

AUTODÉTERMINATION, POUVOIR D'AGIR ET BIENTRAITANCE

Repères et leviers pour un
accompagnement respectueux



AX'AIDE FORMATION
&CONSULTANT

Préface



Depuis la création du Label Établissement Bien Traitant, je rencontre de nombreux professionnels et établissements engagés, conscients que la bientraitance ne peut se résumer à des intentions louables ou à des procédures formelles. Elle se construit chaque jour, dans la relation à l'autre, dans les postures que nous adoptons, dans les choix que nous laissons – ou non – à ceux que nous accompagnons.

C'est pour nourrir cette dynamique que ce livret a vu le jour : un outil de réflexion et de soutien pour tous ceux qui souhaitent mettre en œuvre **une bientraitance active, fondée sur le respect de l'autodétermination et du pouvoir d'agir des personnes.**

Respecter le choix, c'est respecter la personne. Favoriser le pouvoir d'agir, c'est sortir d'une logique de contrôle pour entrer dans une véritable démarche de reconnaissance, de partenariat et de co-construction.

Ce livret propose un changement de regard, mais aussi de posture : il nous invite à interroger nos habitudes, à ajuster nos pratiques, à accepter parfois l'inconfort du doute ou de la décision partagée.

C'est en cela qu'**il s'inscrit pleinement dans l'esprit du Label : une bientraitance qui donne du pouvoir, pas qui en prend. Une bientraitance qui libère, pas qui sécurise à tout prix.**

Je vous souhaite une lecture féconde, pour faire de l'autodétermination un levier quotidien de respect, d'éthique et de dignité.



Anne Picard

Dirigeante du Cabinet AX'AIDE Formation & Consultant
Créatrice du Label Etablissement Bien Traitant

Comprendre les notions clés

1

L'autodétermination

L'autodétermination désigne la capacité d'un individu à faire des choix libres, éclairés, en lien avec ses valeurs, ses besoins et ses préférences.

Ce concept, issu initialement de la psychologie humaniste et des théories de l'autodétermination (Ryan & Deci), a progressivement été intégré dans les champs du handicap, du social et du médico-social comme un droit fondamental de la personne accompagnée.

Dans les pratiques professionnelles, soutenir l'autodétermination signifie :

- ne pas décider à la place de l'autre,
- favoriser sa participation,
- et reconnaître qu'il ou elle est capable, à son niveau, de s'orienter dans sa propre vie.

L'enjeu est éthique autant que politique : il s'agit de sortir d'une logique d'assistanat pour reconnaître pleinement le statut de sujet et de citoyen à la personne accompagnée.

Le pouvoir d'agir

Le pouvoir d'agir (ou empowerment) désigne la capacité d'un individu ou d'un groupe à reprendre la maîtrise de ses décisions et à influencer sur son environnement. Il s'agit d'un levier d'émancipation, de responsabilisation, mais aussi de transformation sociale.

Dans l'accompagnement, cela implique :

- de valoriser les compétences, même fragiles,
- de créer les conditions pour que la personne puisse agir, choisir, refuser,
- de mobiliser les ressources (humaines, sociales, environnementales) pour renforcer cette capacité d'agir.

Le pouvoir d'agir n'est pas une donnée acquise, c'est un processus dynamique que les professionnels peuvent encourager, ou au contraire freiner, selon leur posture.

Comprendre les notions clés

2

Autonomie, indépendance, autodétermination : quelles différences ?

Il est essentiel de **ne pas confondre ces trois notions** souvent utilisées de manière interchangeable :

- **L'autonomie** renvoie à la capacité à se prendre en charge seul, dans un champ donné.
-
- **L'indépendance** suppose l'absence de besoin d'aide ou de soutien
-
- **L'autodétermination**, elle, ne suppose ni autonomie complète, ni indépendance : une personne peut être dépendante physiquement, ou limitée cognitivement, et rester en capacité de faire des choix significatifs sur sa vie, avec l'aide d'un tiers ou d'outils adaptés.

Ainsi, **l'autodétermination est possible même dans des situations de vulnérabilité**, à condition que l'accompagnement soit ajusté, respectueux et facilitateur.

Le rôle central de la bientraitance dans la reconnaissance de la personne

La bientraitance ne consiste pas seulement à éviter la maltraitance ou à sécuriser les actes professionnels. Elle se joue dans le regard porté sur la personne, dans la manière dont on reconnaît son droit à exister, à choisir, à se tromper, à évoluer.

Soutenir l'autodétermination et le pouvoir d'agir, c'est faire de la bientraitance une pratique active, orientée vers le respect de la personne, et non un simple comportement protecteur.

C'est aussi **s'éloigner d'une logique de contrôle, pour aller vers une posture de partenariat, de confiance et d'écoute réelle.**

La bientraitance devient alors un cadre éthique vivant, au service de la liberté et de la dignité de chacun.

Repérer les freins à l'autodétermination



L'autodétermination ne dépend pas uniquement de la volonté de la personne accompagnée : elle est conditionnée par l'environnement, la posture des professionnels et les pratiques organisationnelles. Identifier les freins permet de mieux les dépasser.

Voici les principaux obstacles observés sur le terrain :

1

Le paternalisme bienveillant ou protecteur

Souvent motivé par de bonnes intentions, le paternalisme consiste à **décider pour la personne "pour son bien"**, en pensant la protéger.

Mais même bienveillante, cette posture prive la personne de son droit fondamental à choisir, à expérimenter et parfois à se tromper.

Elle infantilise, limite la liberté, et freine le développement de la confiance en soi.

2

Les habitudes professionnelles ou le "faire à la place"

Par automatisme, par souci d'efficacité ou pour "gagner du temps", certains gestes ou décisions sont pris à la place de la personne accompagnée.

