



**SENSIBILISATION
A
L'AUTODÉTERMINATION**



20-21 DECEMBRE 2021

à AGORA

2 bis Avenue
Albert de Mun

SAINT-NAZAIRE

Le but de ces journées est

- de réfléchir ensemble à ce qu'est l'autodétermination
- et de recueillir vos idées.

- Ce qui nous permettra ensemble de contribuer au futur guide sur l'autodétermination de l'association Marie Moreau

▸
Nous allons vous présenter des
témoignages sur l'autodétermination,
à partir de la vidéo
« J'ai retrouvé confiance en moi »

09H05-10H10

EXTRAIT VIDEO 1

« Je me sens belle. Je suis fière de moi. »



Avant, j'avais les cheveux courts

ECHANGES

dans chaque sous
groupe

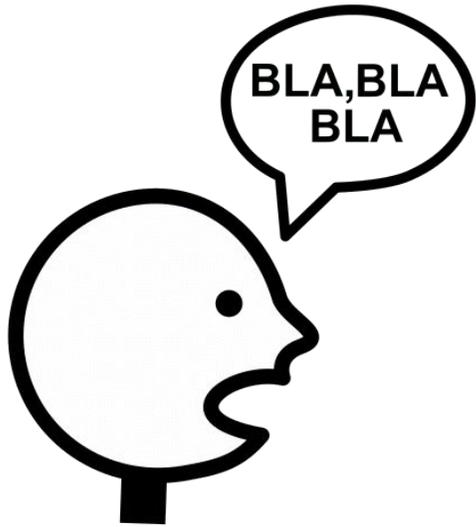
+ 1 question après
chaque extrait de la
vidéo

On projette les vidéos en séquence:
1^{ère} personne. On visionne la vidéo. On s'arrête. On échange dans chaque sous groupe

En 10 minutes :

Qu'est-ce qui a changé dans la vie de la personne ? (support écrit rappelant la question sur chaque table)

On capitalise les propos de la salle (prise de notes, post it) qui seront répartis à l'issue de chaque temps en 4 ou 5 thèmes ci-après



Faire des choix au-delà
des attentes de mes
parents (je n'ai pas
écouté mes parents)

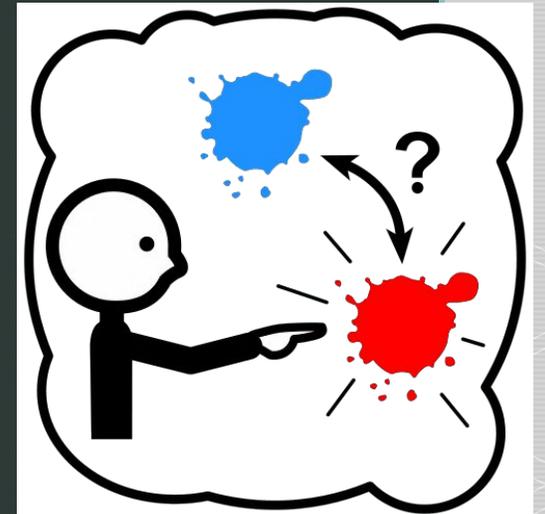
Image de soi revalorisée:
j'ai une meilleure image
de moi. Je me sens
belle, je suis une femme.

Gagner en autonomie:
j'ai gagné en autonomie

Fière de moi: je suis fière
de moi

Affirmation de soi: je me
mets en jupe, en
pantalon, ... je
ressemble à une femme

Mes parents doivent être
fiers de moi



EXTRAIT VIDEO 2

« Encore une marche, puis une marche ... et généralement tu progresses »



J'ai été opéré à coeur ouvert, j'ai un grand frère handicapé,

ECHANGES
AVEC
LA SALLE

On projette le 2^{ème} extrait vidéo :
2^{ème} personne.

On s'arrête. On échange dans chaque sous
groupe

En 10 minutes :

Que ressent la personne qui a témoigné ?
(support écrit rappelant la question sur chaque
table)

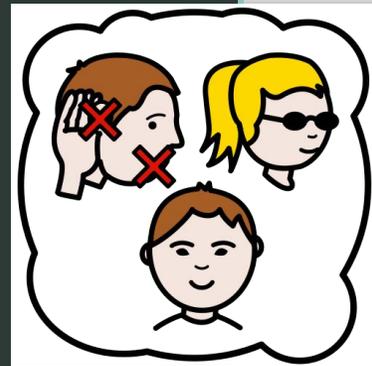
On capitalise les propos de la table (prise de
notes, post it) qui seront répartis à l'issue de
chaque temps en 4 ou 5 thèmes



