

Que fais-tu cher-
cheur? Démysti-
fier la recherche
pour mieux cher-
cher ensemble! 2

L'importance de
la collaboration
dans le dévelop-
pement et l'im-
plantation des
TSA! 4

La réalité vir-
tuelle comme
nouvelle avenue
pour l'évaluation
et l'intervention
auprès des en-
fants et des adul-
tes ayant des
déficits cognitifs 5

L'appartement
intelligent: un
projet novateur! 6

À la découverte
de l'autodétermi-
nation 7

Testez vos
connaissances sur
l'autodétermi-
nation 8

Trouvez les ré-
ponses à vos
questions sur
l'autodétermi-
nation 9

Info-Clic TSA

ANNÉE 1, N° 2

MARS 2009

Mot du titulaire

« Le véritable défi de l'intervention psychoéducative consiste à allier la rigueur scientifique à la tendresse de l'action... »

J'ai croisé un jour, sur le chemin de ma vie, M. Gilles Gendreau et Mme Jeanine Guindon père et mère de la psychoéducation. Leur passion, leur dévouement, leur rigueur et leur tendresse m'ont inspiré cette citation qui en quelque sorte est devenue ma maxime! Bien que la vaste majorité des personnes que je connaisse s'entendent pour dire qu'il faut cesser de travailler en silos (ou vases clos) et accentuer la

mise en pratique de réelles collaborations entre experts multidisciplinaires, je crains qu'il n'y ait encore loin (à certains égards du moins) de la coupe aux lèvres.

Dans cet esprit, l'équipe de la Chaire TSA vous a préparé un *Info-Clic TSA* où il sera question de nuages, de théorie, de partenariats et de pratiques d'intervention bien concrètes.

Nous vous invitons donc à prendre connaissance de votre nouveau numéro d'Info-Clic TSA et à nous faire part de vos commentaires...

En terminant, voici quelques nouvelles. Bien qu'il existe déjà un site Web de la Chaire, nous œuvrons à une nouvelle version qui promet d'être des plus interactive... Lors du prochain numéro, il sera notamment question d'importantes subventions obtenues de la Fondation Canadienne pour l'Innovation, du MELS et de l'UQTR afin de débiter les travaux de construction de la Phase I de la Chaire. De plus... Et puis non, il faut bien vous réserver quelques surprises ;-)

Bonne lecture!

Calendrier des activités de la Chaire

Congrès

Présentation de deux conférences au 10th Annual Conference [ATIA](#) 2009 Orlando, Floride: 30 et 31 janvier 2009.

Formations

Formation sur l'autodétermination. Activité destinée aux intervenants du CRDI Saguenay Lac-St-Jean. Alma, 3 au 6 février 2009.

Formation sur l'autodétermination. Activité destinée aux intervenants du CRDI Lisette Dupras. Montréal, 12 février 2009.

Activité publique

Participation au lancement du doctorat en psychoéducation de l'Université du Québec à Trois-Rivières. 17 février 2009.

Que fais-tu chercheur? Démystifier la recherche pour mieux chercher ensemble!

Yves Lachapelle, Ph. D

« Si j'étais un gestionnaire d'un centre de réadaptation, un intervenant, un parent, un proche ou encore une personne présentant une DI ou un TED, je m'expliquerais difficilement pourquoi parfois, je dis bien parfois, on ne semble plus voir le jour où s'amorcera le projet de recherche tant attendu ».

« Des chercheurs qui cherchent, on en trouve, mais des chercheurs qui trouvent, on en cherche »
Charles de Gaulle

