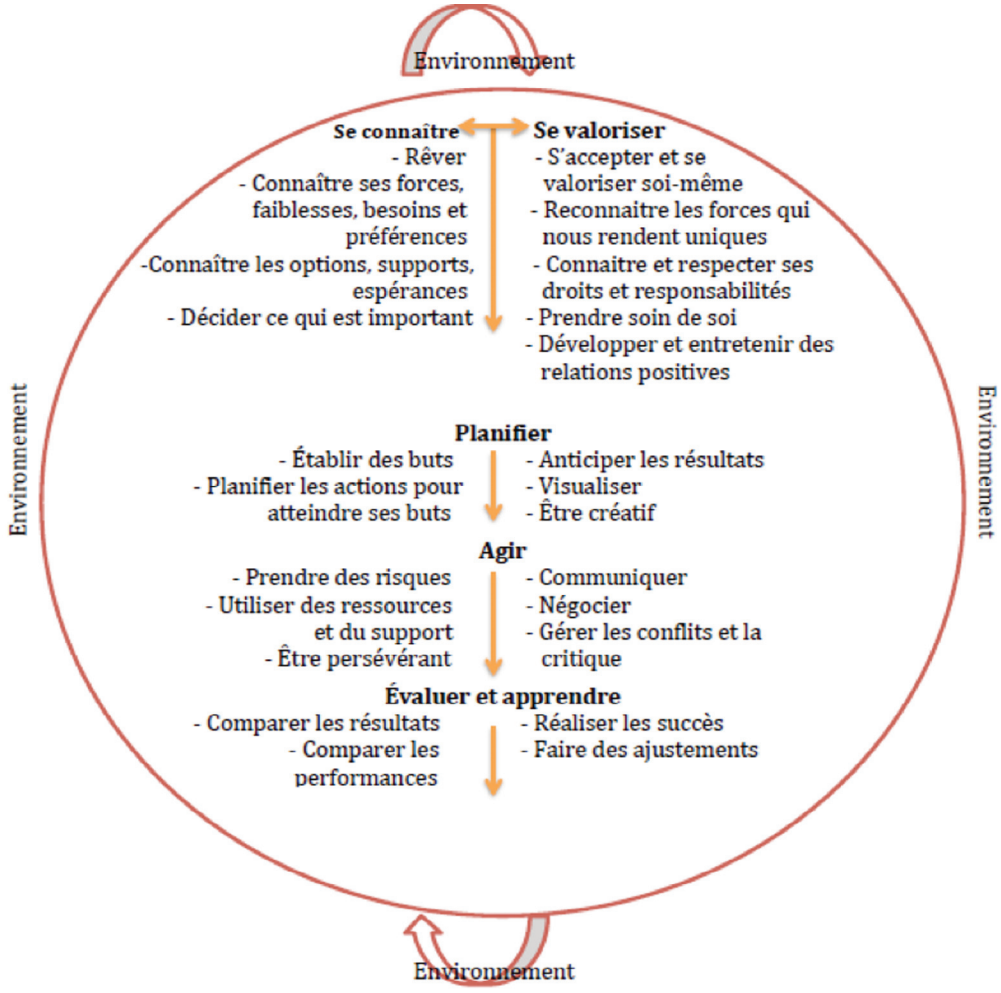


Figure 5. Modèle de processus d'apprentissage de l'autodétermination.

Implication de l'enfant ou de l'adolescent dans son projet de vie

Le soutien au besoin d'autonomie dans la relation avec l'agent de socialisation est un facteur de l'environnement social influençant la satisfaction du besoin d'autodétermination des personnes présentant une déficience intellectuelle.

Ce facteur s'ajoute donc au corpus de connaissances ayant lié l'autodétermination à divers déterminants :

- au type de milieu scolaire (classe régulière vs spécialisée);
- au type de milieu d'hébergement (famille/institution);
- au nombre de personnes dans le lieu d'habitation;
- au milieu de travail ou de résidence (communauté c. hors de la communauté;
- à l'aspect restrictif ou non de l'environnement de travail/résidence;
- à la perception d'avoir des choix dans son environnement et aux caractéristiques de l'environnement scolaire (p.ex., opportunités de pratiquer des comportements autodéterminés, de participer activement à son plan d'intervention, d'apprendre à se fixer des buts.

Parmi les facteurs de l'environnement scolaire, avoir davantage d'opportunités de pratiquer des comportements autodéterminés était lié à un plus haut niveau d'autodétermination. La participation active est liée significativement à un plus haut niveau d'autodétermination.

- la raison ou la valeur de la tâche à accomplir ;
- offrir des choix dans la manière d'accomplir la tâche ;
- se montrer empathique envers la perspective de l'autre (c.-à-d., reconnaître et accepter les pensées et les sentiments de l'autre, quels qu'ils soient), et ;
- éviter les expressions et les stratégies de contrôle psychologique (p.ex., langage contrôlant tel que « tu dois », menacer, récompenser, culpabiliser.

Conclusion

Soutenir l'autodétermination consiste à considérer d'abord l'autre personne comme un individu à part entière, ayant sa propre personnalité, pouvant faire des choix et prendre des décisions à partir de ses besoins, intérêts et préférences plutôt que comme un objet que l'on peut inciter à être ou à se comporter d'une certaine façon. On oppose le soutien à l'autodétermination au contrôle psychologique, style interpersonnel qui manipule, invalide ou contraint l'autre à agir d'une certaine façon.