Cocon familial

Vous êtes gentils mais
Moi je vais faire ma vie

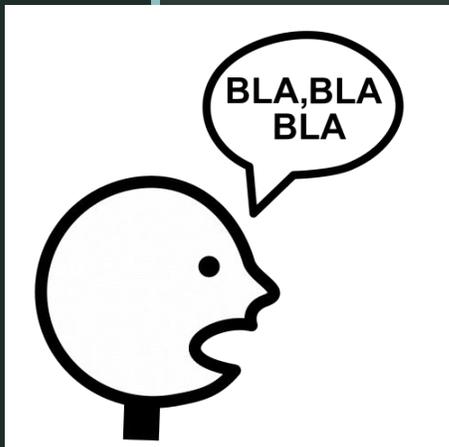
T'es handicapé, tu
n'arriveras à rien



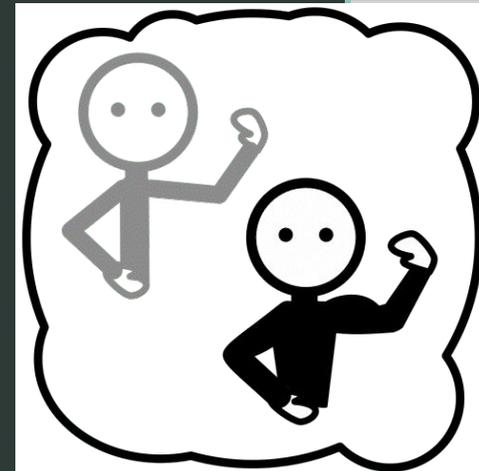
Le handicap n'a rien à
voir, il faut se foutre
une claque et
progresser

« Encore une marche
et une marche ... »

Booster: c'est grâce
aux éducateurs, à tous
ces gens ...



Un peu dur d'en parler
avec mon père ...
j'aimerais simplement
le rendre fier.



EXTRAIT VIDEO 3

« Ça m'a donné envie d'essayer moi-même. Et j'ai réussi ... »





**ECHANGES
AVEC
LA SALLE**



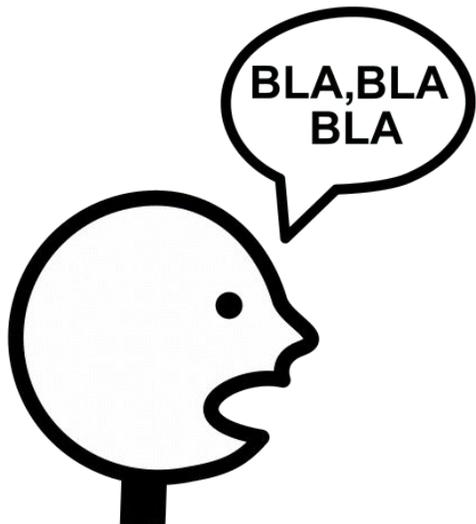
- ▶ On projette le 3^{ème} extrait vidéo :
3^{ème} personne.
On s'arrête. On échange dans chaque sous groupe

En 10 minutes :

Comment intervient l'entourage de la personne qui a témoigné ?

Ses amis, Sa famille, Les professionnels (support écrit rappelant la question sur chaque table)

On capitalise les propos de la table (prise de notes, post it) qui seront répartis à l'issue de chaque temps en 4 ou 5 thèmes



Quand je veux quelque chose, je le dis

Je le redis car j'en ai besoin

Gain de confiance en moi

Je décide par moi-même et je ne laisse pas les éducateurs décider pour moi

On m'a laissé la possibilité de décider par moi-même. J'ai eu envie d'essayer

Changement de système: les résidents décident



EXTRAIT VIDEO 4

« J'irai jusqu'au bout. Je ne vais pas lâcher l'affaire ... moi je veux vivre en liberté »



Tout ce que j'ai entrepris,

ECHANGES
AVEC
LA SALLE

On projette le 4^{ème} extrait vidéo :

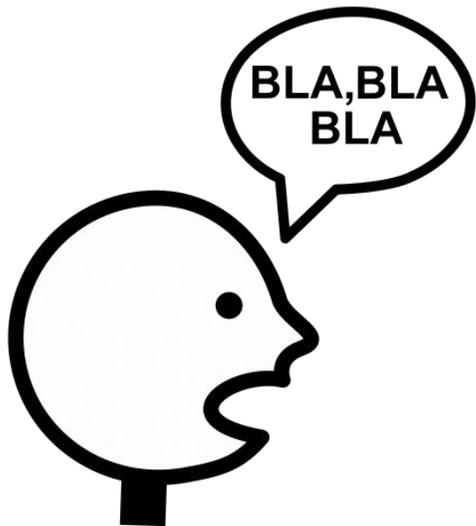
▶ 4^{ème} personne.

On s'arrête. On échange dans chaque sous groupe

En 10 minutes :

Que retenez-vous de cette dernière vidéo ?
(Support écrit de la question sur la table de chaque sous-groupe)

A l'issue de des 4 temps les animateurs capitalisent les propos des tables (prise de notes, post it) répartis en 4 ou 5 thèmes



Ce que j'ai entrepris, je l'ai voulu et je l'ai en ce moment

Je suis fier d'être arrivé à ce que je voulais

Soutien de la famille mais parfois des doutes

Détermination: je ne vais pas lâcher.

