
Programme de Formation

Aller vers son autodétermination. Pourquoi ? Comment ?

L'autodétermination concerne la capacité et la possibilité d'exercer du contrôle sur sa propre vie, de choisir et de décider pour soi, sans influence exagérée. La notion d'autodétermination va de pair avec la promotion de la qualité de vie, de l'épanouissement des personnes concernées, et d'une société plus juste et inclusive. Cette formation permet d'explorer la notion d'autodétermination. Elle vise également à soutenir les personnes accompagnées dans la réflexion face aux obstacles rencontrés et fait émerger les leviers à activer par les personnes et l'organisation.

Organisation

Durée : 7 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

1 groupe de 8 à 10 personnes en situation de handicap



Objectifs pédagogiques

- Identifier ce qu'est l'autodétermination
- Comparer et faire des liens avec sa propre situation
- Repérer les facteurs personnels permettant d'aller vers davantage d'autodétermination
- Identifier les 1ères actions possibles individuelles et/ou collectives



Description

1er temps :

- L'autodétermination : qu'est-ce que c'est ?
- L'autodétermination : pourquoi ?
- Une approche simplifiée du principal modèle explicatif de l'autodétermination :
 - Être autonome
 - Se connaître
 - Être capable
 - S'organiser
- Le développement et l'apprentissage de nouvelles capacités
- La nécessité de l'échec/erreur et de la prise de risque calculée
- Projet personnalisé et autodétermination
- L'environnement et les soutiens
- La pair-aidance, qu'est-ce que c'est ?

2e temps :

Ateliers en sous-groupes de 3 à 4 personnes :

Objectif de l'atelier : à partir de la situation de chacun, établir une « carte d'identité » individuelle de l'autodétermination

- Se connaître et connaître les autres participants, repérer les différences individuelles, s'affirmer dans la manifestation de ses choix et préférences ;
- Identifier les occasions d'autodétermination dans la vie personnelle, dans le travail ;

- Reconnaître ses capacités ;
- Identifier ses soutiens ;
- Évoquer un projet personnel tenant à cœur et réfléchir aux étapes menant à sa mise en œuvre.

Retour en plénière : chacun évoque « son premier petit pas » vers l'autodétermination

★ **Prérequis**

Aucun

🛡️ **Informations sur l'admission**

Il est préconisé que les professionnels accompagnant les personnes concernées soient également formées à l'autodétermination pour pouvoir soutenir les personnes dans leur parcours.

🛡️ **Informations sur l'accessibilité**

Pour tout échange ou demande de mise en confort, vous pouvez contacter notre référent handicap à l'adresse : apf.formation@apf.asso.fr



Modalités pédagogiques

La méthode est active et participative :

- Par l'adaptation des modalités à un public en situation de handicap en proposant une pédagogie ludique et basée sur l'échange.
- Par des ateliers de mises en situation permettant d'expérimenter individuellement et/ou collectivement l'autodétermination.



Moyens et supports pédagogiques

Le format pédagogique, les outils, les supports et les livrables sont adaptés au public-cible et aux objectifs souhaités.

La méthode est active et participative, par la mise en lien du vécu des personnes concernées avec les apports théoriques, par des ateliers de mises en situation.



Modalités d'évaluation et de suivi

Les modalités d'évaluation et de suivi seront échangées en amont de la formation avec le commanditaire et seront adaptées au public cible.

Avant la formation : Les participants seront invités à renseigner un questionnaire afin d'évaluer leur niveau de connaissances des objectifs de la formation.

Pendant la formation : Plusieurs évaluations seront réalisées afin de mesurer la progression de chaque participant.

A l'issue de la formation : Un questionnaire sera communiqué aux participants afin d'évaluer l'atteinte des objectifs de la formation ainsi que leur niveau de satisfaction. Un questionnaire leur sera envoyé à 1.5 mois afin de mesurer la mise en pratique de la formation et les acquis en situation de travail.



Profil des formateurs

Formatrice et formateur de la communauté de pratiques Autodétermination APF Formation