



ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



juggle.fr



ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION

La loi handicap de 2002 inscrit l'autodétermination de la personne au cœur des enjeux du secteur médico-social. C'est pourquoi, la démarche du projet personnalisé d'accompagnement doit aussi permettre de **développer** cette autodétermination. Toutefois, avant la phase de développement, il est nécessaire de passer par **la phase d'évaluation**.

Il est aujourd'hui possible d'évaluer le niveau d'autodétermination d'une personne grâce à **un outil gratuit, fonctionnel et précis** proposé par Juggle.

ACCÉDEZ À L'OUTIL D'ÉVALUATION GRATUIT :

<https://library.juggle.fr/autodetermination>

DES FICHES EXERCICES

Découvrons ensemble tout ce qu'il faut savoir sur **l'outil d'évaluation** de l'autodétermination en ligne. Gardons aussi l'inspiration au quotidien avec **des fiches d'exercices** pour l'accompagnement.

L'équipe de Juggle  @juggleapp

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION

Pour toute question ou remarque, merci de nous contacter par mail à contact@juggle.fr

Publié par Juggle, 122 quai Claude le Lorrain 54000 Nancy, www.juggle.fr

Juin 2023

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



La démarche médico-sociale

L'autodétermination, un apprentissage

L'autodétermination est à la fois un droit, un besoin et un ensemble de compétences à développer chez toutes les personnes. Nous pouvons donc aider à l'apprentissage et au développement de l'autodétermination chez la personne.

En savoir + avec
les fiches pratiques



Une démarche en 3 étapes

ÉVALUATION

OBJECTIFS

DEVELOPPEMENT

1

2

3

Évaluer le niveau
d'autodétermination
grâce à l'outil Juggle

Déterminer les objectifs
d'accompagnement en
s'appuyant sur les
résultats de l'outil

Mettre en place
l'accompagnement de
la personne pour
développer son
autodétermination

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



La conception de l'outil médico-social

Le besoin du terrain

Jusqu'à maintenant, **aucun outil efficace et simple d'utilisation** n'était mis à notre disposition pour évaluer le niveau d'autodétermination d'une personne accompagnée. Juggle a décidé de **répondre à ce besoin médico-social** en développant un outil gratuit, simple et concret.

La méthodologie scientifique

L'outil a été conçu par **Laurie Pacini**, psychologue clinicienne et ingénieure Recherche & Développement chez Juggle. Afin de concevoir un outil performant et pertinent, Laurie s'est basée sur plusieurs **sources scientifiques**.



Un outil pratique et gratuit

L'outil d'évaluation a été pensé dans le but de **faciliter le travail des accompagnants**. Il suffit de se connecter sur l'outil en ligne et de répondre à quelques questions pour obtenir des **résultats précis** sur le niveau actuel d'autodétermination de la personne. En plus, il est **100% gratuit**.

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



La méthode scientifique

Les sources scientifiques

La conception de l'outil a été réalisée en s'appuyant sur l'état de la science actuelle :

- Decy & Ryan pour **la motivation**
- Wehmeyer pour **le modèle fonctionnel**
- Abery et Stancliffe pour **le modèle écologique**

La méthodologie scientifique

L'outil provient donc d'un croisement de ces différents modèles, avec **les échelles d'évaluation existantes** et des données du logiciel Method. Cette association a permis de dégager une trentaine de questions ciblant des comportements autodéterminés. Chacune de ces questions fait référence à **une des composantes de l'autodétermination** et aux **fonctions neuropsychomotrices** sous-jacentes.

Les résultats obtenus au questionnaire permettent de mettre en avant la ou les composantes de l'autodétermination bien développées ainsi que celles à renforcer. Les fonctions sur lesquelles s'appuyer, à renforcer ou développer pour chacune de ces composantes, sont également indiquées. Cela permet de reconnaître les forces et les limites de la personne.

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



La motivation intrinsèque et extrinsèque

D'un point de vue théorique, les recherches se sont articulées autour des premiers travaux de Deci et Ryan, incluant les notions de **motivation intrinsèque et extrinsèque** et régulant les différents **niveaux de contrôle** de la personne sur sa vie.