Expérience: ça marche tant mieux, ça ne marche pas tant pis

Au moins j'aurais essayé



PAUSE

Pause 15 mn « café »

9H55-10H10

ou

14H55-15H10

TP

Question: Sommes-nous tous concernés?

(objectif: répondre à la question de savoir si nous sommes tous concernés en fonction d'où l'on parle?)

Support de scénario de BD avec un jeu de rôle (quelques unes sous le coude).

(3 jeux de rôles différents possibles ou les personnes choisissent eux-mêmes une situation à aborder en mini groupe)

(on fait des petits groupes dispersés dans la salle: mini groupes de 5?)

Plan A: les personnes jouent le jeu. Ils vont essayer les différents rôles suivants:

Celui qui fait la demande, qui exprime un besoin.

L'autre qui dit que ça n'est pas possible et qui l'explique.

Le 3^{ème} qui offre des possibilités d'occasion.

A la fin, on demande à la personne qui a fait la demande ce qu'elle retient de l'échange comme avis, proposition, ... (on verra si les personnes se situent, se positionnent ou disent: je ne sais pas, ... Donc il y a 1 personne par groupe qui prend des notes)

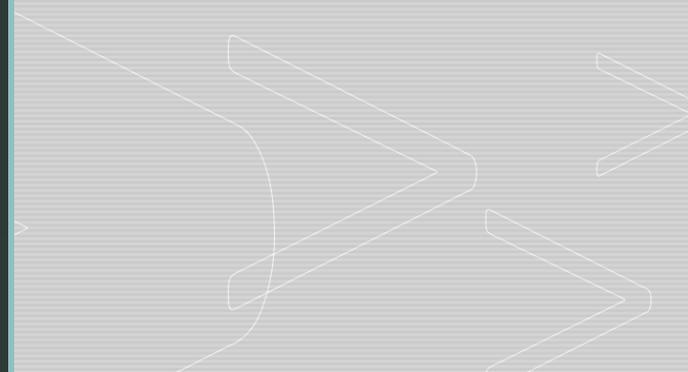
Plan B: 3 membres du collectif de préparation font un exemple devant l'assemblée (et on débrieife en grand groupe).

+ listing de questions pour débrieifer: est-ce que c'est facile de tenir une position? De soutenir un choix? D'être entendu? ... Comment on peut ...

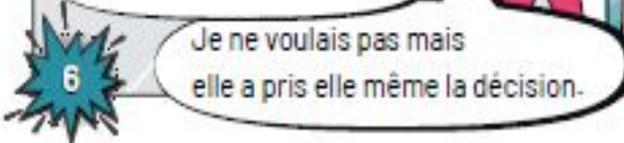
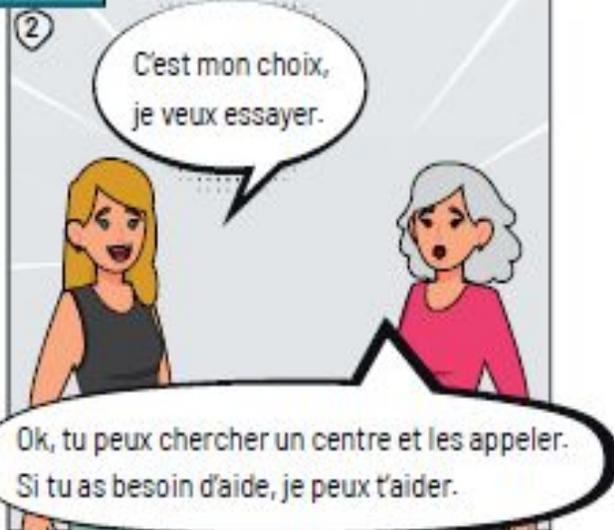
Animation de 10h15 à 10h55

- 4 sous-groupes répartis dans la salle
- Chaque sous-groupe démarre avec une BD différente plastifiée (2 copies par table) et posée sur la table
- Pour chaque ss-grpe: un animateur par table qui présente la bd (lire à haute voix, la jouer... seul ou à deux ou trois)
- Afficher les 2 questions après lecture (2 diapos à la suite)

Etes-vous
d'accord que vos
idées soient
visibles sur le
futur guide?



Je veux faire de l'équitation





Question 1

Est-ce que ça vous rappelle quelque chose dans votre vie?

Une situation vécue?



Question 2

Dans cette BD, est-ce que la situation vécue vous paraît être subie ou choisie par la personne?

Oui? Non ?

Pourquoi?

Il faudrait changer quoi pour qu'on soit dans de l'autodétermination

BD 1 Support de secours pour l'animateur (en cas d'absence de contenu de la part des participants ou pour enrichir les échanges si besoin) – à utiliser en dernier recours – L'animateur n'apporte pas la réponse

- L'autodétermination est le droit de chaque personne de faire des choix pour sa vie.
- Chaque personne a le droit de dire son choix
- L'autodétermination c'est la possibilité de construire sa vie en fonction de ses envies, de ses besoins et de ses valeurs.
- Quelles que soient ses difficultés, la personne doit être écoutée.