Par la suite, d'autres études se sont intéressées aux caractéristiques de l'environnement social facilitant la motivation autodéterminée lorsque la tâche à réaliser n'est pas agréable en soi, mais qu'elle est toute de même importante à apprendre pour la socialisation de l'individu (p.ex., apprentissages scolaires, résolution de problèmes).

Références

Abery, B. H., et Stancliffe, R. J. (2003a). An ecological theory of self-determination: theoretical foundations. Dans M. L. Wehmeyer, B. H. Abery, D. E. Mithaug, et R. J. Stancliffe (Eds), Theory in self-determination: Foundations for educational practice (pp. 25-42). Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Agran, M., et Krupp, M. (2011). Providing choice making in employment programs: The beginning or end of self-determination? *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 46(4), 565- 575.

Caouette, M et Lachapelle, Y. (2014). Perceptions et pratiques des intervenants en soutien à l'autodétermination des personnes présentant une déficience intellectuelle, Revue internationale de communication et socialisation, 1(1), 21-34.

Deci, E. L., et Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination* in human behavior. New York, NY : Plenum Press.

Detraux, J.J. (2017). DEVENIR ADULTE AVEC UNE DEFICIENCE INTELLECTUELLE Gérer la transition vers l'âge adulte. Université de Liège et Université Libre de Bruxelles Centre d'Étude et de Formation pour l'Éducation Spécialisée et Inclusive.

Emond, P., J. & Joussemet, M. (2014). Le soutien à l'autodétermination des personnes ayant une déficience intellectuelle légère. *Revue de psychoéducation*, 43 (1), 37-55.

Fontana-Lana,B., Brügger P.A. & Hauenstein,I.P. (2017) Former la personne avec une déficience intellectuelle à l'autodétermination et à la participation sociale. Fribourg : Institut de Pédagogie Curative et Cité du Genévrier (Fondation Eben-Hézer)

HAELEWYCK. M.-C., LACHAPELLE. Y. & BOISVERT. D. (2003). *L'autodétermination*. Dans Tassé, M.-J. & Morin, D. La déficience intellectuelle. Montréal : Éditions Gaétan Morin, pp.215-227.

INSERM (2016). Déficiences intellectuelles. Publications de l'INSERM. Paris.

Lachapelle, Y., Wehmeyer, M. L., Haelewyck, M.-C., Courbois, Y., Keith, K. D., Schalock, R.,... Walsh, P. N. (2005). The relationship between quality of life and self-determination: an international study. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49(10), 740-744.

Lachapelle, Y. et Boisvert, D. (1999). Développer l'autodétermination des adolescents présentant une déficience intellectuelle en milieu scolaire. Revue canadienne de Psychoéducation. (Octobre,1999).

LACHAPELLE, Y., BOISVERT, D., CLOUTIER, G., McKINNON, S. et LÉVESQUE, S. *C'est mon avenir après tout ?* Revue européenne du Handicap Mental.

Nirje, B. (1969). The normalization principle and its human management implications. In R. Kugel, & W. Wolfensberger (Eds.), *Changing patterns in residential services for the mentally retarded*. Washington, D.C.: President's Committee on Mental Retardation.

Nirje, B. (1994). Le principe de normalisation et ses implications dans le maniement du comportement humain. *La revue internationale de la Valorisation des Rôles Sociaux*, 1 (2), 24-29.

Mes connaissances sur l'autodétermination : corrigé

ÉNONCÉS	VRAI	FAUX
1. En ce qui a trait aux individus, l'autodétermination est une préoccupation récente		X
2. Les personnes présentant des incapacités intellectuelles importantes, par exemple les personnes polyhandicapées, ne peuvent être que difficilement autodéterminées	X	
3. On naît autodéterminé, on ne le devient pas vraiment, c'est essentiellement un trait de personnalité		X
4. Être autodéterminé c'est réussir à réaliser avec succès ce que j'entreprends		X
5. L'autodétermination est la capacité de faire soi-même les tâches		X
6. Échouer dans une ou plusieurs tâches démontre peu d'autodétermination		X
7. Avoir du contrôle sur sa vie contribue à l'autodétermination	X	
8. Recourir à d'autres personnes pour l'exécution d'une tâche, ce n'est pas vraiment autodéterminé		X
9. L'autodétermination c'est prendre du pouvoir dans ma sphère d'influence	X	
10. Un répertoire des comportements comme pour un répertoire des comportements adaptatifs est fort utile pour dresser la liste des comportements autodéterminés pour un groupe spécifique de personnes		X
11. L'autodétermination est directement liée à la motivation extrinsèque		X
12. L'autodétermination est surtout un processus pour des adultes souhaitant se prendre en charge		X
13. Il y a peu d'intérêt à soutenir l'autodétermination chez les personnes âgées…« peine perdue »		X
14. L'autodétermination est le passage d'un état de dépendance à un état d'interdépendance	X	
15. L'autodétermination est surtout la manifestation liée à faire des choix		X
16. Dans l'histoire de l'autodétermination il existe un seul modèle explicatif de son développement		X
17. L'environnement de la personne n'a pas vraiment d'influence sur le développement de l'autodétermination		X
18. La perte d'autonomie fonctionnelle est une perte d'autodétermination		X
19. L'apprentissage à l'autodétermination serait une matière supplémentaire à faire apprendre aux élèves		X
20. La loi de 2005 reconnaît implicitement le droit à l'autodétermination	X	