« J'ai envie... »
« J'ai décidé que... »

« Je dois... »
« Il / Elle veut que... »

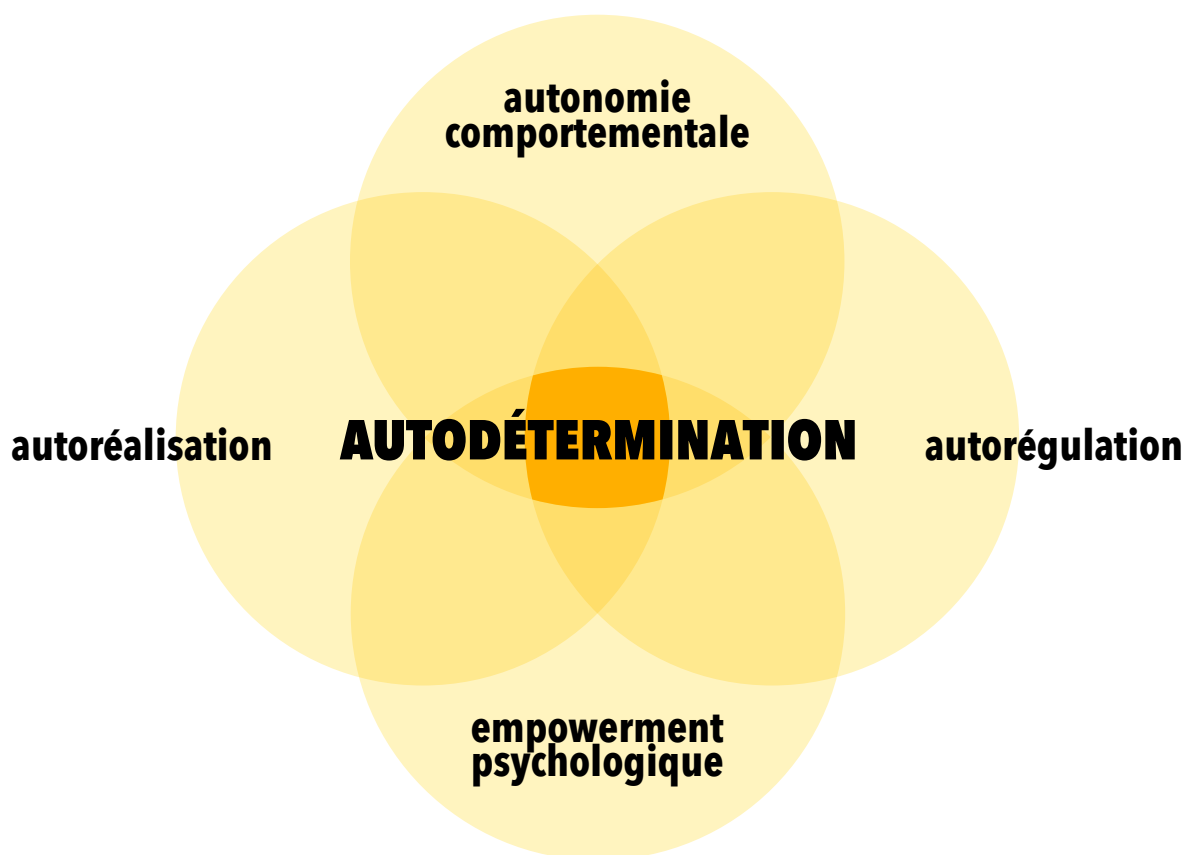
• Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. New York, NY: Plenum

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



Le modèle fonctionnel

Les travaux de Wehmeyer et de ses collaborateurs viennent étoffer les éléments de Deci & Ryan sur la motivation. Le **modèle fonctionnel** de l'autodétermination délimite **ses quatre grandes composantes**. Celles-ci, selon leur niveau de développement, mettent également en avant le **pouvoir de décision et de contrôle** qu'une personne peut avoir dans sa vie.