Je m'en souviens comme si c'était hier. Étudiant à la maîtrise et apprenti chercheur au Centre de réadaptation Butters (Estrie), je me suis présenté à une «résidence» pour personnes présentant une déficience intellectuelle. J'explique alors à une intervenante que je réalise une étude pour évaluer les attitudes du voisinage envers des personnes intégrées dans la communauté. Elle me regarde froidement dans les yeux et me lance un «Pas encore une ***** de recherche qui va donner un rapport qui va dormir sur la tablette et ne servira à rien!» Et vlan dans les dents M. l'apprenti chercheur! J'aurais dû répliquer que sans évaluer les attitudes des voisins, je m'explique mal comment nous pourrions affirmer une intégration sociale réussie, ou encore lui dire que sans recherche il n'y aurait que très peu de connaissances à transmettre, confronter, valider et bonifier, ou bien que son attitude me faisait mal et qu'il est particulièrement inefficace de réagir ainsi en généralisant à outrance son propre vécu expérientiel... J'aurais dû, mais je n'avais pas «vingt et quelques années» d'expérience derrière la cravate. Je suis donc resté bouche bée et suis reparti avec mon petit bonheur.

Si j'étais un gestionnaire d'un centre de réadaptation, un intervenant, un parent, un proche ou encore une personne présentant une DI ou un TED, je m'expliquerais difficilement pourquoi parfois, je dis bien parfois, on ne semble plus voir le jour où s'amorcera le projet de recherche tant attendu. Combien de fois ais-je entendu la question plus que légitime, «Mais qu'est-ce qu'on attend pour débiter puisque nous avons le budget pour le faire». Pour mieux comprendre la réalité du chercheur, voici l'abécédaire d'une procédure de recherche. Essentiellement, une recherche comporte 4 grandes étapes que l'on nomme habituellement les phases conceptuelle, méthodologique, empirique et de dissémination (transfert/diffusion).

La phase conceptuelle : La première est dite phase conceptuelle, mais est également bien connue sous le nom phase des «pelleteux» de nuages. D'entrée de jeu, disons que réaliser une recherche est une procédure relativement laborieuse, spécialement à ce niveau. En fait, à cette étape il importe de situer le projet de recherche dans un contexte qui justifie qu'une problématique est suffisamment importante pour l'investir. Le chercheur cherche et le milieu doit l'aider à trouver sinon il risque de ne pas trouver le pauvre ;-). Pour ce faire, il faut donc identifier une question préliminaire par exemple, «Existe-t-il des technologies qui permettraient aux personnes présentant une DI de réaliser plus facilement des tâches à la maison ou au travail ?» À partir de cette question, le chercheur devra identifier les concepts ou mots clés (technologies, DI, tâches, maison et travail) et faire une recension des écrits scientifiques en consultant des bases de données pour y identifier toutes les études qui lui semblent pertinentes en fonction de sa question. Il devra lire ces études, en faire une synthèse et en dégager l'état actuel des connaissances ce qui lui permettra (s'il ne s'endort pas sur un nuage) de préciser sa question en la formulant sous forme de questions spécifiques de recherche ou encore d'hypothèses qui devront être vérifiées par la recherche. Quelques mois se sont écoulés et voici que nous avons maintenant une équipe solide et multidisciplinaire (chercheur, intervenant, parent, proche, personne, etc.) assis autour d'une table avec des questions ou des hypothèses de recherche qui ne demandent qu'à être «testées».

La phase méthodologique : Une fois redescendus sur terre, M. le chercheur et son équipe devront entamer la 2^e phase soit la phase méthodologique. Supposons que la recension des écrits ait été fructueuse et que plusieurs écrits ont permis de constater qu'il existe une panoplie de technologies permettant d'assister une personne dans la réalisation de tâches, il suffirait alors d'en choisir une ou quelques-unes et d'en évaluer la pertinence ou les effets dans une situation in vivo. La question préliminaire, maintenant forte des connaissances acquises par la synthèse des écrits, a été modifiée et est maintenant