S'exprimer : J'aimerais



S'affirmer : Je veux



BD2



Question 1

Est-ce que ça vous rappelle quelque chose dans votre vie?

Une situation vécue?



Question 2

Est-ce de l'autodétermination?

Oui? Non ?

Pourquoi?

Il faudrait changer quoi pour qu'on soit dans
de l'autodétermination

BD 2 Support de secours pour l'animateur (en cas d'absence de contenu de la part des participants ou pour enrichir les échanges si besoin) – à utiliser en dernier recours – L'animateur n'apporte pas la réponse

- Pour favoriser l'autodétermination il faut changer nos habitudes.
- C'est souvent la famille ou les professionnels qui disent ce qui est bon pour les personnes accompagnées. Il faut changer cela.
- Les personnes accompagnées doivent s'affirmer et exprimer leurs idées.
- Avec l'autodétermination, nous voulons développer l'autoreprésentation. L'autoreprésentation, c'est parler pour soi même et pour les autres personnes accompagnées.
- Nous voulons permettre aux personnes accompagnées de :
 - Participer aux réunions de l'association Par exemple : l'Assemblée Générale, le Conseil d'Administration.
 - - Participer aux décisions qui les concernent
 - - Représenter les autres personnes accompagnées Par exemple : le CVS ou le comité social en ESAT.





Question 1

Est-ce que ça vous rappelle quelque chose dans votre vie?

Une situation vécue?



Question 2

Est-ce de l'autodétermination?

Oui? Non ?

Pourquoi?

Il faudrait changer quoi pour qu'on soit dans
de l'autodétermination

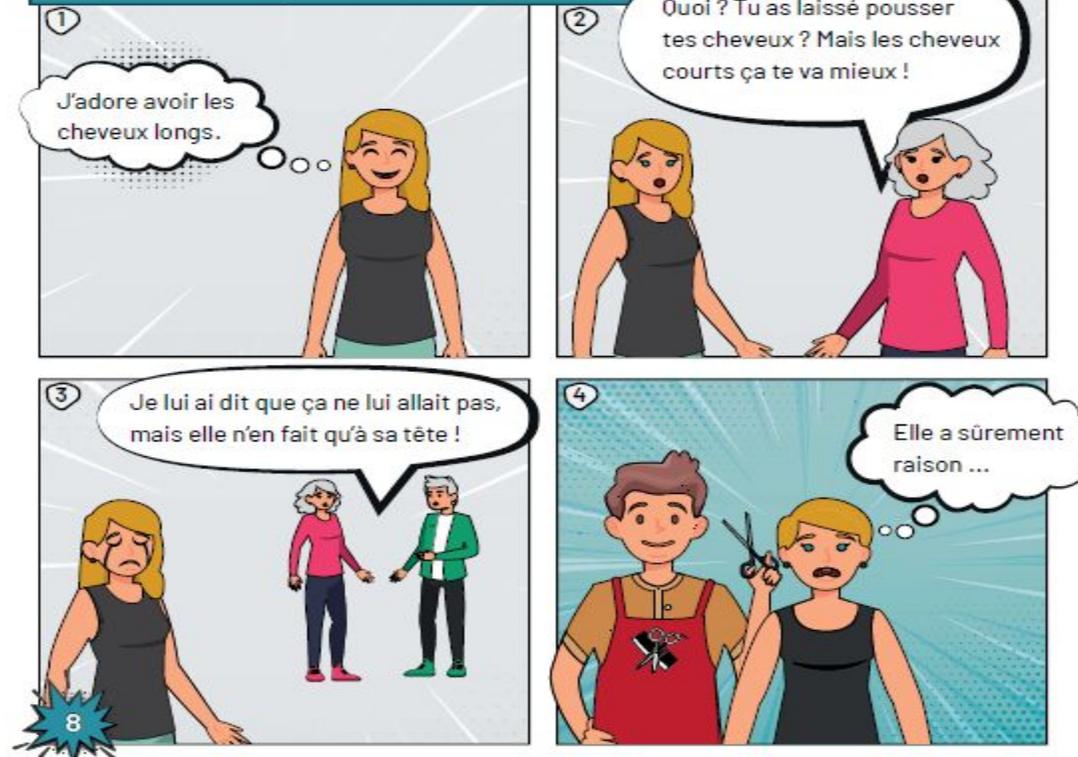
BD 3 Support de secours pour l'animateur (en cas d'absence de contenu de la part des participants ou pour enrichir les échanges si besoin) – à utiliser en dernier recours – L'animateur n'apporte pas la réponse

- L'autodétermination permet d'apprendre et de comprendre des choses nouvelles.
- L'autodétermination permet aussi de développer de nouvelles compétences.
- Quand on apprend de nouvelles choses, on peut les partager à d'autres personnes accompagnées. On peut partager son expérience entre pairs.
- Un pair c'est quelqu'un qui nous ressemble. C'est la pair-aidance.