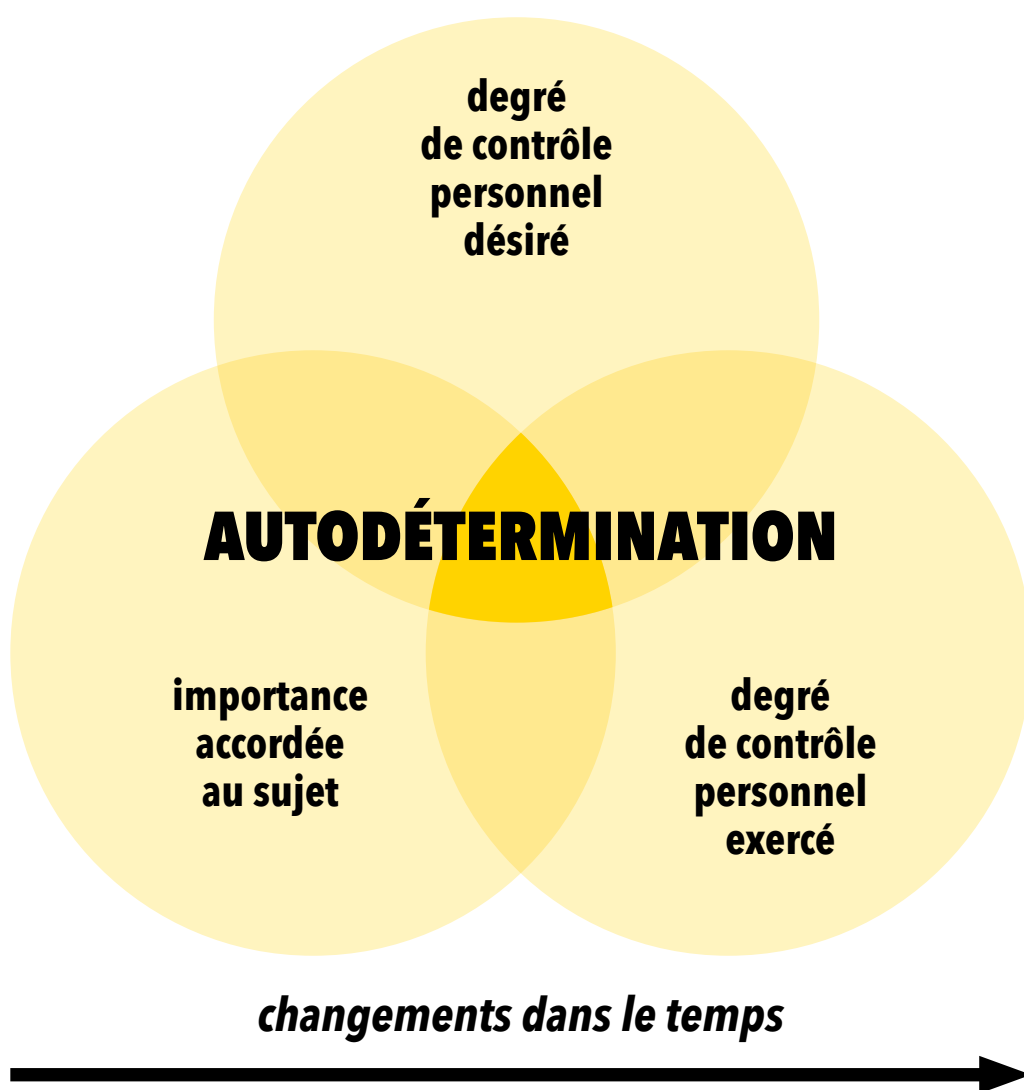
- Lachapelle, Y., et Wehmeyer, M.L. (2003). L'autodétermination. Dans M. J. Tassé et D. Morin (Dir.), Manuel professionnel sur la déficience intellectuelle (pp. 203-214). Montréal, Québec: Gaëtan Morin

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



Le modèle écologique

Le **modèle écologique**, théorisé par Abery et Stancliffe, introduit la notion de **degré de contrôle**. Même si une personne a toutes les compétences nécessaires pour exercer le pouvoir sur sa vie, elle peut ne pas avoir envie de tout contrôler.