devenue une hypothèse qui prétend par exemple que «L'utilisation de l'assistant à la réalisation de tâches Pocket Compass® aura des impacts positifs sur l'autodétermination de personnes présentant une DI intégrée en milieu socioprofessionnel». Vous commencez maintenant à comprendre pourquoi les titres des thèses de doctorat ou autres études savantes nécessitent préalablement de s'entraîner les poumons afin de pouvoir les énoncés tout d'un trait ;-) Toutefois, si aucune ou très peu d'études n'ont été réalisées ou encore si des technologies sont identifiées, mais non disponibles en raison d'adaptation nécessaire (comme traduire dans une autre langue par exemple), le chercheur devra alors garder sa question préliminaire ou la raffiner quelque peu et se motiver en se disant qu'il vient de mettre le doigt sur une problématique de recherche inexplorée et que s'ouvre devant lui une terre à défrichée qui le mènera vers une ascension qui fera de lui un PIONNIER! Désolé, je me suis arrêté un instant sur un nuage. Disons simplement qu'il devra, si tel est le cas, envisager de choisir un devis (plan) de recherche davantage exploratoire ou descriptif par exemple développer ou adapter une technologie existante de manière à décrire ce qu'elle pourrait être ou encore en réaliser une pré-expérimentation auprès de quelques personnes. Une fois branchée sur le type d'étude à réaliser notre équipe sera fin prêt à débiter. Il faudra alors notamment identifier où elle se réalisera, avec qui, quand, comment et qui fait quoi. Simple non ? Bien que cette phase soit beaucoup plus technique, bien souvent elle ne s'avère pas si simple que cela à réaliser.

Où et quand? Une étude réalisée dans un centre-ville où tous les participants habitent dans un quartier ou deux fera face à des défis différents d'une autre étude réalisée sur trois territoires couvrant plusieurs centaines de kilomètres. En fonction de critères bien spécifiques, le milieu et la durée de l'étude ont ici un rôle capital consistant à identifier QUI peut participer à l'étude. Une fois fait, il faudra obtenir leur consentement à participer à l'étude. Bien qu'elle soit simple en apparence, cette étape est souvent difficile à réaliser parce qu'elle implique des personnes œuvrant à plusieurs niveaux (strates) de l'organisation. La direction de la recherche est saisie du projet, elle informe des conseillers qui ciblent et informent certains intervenants qui ciblent des participants potentiels et les informent... Cette étape peut prendre de quelques semaines à plusieurs mois.

Comment et qui fait quoi ? Une fois choisies, les personnes ciblées doivent confirmer leur consentement à participer librement et de manière éclairée à l'étude en signant un formulaire de consentement. Puisque notre objectif commun est de réaliser de la recherche de qualité, nous ne jouerons pas l'autruche ici. Dans notre domaine (c'est également le cas dans plusieurs autres domaines), cette étape n'est pas chose facile! Avant même d'entamer la partie concrète de la phase méthodologique, il faut compléter une demande de certificat d'éthique pour tout projet de recherche, le soumettre à un ou plusieurs comités (qui ont tous leurs propres formulaires et exigences particulières) et obtenir un certificat attestant que le projet est conforme aux attentes des comités afin de protéger les participants. Personne ne questionne la pertinence et la légitimité d'une telle procédure, au contraire. Toutefois, un exemple vous permettra de comprendre pourquoi il faut minimalement deux mois et presque toujours davantage afin d'obtenir un certificat éthique pour un projet. Supposons que deux chercheurs provenant d'une même université souhaitent réaliser une recherche avec trois CRDI. Il faudra alors compléter un dossier éthique (formulaires spécifiques au comité d'éthique, résumé du projet, formulaires de consentements, copies des instruments ou outils qui seront utilisés, etc.) et le soumettre au comité d'éthique de l'université d'attache des chercheurs et répéter la procédure pour le comité d'éthique de la recherche conjoint des centres de réadaptations (CRDITED). Chacun évaluera le projet et informera les chercheurs et les milieux de sa décision soit en livrant un certificat d'éthique permettant de débiter le projet soit en leur demandant d'apporter des modifications et de soumettre à nouveau le projet modifié. Imaginez maintenant un projet auquel participent des chercheurs de plusieurs universités, des chercheurs en établissement, etc. Doutez-vous encore de la motivation profonde des chercheurs et des milieux qui cherchent à trouver réponse à leurs questions?