Parfois, l'influence part d'une bonne intention



Parfois, l'influence part d'une bonne intention





Question 1

Est-ce que ça vous rappelle quelque chose dans votre vie?

Une situation vécue?



Question 2

Est-ce de l'autodétermination?

Oui? Non ?

Pourquoi?

Il faudrait changer quoi pour qu'on soit dans
de l'autodétermination

BD 4 Support de secours pour l'animateur (en cas d'absence de contenu de la part des participants ou pour enrichir les échanges si besoin) – à utiliser en dernier recours – L'animateur n'apporte pas la réponse

- Les choix et les décisions doivent venir de la personne accompagnée sans influence.
- L'influence c'est quand on impose une idée à quelqu'un.
- Souvent, on influence quelqu'un parce qu'on veut bien faire.
- Par exemple, on peut dire à quelqu'un « Tu devrais choisir cette veste » ou « tu devrais te couper les cheveux, c'est mieux pour toi ».
- L'autodétermination, ça veut dire aussi que :
 - On ne doit pas forcer quelqu'un à prendre une décision.
 - On ne doit pas prendre une décision
 - à la place de la personne accompagnée.



**C'est vrai ça, tiens.
Imaginez Matrix avec un Néo daltonien ?**





Question 1

Est-ce que ça vous rappelle quelque chose dans votre vie?

Une situation vécue?



Question 2

Est-ce de l'autodétermination?

Oui? Non ?

Pourquoi?

Il faudrait changer quoi pour qu'on soit dans
de l'autodétermination

PAUSE

Pause 10 mn « oxygène »

10H55-11H05

ou

15H55-16H05

Qu'avez-vous retenu de
cette demi-journée?
(de 11h10 à 12h00)

Chaque table dispose d'une planche différente de 8 stickers

Chaque table sélectionne 3 stickers maximum qui définissent pour lui l'autodétermination (si c'est insuffisant, nous vous invitons à participer au guide)
+ Chaque table donne une à deux idées ou définition sur un ou deux stickers vierges

Choisissez maximum 3 étiquettes + 2 à compléter, par planche, qui représentent pour vous l'autodétermination

Apprendre de ses erreurs	Faire des choses par soi-même
Droit de se tromper	Vivre des expériences
Faire des compromis	VOTRE IDEE
VOTRE IDEE	VOTRE IDEE

Faire des choix	Décider pour soi
VOTRE IDEE	VOTRE IDEE
Soutien	Environnement propice
VOTRE IDEE	VOTRE IDEE

Affirmer ses valeurs	Apprendre à refuser
Agir sur sa vie	Libre expression
Partager une vision	Exister pour soi
Ambition	VOTRE IDEE

Information accessible	Connaître les possibilités
Ses droits et devoirs	VOTRE IDEE
VOTRE IDEE	VOTRE IDEE
VOTRE IDEE	VOTRE IDEE