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

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



L'accompagnement de Marie

Marie est une adolescente de 16 ans. Elle est suivie par une équipe pluridisciplinaire et doit se décider pour une future formation professionnelle. Avant son orientation, l'équipe décide de mesurer son niveau d'autodétermination, pour s'assurer que le choix de formation lui conviendra. En effet, si Marie connaît ses forces et est capable d'adapter les situations en fonction de ses difficultés, elle manque de confiance en elle et s'affirme peu. Même si elle formule parfois son mécontentement, elle suit ce qu'on lui préconise et a encore besoin d'aide dans plusieurs tâches du quotidien.



Démarche à suivre

ÉVALUER
LE NIVEAU

ANALYSER
LES RÉSULTATS

1

2

3

4

DÉFINIR
DES OBJECTIFS

ADAPTER
L'ACCOMPAGNEMENT

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



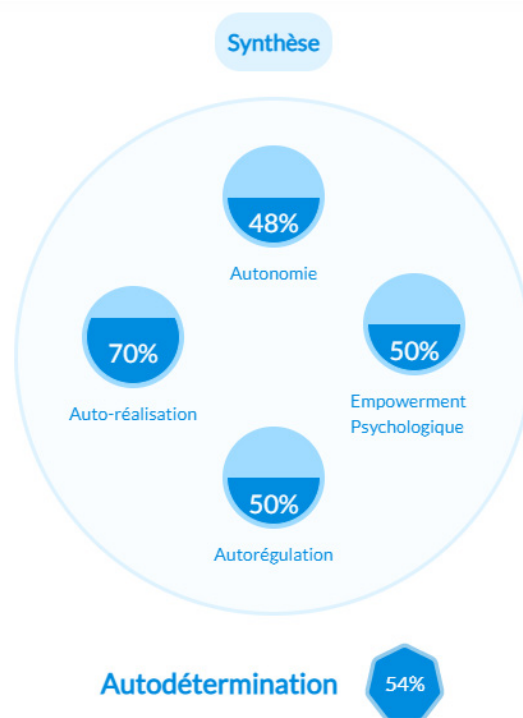
Évaluer le niveau d'autodétermination

Remplir le questionnaire

En sa compagnie, l'équipe pluridisciplinaire crée le profil de Marie. Pour cela, ils se rendent sur l'outil en ligne et renseignent ses informations de genre, d'âge et son prénom.

Suite à cela, ils entament le questionnaire. En 20 minutes, ils obtiennent une photographie à l'instant T de l'autodétermination de Marie.

Grâce aux résultats, ils savent que Marie a de bonnes bases et que son degré d'autodétermination dans ses comportements est développé à plus de 50%.



ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



Analyser les résultats

Les points forts et les points faibles

Le point fort de Marie est son **autoréalisation** : sa capacité à influencer et façonner son parcours de vie, selon ses forces et ses difficultés, en lien avec ses expériences personnelles vécues. Marie aurait donc **une bonne mémoire à long terme** et **conscience de ses compétences**.

L'estime de soi et la confiance en soi

appuient aussi l'autoréalisation, ces deux fonctions sont cependant plus fragiles chez Marie, ce qui diminue son score à cette composante et en impacte d'autres.



En effet, **les trois autres composantes sont encore à développer**. Marie est motivée et capable de prendre des décisions, notamment concernant son parcours de vie. **Ses fonctions mnésiques**, que ce soit la mémoire à long terme ou la mémoire procédurale, permettant de réaliser des actions de façon automatique et autonome, **sont bien développées**.

Cependant **la structuration temporelle** et **la planification** sont des fonctions qu'elle doit développer. De plus, **son sentiment d'efficacité** et **ses capacités à exprimer ses choix** sont impactés par son manque de confiance en elle et d'estime de soi.

Même si Marie est capable de **prendre des décisions justes**, en prenant en compte les différentes informations, en anticipant les actions possibles et leurs conséquences, elle ne parvient pas à les exprimer et les défendre.