La phase empirique : Les certificats éthiques ont été obtenus, les participants trouvés et l'expérimentation réalisée et des données recueillies à l'aide d'outils ou d'instruments utilisés. Selon que l'étude réalisée soit de type qualitatif, quantitatif ou mixte (un peu des deux), vous vous retrouvez avec des tonnes de données à analyser en vue de répondre à vos questions ou hypothèses. L'image typique ici est celle du chercheur avec son sarrau blanc, ses grosses lunettes noires assises devant son ordinateur en train de jubiler devant des colonnes de chiffres et des courbes que son meilleur ami, le logiciel de statistique SPSS, lui affiche à l'écran. À chacun son plaisir et pour autant qu'il soit en mesure de circonscrire ses découvertes de manière concrète et applicable, laissons-le s'amuser avec son ami.

« Résumons donc en disant que de la théorie-à la pratique-à la théorie-à la pratique... des ponts sont et seront toujours à construire ».

La phase de dissémination : L'équipe de recherche a réfléchi, cherché des éléments de réponses dans les savoirs collectifs publiés, élaboré et réalisé un plan de match stratégique qui lui a permis de colliger des données qu'elle a ensuite interprétées et mises en relation avec les pratiques d'intervention. Le moment est alors venu de préparer et de réaliser sa tournée mondiale ! Il lui faudra s'assurer de publier ses résultats de préférence dans des revues de prestiges puisque, lors d'une prochaine demande de financement pour réaliser un autre projet de recherche, la performance des chercheurs comptera pour beaucoup dans l'obtention ou non du dit financement. «Publish or Perrish» est une expression qui dit à peu près tout. Et il faut également savoir que les revues scientifiques qui sont valorisées par les comités d'experts des organismes subventionnaires sont très majoritairement des revues anglophones. Il faut donc prévoir des cours intensifs d'anglais ou encore des ressources (personnel, temps ou argent) pour traduire et soumettre un article dans la langue de Shakespeare. En parallèle, l'équipe travaillera à préparer du matériel de diffusion qui sera présenté dans le cadre d'activités scientifiques (congrès, colloques, conférences, activités de transfert, bulletins d'information, revue vulgarisées, etc.).

Ainsi, réaliser une recherche dans un milieu est une procédure rigoureuse qui implique plusieurs personnes provenant de divers univers et s'échelonne habituellement sur une période de 18 à 36 mois selon son ampleur. Sa réussite mobilise des joueurs à plusieurs paliers et nécessite concertation, ouverture, dévouement, ressources et quelques nuages.

Le mot de la fin ou du commencement : J'imagine déjà quelques collègues tomber de leur chaise ou sauter au plafond, mais j'oserais tout de même dire que le type de recherche que nous réalisons doit être perçu comme un procédé circulaire et non linéaire. Je m'explique. La plupart du temps les recherches réalisées s'assurent que chacune des étapes soit respectée rigoureusement et dictent la voie aux étapes subséquentes. Toutefois, bien que les résultats soient largement diffusés, la recherche ne devrait pas se terminer là. À mon avis, il arrive encore trop souvent que l'on oublie de compléter la boucle en confrontant ces résultats aux prérogatives conceptuelles. Par exemple, supposons que l'assistant à la réalisation de tâche s'est montré utile pour soutenir les participants dans leur milieu socioprofessionnel. Voilà une excellente nouvelle. Nous procédons à l'achat d'assistant pour toutes les personnes et le tour est joué... «Si ça existait, on l'aurait» dit une certaine publicité. Mais comme rien n'est jamais simple (avec les chercheurs du moins), l'ensemble des résultats et du vécu expérimental de l'étude qui vient d'être complétée doit être mis en relation avec les fondements conceptuels qui ont donné naissance à cette étude afin de les appuyer davantage ou encore de les confronter. Ainsi, les résultats observés permettront de soutenir le modèle conceptuel de base ou les assises théoriques, d'en proposer des modifications ou encore de suggérer de le jeter aux poubelles. La pratique influencera alors la théorie qui l'avait initialement influencé. Nous sommes en présence d'une boucle sans fin, chouette non ?