Et chaque groupe vient coller ses étiquettes sur l'arbre >>>



Votre définition de l'auto détermination

➤ Revenons sur vos nouvelles
idées ou définitions

Chaque table dispose d'une planche de 8 pictogrammes

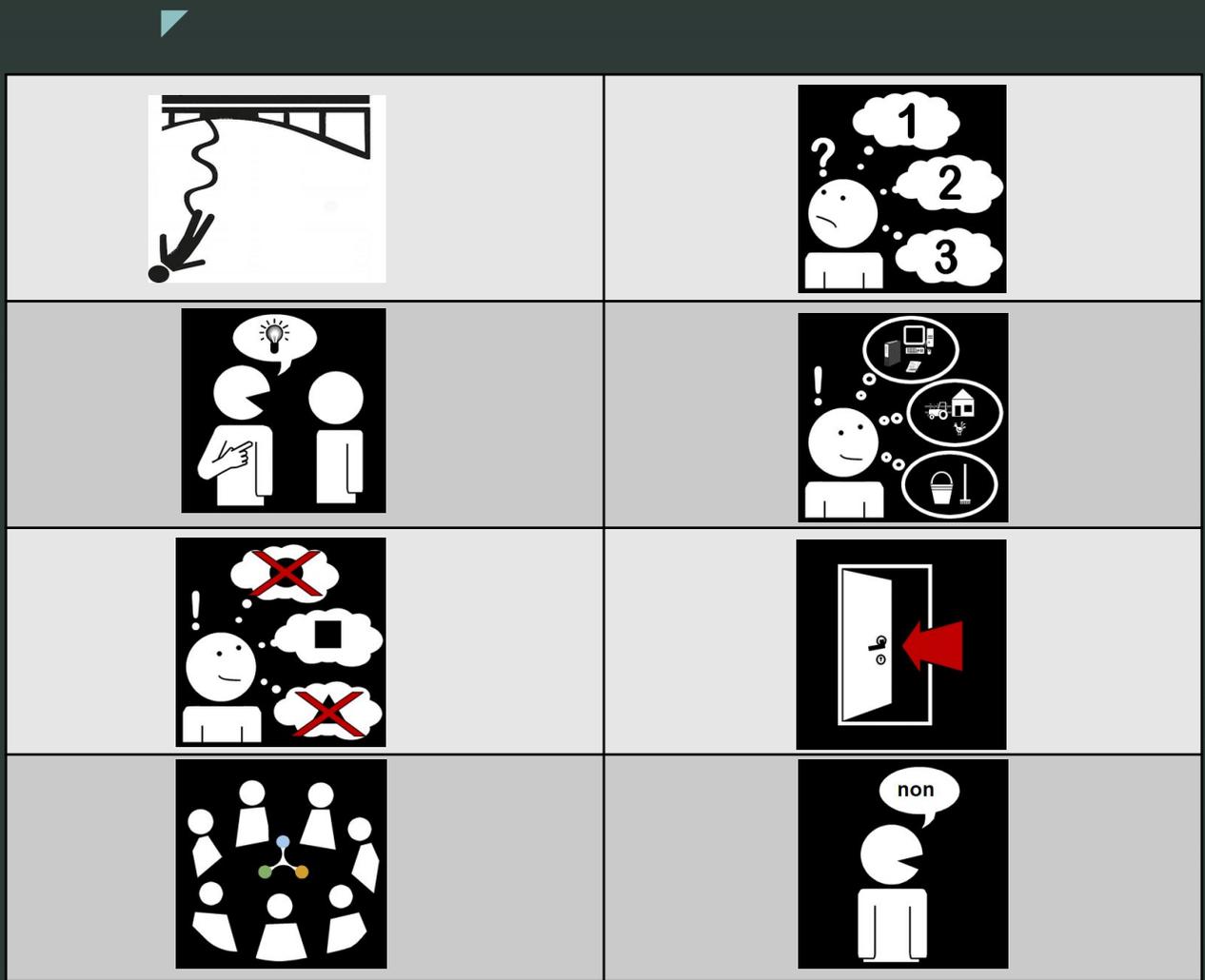
Chaque table sélectionne 2 pictos maximum qui définissent pour lui l'autodétermination

+ il sera demandé par la suite d'expliquer ce qu'il(s) représente(nt) pour chaque groupe

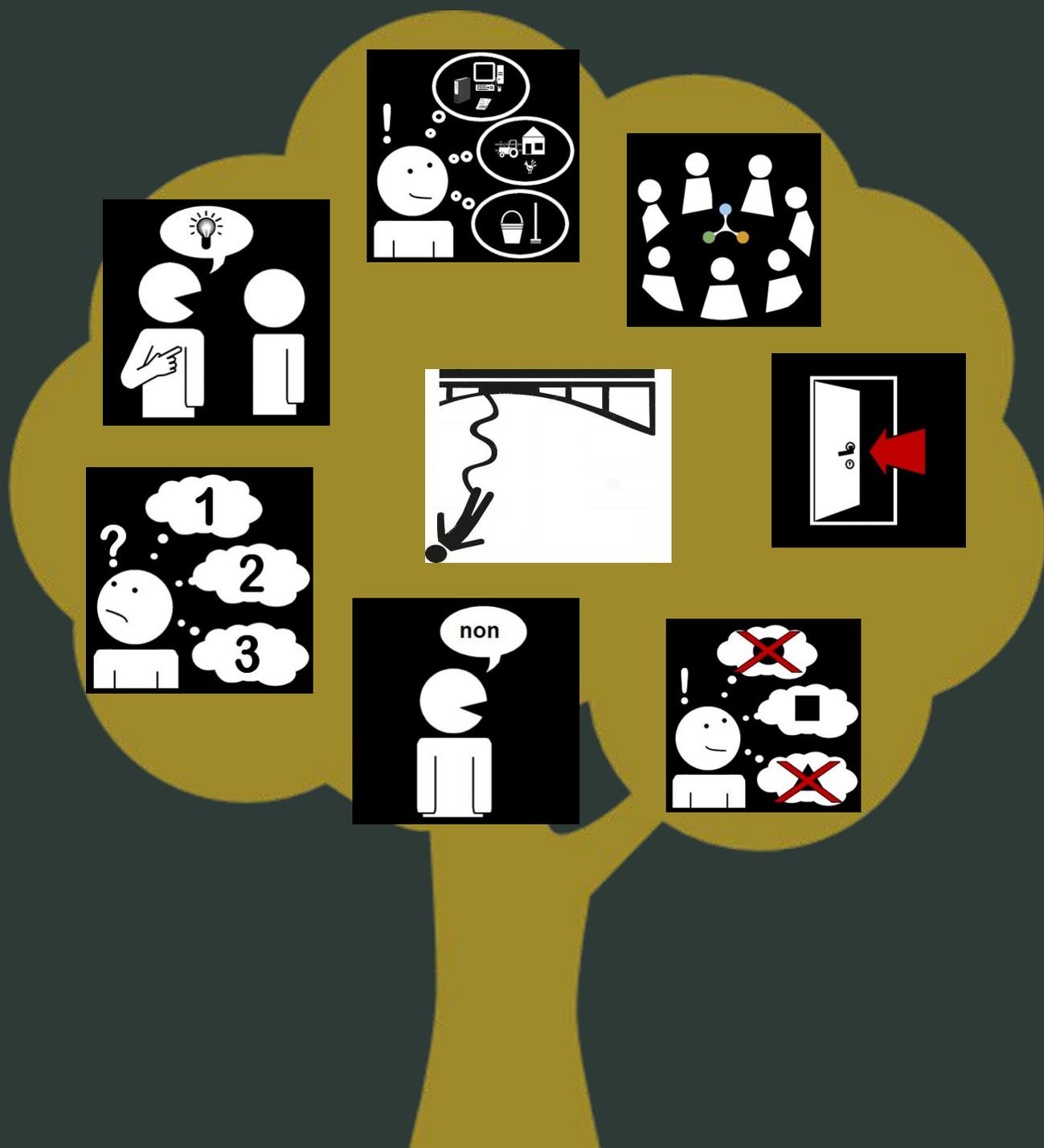
Donc, c'est quoi pour vous
l'autodétermination ?