Or, **chaque fois qu'on fait à la place, on prive d'une opportunité d'apprentissage ou d'expression**. Il ne s'agit pas de laisser faire sans soutien, mais d'accompagner dans le faire.

3

Les fonctionnements organisationnels rigides

Des plannings figés, des procédures trop normées ou des approches centrées sur l'efficacité peuvent empêcher toute flexibilité dans l'accompagnement.

Si l'organisation ne permet pas de s'ajuster aux besoins, aux envies ou au rythme de la personne, le pouvoir d'agir est réduit à néant, même avec la meilleure volonté des professionnels.

Créer les conditions du pouvoir d'agir



Le droit au choix... même imparfait

Permettre à la personne de faire ses propres choix, même partiels ou accompagnés, c'est reconnaître sa capacité à orienter sa vie selon ses préférences.



Le droit au refus, à l'erreur, à l'évolution

Respecter un refus ou une erreur, c'est affirmer que la personne a le droit d'expérimenter, de changer d'avis et d'apprendre de ses propres décisions.



L'environnement comme facteur d'autodétermination

Un environnement accessible, lisible, rassurant et souple favorise l'expression, la prise d'initiatives et le sentiment de contrôle.



L'accompagnement à la prise de décision (CAA, outils visuels, etc.)

Adapter les supports de communication et proposer des outils concrets permet de rendre la décision possible, même en cas de difficultés de langage ou de compréhension.



Favoriser la participation active à tous les niveaux

Donner une place réelle à la personne dans les choix quotidiens, les projets personnalisés ou la vie collective renforce son engagement et sa reconnaissance en tant qu'acteur de son accompagnement.

La posture professionnelle bientraitante

Être facilitateur sans diriger

Accompagner en laissant la personne au centre de ses choix, c'est guider sans imposer, et créer un cadre qui soutient sans contraindre.

L'écoute active, la reformulation, le respect du rythme

Ces techniques renforcent la confiance, valorisent la parole de l'autre et permettent d'avancer à son propre tempo, sans précipitation ni jugement

Observer sans interpréter, accompagner sans imposer

Observer avec neutralité et bienveillance permet d'ajuster son accompagnement sans projeter ses propres représentations ou attentes

Postures à éviter : le sauveur, le sachant, le juge

Ces postures, bien qu'ancrées dans la volonté d'aider, renforcent la dépendance, la passivité ou la culpabilité, et

Des leviers concrets pour les équipes

Mettre en place des outils simples pour recueillir les choix

Des supports visuels, des questionnaires adaptés ou des temps dédiés facilitent l'expression des préférences, même chez les personnes en grande dépendance.

Adapter la communication (langage facile à lire, pictogrammes...)

Une information compréhensible et accessible permet à chacun de participer et de décider, quels que soient ses capacités linguistiques ou cognitives.

Valoriser les capacités et les petits choix du quotidien

Reconnaître les initiatives, même minimales, renforce l'estime de soi et installe une dynamique positive autour de la prise d'initiative.

Co-construire les projets personnalisés avec la personne

Une information compréhensible et accessible permet à chacun de participer et de décider, quels que soient ses capacités linguistiques ou cognitives.

Évaluer collectivement les pratiques (grilles, auto-observation, etc.)

Partager des temps de retour sur les pratiques en équipe permet d'aligner les postures, de repérer les écarts, et d'ajuster les accompagnements dans une logique d'amélioration continue.

Lien avec les recommandations HAS



Références aux critères HAS liés à la participation, à l'éthique et aux droits

Les critères du chapitre 2 des évaluations HAS interrogeant les professionnels (2.1.1 à 2.1.4) des évaluations HAS soulignent l'importance de la participation de la personne, du respect de ses droits et de l'existence d'une réflexion éthique partagée.

Intégration dans les projets d'établissement

L'autodétermination et le pouvoir d'agir doivent être inscrits dans les orientations institutionnelles, afin d'en faire des principes structurants et visibles.

Articulation avec les rôles des référents éthique et bientraitance

Les référents éthique et bientraitance sont des ressources-clés pour accompagner la mise en œuvre concrète de ces enjeux dans les pratiques quotidiennes.

L'autodétermination comme expression de la bientraitance

Permettre à la personne d'être actrice de son accompagnement, c'est lui témoigner confiance et reconnaissance dans ce qu'elle est, ici et maintenant.

La bientraitance comme reconnaissance du pouvoir d'agir

La bientraitance ne se limite pas à protéger : elle vise à soutenir le développement du pouvoir d'agir, dans une logique de respect et de dignité.

Un chemin collectif, éthique et quotidien

Faire vivre ces principes, c'est engager toute l'équipe dans une démarche continue, ancrée dans le réel, soutenue par des valeurs partagées et des ajustements permanents.

LES FORMATIONS AX'AIDE EN LIEN AVEC L'AUTODETERMINATION ET LA POUVOIR D'AGIR



**AUTODETERMINATION ET
POUVOIR D'AGIR**

3 jours

**TECHNIQUES D'ENTRETIEN POUR
FAVORISER
L'AUTODETERMINATION ET LE
POUVOIR D'AGIR**

3 jours

**LA CO-CONSTRUCTION DU
PROJET PERSONNALISE**

3 jours

**LES ATTENTES DE LA PERSONNE
EN PICTOGRAMMES**

3 jours

VOTRE PARTENAIRE FORMATION

AX'AIDE



136 Rue Pelleport
75020 Paris
AX'AIDE



01 76 50 42 42
07 69 24 16 97



contact@axaide.pro



axaide.pro
labelbientraitance.fr