Bon d'accord, résumons donc en disant que de la théorie-à la pratique-à la théorie-à la pratique... des ponts sont et seront toujours à construire. Il appert donc que la recherche est un medium magnifique et nécessaire à la construction de ces ponts. Toutefois, leur solidité ne sera garantie que par une compréhension commune de nos réalités distinctes maintenant devenues notre réalité. Il nous faut donc apprendre à chercher ensemble ! Je me demande ce qu'en dirait Charles de Gaulle...

L'importance de la collaboration dans le développement et l'implantation des TSA!

Dany Lussieur-Desrochers, Ph. D.



Le développement et l'implantation des nouvelles technologies de soutien à l'autodétermination exigent une collaboration étroite entre les chercheurs et les différents acteurs du milieu. En effet, l'utilisation de ces technologies constitue un véritable défi nécessitant une approche multidisciplinaire. Au cours des années, les chercheurs de la Chaire TSA ont établi des collaborations locales et internationales afin de promouvoir l'utilisation de ces outils novateurs d'intervention. Parmi les collaborateurs importants, on retrouve les experts en informatique qui sont en mesure de développer des technologies, d'en superviser leur application dans les milieux et de solutionner certains

problèmes rencontrés en cours d'utilisation. L'équipe a aussi établi des liens avec des experts en design industriel qui collaborent à la création de solutions technologiques qui sont à la fois fonctionnelles et attrayantes. Par exemple, les designers participent actuellement à la création d'un site Internet spécifiquement adapté aux besoins des personnes présentant une déficience intellectuelle. Des collaborations avec des chercheurs de plusieurs domaines (psychoéducation, psychologie, éducation) viennent enrichir la réflexion par la combinaison de plusieurs approches conceptuelles et théoriques. La collaboration des gens des milieux d'intervention est également essentielle. Ces partenaires sont en mesure

d'informer les chercheurs des besoins du milieu, de soumettre des recommandations à l'équipe mais également de partager les expériences vécues lors de l'utilisation de ces technologies. Enfin, les utilisateurs eux-mêmes sont appelés à partager avec l'équipe leurs attentes et intérêts pour les technologies proposées. Ces derniers fournissent également de l'information précieuse provenant de leurs expériences personnelles et permettent ainsi aux chercheurs d'améliorer et d'adapter les technologies proposées. Surveillez les prochains bulletins de la Chaire TSA, vous en apprendrez plus sur les contributions et les rôles des différents collaborateurs de la Chaire.

La réalité virtuelle comme nouvelle avenue pour l'évaluation et l'intervention auprès des enfants et des adultes ayant des déficits cognitifs. Pierre Nolin, Ph. D. Directeur du LARI-RV UQTR.

La réalité virtuelle (RV) est une technique qui permet à une personne de naviguer et d'interagir en temps réel « comme dans la vraie vie », avec des objets et des environnements tridimensionnels qui sont simulés par ordinateur. C'est un peu comme si on utilisait des jeux vidéo pour mieux comprendre le fonctionnement cognitif de la personne qui exécute les différentes tâches. Ainsi, les tâches sont agréables et sans danger, car, par exemple, on peut voir comment une personne se déplace dans une ville virtuelle sans risquer de se perdre ou de se faire frapper si cela se faisait dans une ville réelle. L'utilisation de la RV comme outil d'évaluation et d'intervention est relativement nouvelle. Il s'agit certainement d'une approche en émergence dans le domaine médical et de la réadaptation. Récemment, une équipe de professeurs de diverses orientations cliniques (neuropsychologie, psychologie, psychoéducation, ergothérapie et sciences infirmières) de l'Université du Québec à Trois-Rivières ont mis sur pied le Laboratoire de Recherche en Réalité Virtuelle pour mieux comprendre le fonctionnement cognitif d'une grande variété d'enfants et d'adultes comme par exemple des personnes qui ont subi