- Tour de salle: quel pictogramme vous retenez (*commenter ce choix, préciser sa représentation*)

Choisissez maximum 2 pictogrammes (pictos), qui représentent pour vous l'autodétermination



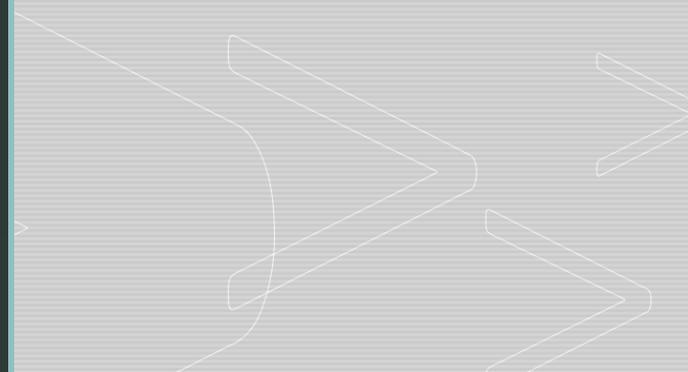
Et chaque groupe vient coller ses étiquettes sur l'arbre >>>



L'arbre des pictos de l'auto détermination

Qui a choisi tel ou tel
pictogramme et que
représente t-il pour vous?

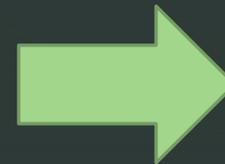
Et ensuite ?



L'association Marie Moreau a besoin de vous
pour créer avec vous le :

« Guide sur l'autodétermination »