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



Définir les objectifs

L'équipe décide donc d'orienter le projet de Marie autour du **développement de certaines fonctions** pour renforcer son autodétermination, avant de prendre une décision pour son parcours professionnel.

Renforcer les composantes

Les quatre fonctions repérées sont donc **la structuration temporelle, la planification, la régulation émotionnelle** et **la confiance en soi**.

En s'appuyant sur ses bonnes compétences de mémoire à long terme, le développement de la structuration temporelle et de la planification lui permettront d'améliorer :

- Son autoréalisation
- Son autonomie comportementale.

L'augmentation de ses capacités de régulation émotionnelle et de sa confiance en soi lui permettront également de mieux défendre ses compétences et ses envies. En renforçant sa communication et en lui permettant d'exercer le niveau de contrôle désiré dans ses choix, l'équipe aide Marie à développer :

- Son empowerment psychologique
- Son autorégulation.

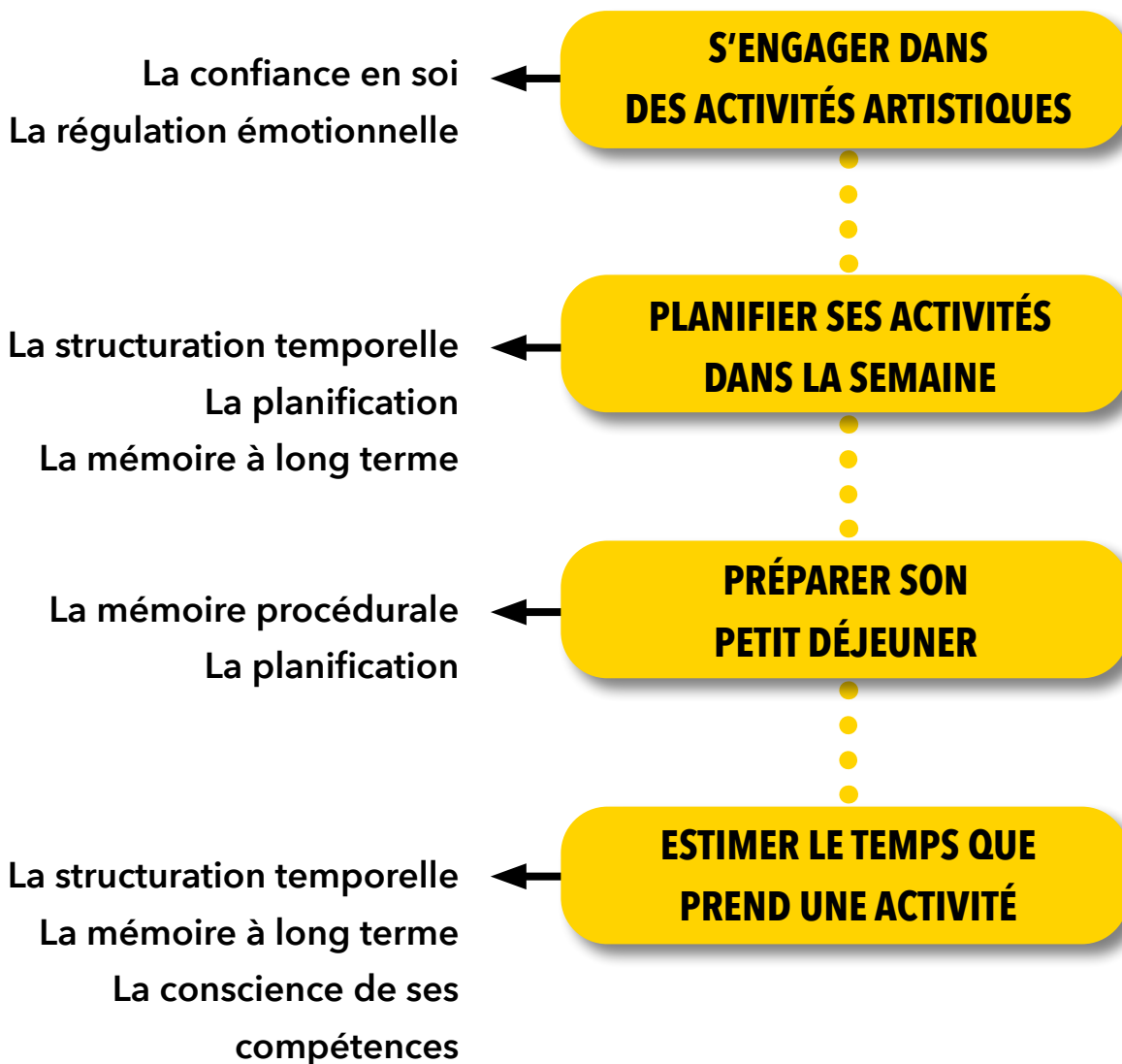
ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