un traumatisme craniocérébral ou un trouble vasculaire, des personnes ayant une déficience intellectuelle ou un trouble envahissant de développement, des personnes ayant des troubles anxieux, des troubles du sommeil ou divers autres troubles de santé mentale. Le LARI-RV est un laboratoire de type multidisciplinaire et il est associé à la Chaire de recherche sur les Technologies de Soutien à l'Autodétermination de l'UQTR. Le LARI-RV est clairement orienté sur les fonctions cognitives, l'interdisciplinarité, l'évaluation et l'adaptation/réadaptation en RV. Ceci mène à une expertise unique et particulière au réseau de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Cette expertise pourra mener au développement d'une gamme d'environnements virtuels qui permettront d'évaluer et de réadapter diverses fonctions cognitives auprès de diverses clientèles présentant des déficits cognitifs, le tout dans le but de favoriser leur adaptation et leur participation sociale. Plusieurs projets sont présentement en cours et les résultats préliminaires sont forts pertinents et prometteurs. Le bulletin sera l'occasion de vous tenir informé des prochains développements.

« L'utilisation de la RV comme outil d'évaluation et d'intervention est relativement nouvelle. Il s'agit certainement d'une approche en émergence dans le domaine médical et de la réadaptation. »

L'appartement intelligent: un projet novateur!

Caroline Boucher, étudiante à la maîtrise en psychoéducation

Tout comme les jeunes adultes sans déficience, les personnes présentant une déficience intellectuelle (DI) souhaitent, à un moment donné, quitter le nid familial et voler de leur propre ailes. Bien que plusieurs intervenants et proches de ces personnes soient favorables à ce qu'elles réalisent ce projet de vie, ils craignent néanmoins pour leur sécurité¹. Parmi les moyens recensés pour pallier à cette problématique, l'appartement intelligent s'avère être une avenue très intéressante afin de soutenir la personne dans ses activités quotidiennes. En effet l'appartement intelligent peut jouer un rôle protecteur à l'aide de technologies, par exemple: une cuisinière qui émet des signaux lumineux et sonores lorsque la personne oublie de l'éteindre ou encore une dosette qui rappelle à la personne de prendre sa médication, etc... À ce propos nous vous invitons à visionner la vidéo Imagine - The future of aging! À l'adresse suivante: http://www.agingtech.org/imagine_video.aspx. Hormis quelques exemples cités dans la littérature, il importe de préciser que ce domaine novateur en est à ses premiers balbutiements si bien qu'une première étape cruciale en vue d'un développement et d'un déploiement éventuel consiste à vérifier auprès des personnes présentant une DI, de parents ainsi que d'intervenants leurs perceptions et de recueillir leurs commentaires par rapport à ces nouvelles technologies.

Dans ce contexte, une recherche sur l'appartement intelligent et la sécurité est présentement présentement en cours. Cette étude est réalisée dans le cadre de la maîtrise en psychoéducation de l'auteure et s'inscrit dans la programmation de

la Chaire TSA. Elle poursuit les 5 objectifs suivants:

1. Dresser un portrait des technologies existantes en lien avec l'appartement intelligent et la sécurité;
2. Identifier, parmi les technologies sécuritaires recensées, celles susceptibles de répondre aux besoins et intérêts de personnes présentant une DI.;
3. Vérifier l'intérêt des personnes en lien avec l'utilisation de ces technologies;
4. Identifier dans quelle (s) situation (s) à risque les personnes présentant une DI seraient le plus intéressées à utiliser ces technologies;
5. Identifier les secteurs de la sécurité où il serait le plus important de développer des technologies.

Le recrutement des participants s'est déroulé principalement au CSDI-MCQ au cours du mois de janvier 2009. Au terme de ce processus, 17 participants ont été identifiés. Avant de collaborer au projet, chaque participant a dû prendre connaissance et signer un formulaire de consentement à participer à l'étude. Par souci de rendre l'information de manière la plus accessible possible, beaucoup d'énergie a été consacrée à la réalisation d'un formulaire de consentement adapté. Convaincus qu'il peut s'avérer des plus utiles pour d'autres personnes, nous vous le rendons accessible sur notre site web où vous pourrez le [télécharger](#) si vous le souhaitez.

Par la suite, 3 groupes focus ont été réalisés auprès de personnes présentant une déficience intellectuelle âgées entre 18 et 35 ans, d'intervenants et de parents. Environ 15 technologies ont été présentées et discutées avec les participants. À la

fin de chaque rencontre, les participants ont complétés un court questionnaire concernant différents aspects des technologies présentées lors de la rencontre.