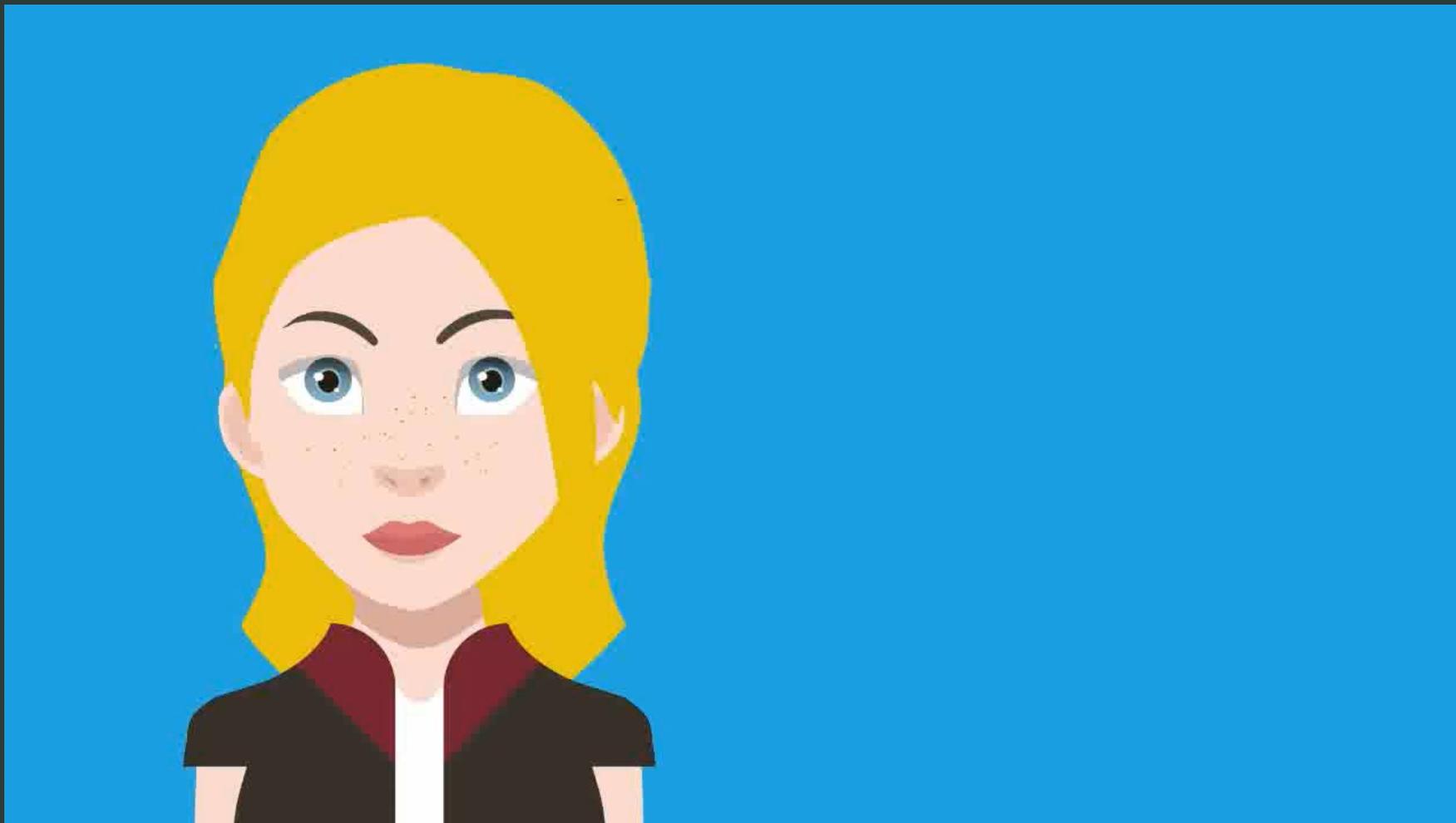
après les vacances de Noël



Merci



▸ L'autodétermination c'est quoi?



Je m'appelle Tess et je travaille à l'ESAT de Lamballe (en Bretagne)

▸ S'autodéterminer,
c'est ...

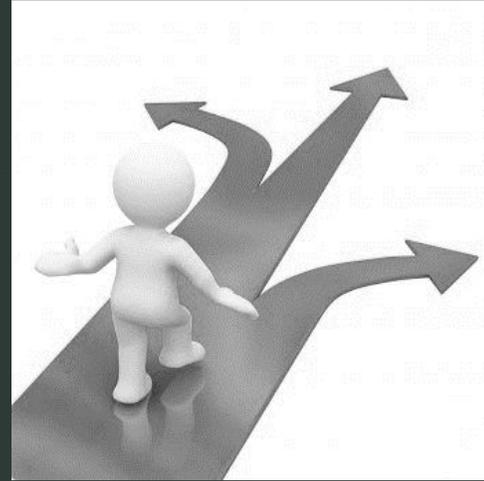
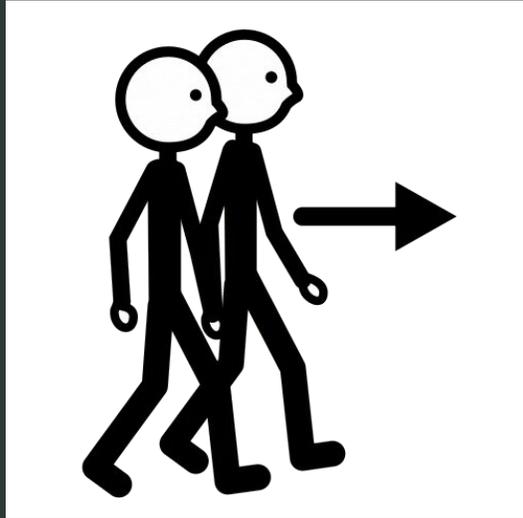
- Pouvoir faire
- Pouvoir choisir
- Pouvoir m'exprimer
- Pouvoir comprendre
- Pouvoir essayer



ECHANGES AVEC LA SALLE



Il faut m'accompagner.



Il ne faut pas me prendre en charge.





ECHANGES AVEC LA SALLE



Ça veut dire qu'il ne faut pas

- décider pour moi mais
m'expliquer les choix
possibles

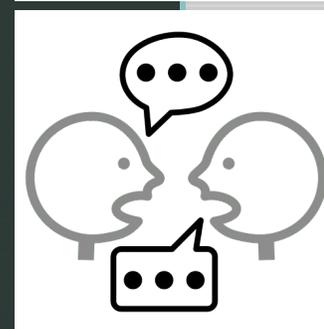
▶

ECHANGES AVEC LA SALLE



Il faut

- M'aider à comprendre
- Utiliser le FALC, utiliser des photos, des vidéos, des pictogrammes ..
- Utiliser un discours simple



▶

ECHANGES AVEC LA SALLE



Il faut me laisser

faire des choix

essayer et me tromper

On va en parler ensemble et s'il y a besoin on change



ECHANGES AVEC LA SALLE





- L'autodétermination, ça veut dire aussi
- **Ne faites plus rien**
- **pour moi sans moi**