Adapter l'accompagnement

Après avoir défini des objectifs, l'équipe décide **d'adapter l'accompagnement de Marie à ses besoins**. Ils ont donc sélectionné quatre exercices pour développer son autodétermination, selon **les fonctions** qu'elle doit travailler.

Les exercices sélectionnés



ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



S'engager dans des activités artistiques

Dans cet exercice, la personne apprend à s'engager dans des activités artistiques. Cette activité va permettre de développer la confiance en soi et la régulation émotionnelle pour renforcer **l'empowerment psychologique**.

Exercice formel

Nous donnons du matériel créatif et d'art plastique à la personne et regardons comment elle les utilise. Nous pouvons la guider en lui donnant un modèle à reproduire ou en lui donnant des consignes verbales pour qu'elle réalise l'activité. Si besoin, nous pouvons accompagner ses mouvements lorsqu'elle utilise la colle, les crayons ou les ciseaux, etc. Nous pouvons également mimer un geste pour la guider ou lui montrer l'action pour qu'elle nous imite.



Guidance

- **Totale (physique ou par imitation)** : Nous accompagnons tout le mouvement. Nous réalisons une action avec l'objet.
- **Partielle (gestuelle ou visuelle)** : Nous réalisons un geste pour guider la personne. Nous lui donnons un modèle à reproduire.

Situation naturelle

Lorsque la personne est en salle de jeux, nous pouvons, sous surveillance lui donner du matériel pour qu'elle s'occupe en coloriant, peignant ou en découpant et collant des éléments. Nous pouvons également mettre en place des ateliers créatifs, en groupe ou seul, pour créer des décorations.

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



Planifier ses activités dans la semaine

Dans cet exercice, la personne apprend à planifier ses activités dans la semaine. Cette activité va permettre de développer la structuration temporelle, la planification et la mémoire à long terme pour renforcer **l'autorégulation**.

Exercice formel

La personne sait situer des événements dans la journée et dans la semaine. Nous pouvons travailler avec elle pour organiser sa semaine selon les différentes activités qu'elle va réaliser. Nous lui proposons un emploi du temps vide qu'elle va pouvoir remplir à l'aide de noms ou d'étiquettes représentant les activités. Pour chacune d'elles, elle devra évaluer le temps que prend l'activité pour gérer l'enchaînement. Nous pouvons proposer des étiquettes de tailles différentes pour qu'elle choisisse une taille correspondant au temps estimé pour l'activité.



Guidance

- **Totale (verbale)**: Nous disons à quel moment de la semaine peut se dérouler l'événement.
- **Partielle (gestuelle)**: Nous pointons vers les éléments spécifiques pour aider l'organisation selon le temps ou l'enchaînement. Nous pointons vers l'endroit précis du support pour qu'elle place l'événement.

Situation naturelle

Dès que la personne doit réaliser son emploi du temps, nous pouvons l'amener à organiser de façon de plus en plus autonome le déroulé de ses activités, en prenant en compte les différents facteurs rentrant en jeu.

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



Préparer son petit déjeuner

Dans cet exercice, la personne apprend à préparer son petit déjeuner. Cette activité va permettre de développer la mémoire procédurale et la planification pour renforcer **l'autonomie comportementale**.