La cueillette de données étant terminée, nous amorçons maintenant la phase d'analyse des résultats. Ceci nous permettra, entre autres, de faire des recommandations à divers organismes et de s'assurer de choisir, lors de prochaines recherches, des technologies qui répondront à un besoin identifié de concert avec nos collaborateurs.

En terminant l'auteure tient à remercier chaleureusement les organismes suivants: le Comité de planification et de coordination des activités de recherche (CPCAR), le Groupe de recherche et d'étude en déficience du développement (GREED) et la Fondation ressources pour les élèves vivant avec un handicap visuel ou intellectuel (RÉVHVI) ainsi que le Consortium national de recherche sur l'intégration sociale (CNRIS) pour les bourses d'étude octroyées pour cette recherche.

¹ Société Canadienne d'Hypothèque et de Logement (2006). *Logements pour personnes ayant une déficience intellectuelle*. Montréal: Auteur.

« L'appartement intelligent peut jouer un rôle protecteur à l'aide de technologies, par exemple: une cuisinière qui émet des signaux lumineux et sonores lorsque la personne oublie de l'éteindre... »

À la découverte de l'autodétermination

L'émergence de l'autodétermination des personnes présentant une déficience intellectuelle ou un trouble envahissant du développement est une préoccupation majeure pour tous ceux, y compris les personnes elles-mêmes, qui ont à cœur l'amélioration de leur qualité de vie. On définit l'autodétermination comme les « habiletés et attitudes requises chez une personne lui permettant d'agir directement sur sa vie en effectuant librement des choix non influencés par des agents externes indus » (Wehmeyer, 1996).

Ainsi, un comportement est autodéterminé seulement s'il présente les quatre caractéristiques essentielles suivantes : (1) la personne agit de manière *autonome*; (2) le comportement est *autorégulé*; (3) la personne agit avec « *empowerment* » *psychologique* et (4) elle agit de manière *autoréalisée*. Ces quatre caractéristiques essentielles décrivent la *fonction* du comportement qui le rend autodéterminé ou non. Donc, les actions d'un individu doivent refléter, à un certain degré, chacune de ces quatre caractéristiques fonctionnelles. L'âge, la présence ou l'absence d'occasions, les capacités et les événements sont autant de facteurs qui peuvent influencer le degré auquel chacune des caractéristiques essentielles est présente.

Par conséquent, l'autodétermination relative exprimée par un individu résulte de trois facteurs déterminants, à savoir 1- les capacités individuelles qui sont liées aux situations d'apprentissage et au développement personnel, 2- les occasions fournies par l'environnement et les expériences de vie et 3- les types de soutiens offerts aux personnes. Néanmoins, ces caractéristiques essentielles doivent être présentes, chacune étant nécessaire (quoique non suffisante) à la manifestation de comportements autodéterminés.

Pour favoriser l'émergence de l'autodétermination dans nos pratiques d'interventions, il faut offrir des environnements permettant à la personne de :

- Faire des choix
- Prendre des décisions
- Résoudre des problèmes
- Se fixer des buts à atteindre
- S'observer, s'évaluer et se renforcer
- Être capable d'anticiper des résultats
- Avoir confiance en soi

Tableau synthèse des quatre caractéristiques essentielles à l'autodétermination

Autonomie comportementale	Autorégulation	Empowerment psychologique	Autoréalisation
Agir en fonction de ses intérêts, de ses préférences et de ses aptitudes, et ce, sans influences externes exagérés	Utiliser des stratégies d'autogestion (auto-instruction, auto-évaluation, auto-renforcement) Se fixer des buts et les atteindre Résoudre des problèmes Prendre des décisions Observer	Avoir un sentiment d'efficacité personnel Posséder un lieu de contrôle interne Anticiper les résultats de ses actions Présenté une motivation à contrôler sa vie	Se réaliser tout en se basant sur la conscience et la connaissance de soi

Testez vos connaissances sur l'autodétermination



1. Un comportement est autodéterminé seulement si (1) la personne agit de manière auto-nome; (2) le comportement est autorégulé; (3) la personne agit avec « empowerment » psychologique et (4) elle agit de manière autoréalisée?

- A) Vrai
- B) Faux

2. Un comportement autodéterminé est un comportement autonome, dans la mesure où une personne agit en accord avec ses intérêts, préférences et aptitudes, de manière indépendante, sans influence externe exagérée?

- A) Vrai
- B) Faux

3. L'autoréalisation signifie que les personnes démontrent un niveau de connaissance de soi (forces et limites) réaliste et suffisamment précis pour agir de façon à capitaliser sur cette connaissance?

- A) Vrai
- B) Faux

4. Les capacités individuelles ont une influence sur le degré d'autorégulation de la personne?

- A) Vrai
- B) Faux

5. Pour Favoriser l'émergence de l'autodétermination dans nos pratiques d'interventions, il faut::

- Prendre des décisions pour la personne
- Lui fixer des buts à atteindre
- L'observer, l'évaluer et la renforcer
- Être capable d'anticiper les résultats
- Avoir confiance en ses capacités

- A) Vrai
- B) Faux

.....



Certaines de nos questions vous embêtent? Allez valider vos réponses et trouver des éléments d'explication à la page suivante dans le corrigé de ce petit questionnaire.

Chaire TSA
Technologies de Soutien à
l'Autodétermination

Université du Québec à Trois-Rivières
 Département de psychoéducation
 C.P. 500
 Trois-Rivières (Québec) Canada / G9A 5H7

Téléphone : 819-376-5011 poste 4098
 Télécopie : 819-376-5066
 Messagerie : chaireTSA@uqtr.ca

Une équipe branchée sur l'avenir!

Titulaire de la Chaire

Yves Lachapelle

Coordination du bulletin

Annie Mc Carthy

Collaboration à ce numéro

Yves Lachapelle

Dany Lussier-Desrochers

Pierre Nolin

Marie-Ève Dupont

Caroline Boucher

Pour obtenir de plus amples informations sur nos travaux de recherche contactez Madame Annie Mc Carthy, coordonnatrice de la Chaire de recherche au numéro apparaissant dans nos coordonnées ou encore écrivez-nous!

www.uqtr.ca/chaireTSA



Trouver les réponses à vos questions sur l'autodétermination

1. **Vrai**, En effet, ces quatre éléments représentent les caractéristiques essentielles à la manifestation de comportements autodéterminés.
2. **Vrai**, L'utilisation du terme autodétermination provient de deux sources primaires: de la littérature en psychologie du développement, où autonomie est utilisée comme synonyme d'individuation, et de la littérature centrée sur l'intervention, où autonomie fonctionnelle ou comportementale est utilisée comme synonyme d'indépendance. Sands et Wehmeyer (1996) définissent l'autonomie (comportementale) fonctionnelle comme représentant les « habiletés d'une personne à indiquer ses préférences, à faire des choix et à amorcer une action en conséquence ». Dans cette perspective, un comportement autodéterminé est un comportement autonome, si la personne agit en accord avec ses intérêts, préférences et aptitudes, de manière indépendante, sans influence externe exagérée.
3. **Vrai**, La conscience et la connaissance de soi s'acquièrent par les expériences vécues, en fonction de l'interprétation de son environnement, des jugements portés par les personnes significatives et la valorisation et les attributions de son propre comportement.
4. **Vrai**, Les capacités de la personne, en plus de l'âge, la présence ou l'absence d'occasions, les événements sont autant de facteurs qui peuvent influencer le degré auquel chacune des caractéristiques essentielles est présente (autonomie comportementale, autorégulation, empowerment psychologique, autoréalisation).
5. **Faux**, Pour permettre à une personne présentant une déficience intellectuelle de développer des comportements autodéterminés, il faut offrir un environnement lui permettant de faire des choix, prendre des décisions, résoudre des problèmes, se fixer des buts à atteindre, s'observer, s'évaluer et se renforcer, être capable d'anticiper les résultats et avoir confiance en soi.