Exercice formel

Nous pouvons faire une liste avec la personne des différents aliments dont elle peut avoir besoin pour son petit-déjeuner et préciser les différentes étapes pour le réaliser. Nous lui indiquons, par exemple, la préparation d'une boisson chaude, d'un verre de jus de fruits et de tartines ou d'un autre aliment solide. Nous pouvons laisser la liste des aliments visible pour que la personne s'y réfère lorsqu'elle prépare son petit-déjeuner.



Guidance

- **Totale (physique)** : Nous accompagnons tous les gestes de la personne.
- **Partielle (verbale ou gestuelle ou visuelle)** : Nous lui indiquons verbalement les gestes à effectuer. Nous lui indiquons les gestes en pointant les différents éléments. Nous lui donnons des représentations des différentes étapes sous formes d'images.

Situation naturelle

Lors d'un petit-déjeuner, nous pouvons laisser la personne le préparer de façon à le rendre autonome.

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



Estimer le temps que prend une activité

Dans cet exercice, la personne apprend à estimer le temps que prend une activité. Cette activité va permettre de développer la structuration temporelle, la mémoire à long terme et la conscience de ses compétences pour renforcer **l'autoréalisation**.

Exercice formel

Nous pouvons découper une activité selon les différentes étapes à suivre. Nous donnons à la personne soit la durée totale de l'activité, soit la durée des différentes étapes. Nous pouvons adapter cette durée selon les compétences de la personne. Nous pouvons lui demander si elle pense qu'elle mettra plus ou moins de temps pour telle ou telle étape. Nous reconstruisons l'activité avec elle et donnons le temps estimé. Nous pouvons ensuite reprendre avec elle ce temps estimé et le comparer au temps qu'elle a réellement mis pour réaliser l'activité.



Guidance

- **Totale (verbale)**: Nous disons le temps que l'activité va durer.
- **Partielle (visuelle)**: Nous lui donnons toutes les étapes de l'activité sous forme d'images pour aider la structuration temporelle. Nous lui donnons un *timer*.

Situation naturelle

Lorsqu'elle doit réaliser une activité, nous pouvons démarrer en lui indiquant le temps dont elle dispose ou lui demander combien de temps elle pense utiliser pour la réaliser. Plus nous interagissons autour de cette question, plus son estimation du temps de l'activité s'améliorera.

ÉVALUER L'AUTODÉTERMINATION



Bibliographie

Partie 1

Abery, B. H., & Stancliffe, R. J. (2003). An ecological theory of self-determination: Theoretical foundations. In M. L. Wehmeyer, B. H. Abery, D. E. Mithaug & R. J. Stancliffe (Eds.), *Theory in self-determination: Foundations for educational practice* (pp. 25-42). Springfield: Thomas

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

Lachapelle, Y., Boisvert, D., et Leclerc, D. (2000). La traduction et la validation transculturelle de l'échelle d'autodétermination de l'ARC. Présenté à Recherche, INSHEA |

Uhlig, A. (2018). Validation du Questionnaire de Choix : Outil d'évaluation du choix disponible perçu par des personnes adultes avec une déficience intellectuelle. Edition SZH/CSPS

Wehmeyer M. L. (2020). The Importance of Self-Determination to the Quality of Life of People with Intellectual Disability: A Perspective. *International journal of environmental research and public health*, 17(19), 7121.

M. L Wehmeyer (Ed.), *Self-determination across the life span : Independence and choice for people with disabilities* (p. 111-145). Baltimore : Paul H. Brookes.

Wehmeyer, M. L., Lachapelle, Y., Boisvert, D., Leclerc, D., & Morrissette, R. (2001). L'Échelle d'autodétermination - version pour adulte. Trois-Rivières: LARIDI.

Wehmeyer, M.-L., Lachapelle, Y., Boisvert, D., Leclerc, D., Morrissette, R.,. (2001). L'échelle d'autodétermination version pour adolescents. Trois-Rivières: LARIDI.

Wolman, J., Campeau, P., Dubois, P., Mithaug, D., & Stolarski, V. (1994). *AIR Self-Determination Scale and user guide*. American Institute for Research.



Retrouvez Juggle sur les réseaux sociaux



juggle.fr