

## Empow'Them

Au fond qui décide ? L'Empowerment Citoyen en Santé Mentale :  
du laboratoire d'idées aux perspectives opérationnelles pour  
l'autodétermination des usagers

Les pratiques professionnelles favorisant  
l'autodétermination des personnes vivant avec des  
troubles psychiques

## Référentiel de compétences

Octobre 2021



Co-funded by  
the European Union



UNIVERSITATEA  
AUREL VLAICU  
din ARAD  
Facultatea de Științe ale Educației  
Psihologie și Asistență Socială





Ce travail est mis à disposition selon les termes de la [Licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/) .

Le soutien de la Commission européenne à la production de cette publication ne constitue pas une approbation du contenu, qui reflète uniquement le point de vue des auteurs, et la Commission ne peut pas être tenue responsable de toute utilisation qui pourrait être faite des informations qu'elle contient.

## Table des matières

|   |   |
|---|---|
| INTRODUCTION.....   | 1 |
| METHODOLOGIE ET SOURCES .....   | 2 |
| LE REFERENTIEL .....  | 3 |
| LA CREATION ET ENTRETIEN D'UNE RELATION DE PARTENARIAT (D'EGAL A EGAL)..... | 3 |
| L'ACCOMPAGNEMENT A LA PRISE DE DECISION .....                               | 4 |
| <i>Savoirs procéduraux</i> .....  | 4 |
| L'IDENTIFICATION DES POSSIBLES ET APPRECIATION DES RISQUES.....             | 5 |
| <i>Savoirs théoriques</i> .....   | 5 |
| <i>Savoirs procéduraux</i> .....  | 5 |
| <i>Savoirs être</i> .....   | 5 |

## Introduction

Ce référentiel de compétences est produit dans le cadre du projet européen co-financé par le programme Erasmus+ *Empow'Them - Au fond qui décide ? L'Empowerment Citoyen en Santé Mentale : du laboratoire d'idées aux perspectives opérationnelles pour l'autodétermination des usagers.*

Le projet s'inscrit dans les actions prônées par la Convention de l'ONU relative aux droits des personnes handicapées (ONU, 2008) qui a pour finalité de contribuer au respect et à la dignité des usagers en santé mentale par des pratiques professionnelles émancipatrices soutenant leur liberté individuelle.

**Son objectif est de favoriser et de soutenir l'émergence des comportements autodéterminés des usagers de services de santé mentale par l'amélioration des compétences d'accompagnement des professionnels actifs dans ce domaine (soignants, éducateurs, accompagnants...) et ainsi faciliter l'expression de la volonté des personnes ayant des troubles psychiques au sein des établissements.**

Afin que le travail réalisé sur l'autodétermination et l'empowerment soit transmis au plus grand nombre de professionnels possible au niveau européen le projet a été inscrit dans une démarche d'ingénierie pédagogique et de démultiplication en amont et en aval.

- En amont, le travail des experts se traduit par un référentiel précis, décliné en compétences, savoirs théoriques, procéduraux et comportementaux. Un ingénieur pédagogique s'assure que les résultats de recherche soient exploitables pédagogiquement
- En aval, une méthodologie de déploiement pédagogique est élaborée ; elle tient compte des enjeux linguistiques et de la complexité organisationnelle du secteur médicosocial

Le présent document répond donc à la question suivante : **si la compétence consiste à "accompagner une personne dans le but de favoriser son autodétermination", quels sont les savoirs nécessaires pour la mettre en œuvre ?**

- Théoriques : qu'est-ce que l'autodétermination ?
- Procéduraux : quels sont les principes de l'accompagnement (savoir mettre en pratique) ?
- Comportementaux : quels savoirs-être pour mieux accompagner ?

## Méthodologie et sources

Le déploiement du projet est constitué d'une première phase d'exploration des concepts et des pratiques professionnelles :

**Des entretiens menés par des binômes usagers/professionnels** auprès de trente et un professionnels expérimentés dans les champs de la santé, du psycho-social et du socio professionnel dans cinq pays. La grille d'entretien a permis d'explorer les pratiques professionnelles à travers l'ensemble des dimensions constitutives de la théorie de l'autodétermination et des facteurs facilitant l'expression des comportements autodéterminés chez les personnes accompagnées.

Leur analyse montre que l'autodétermination est un concept connu, proche de la notion de soutien à la prise de décision et de respect des valeurs de la personne accompagnée. Cependant les définitions sont imprécises ou incomplètes, certaines confusions existent et il est souvent fait mention d'écart entre théorie et pratique. Les professionnels estiment que la formation est lacunaire et mérite d'être développée.

**Une revue de littérature scientifique et professionnelle** : les résultats nous ont permis de circonscrire la notion d'autodétermination à partir d'une variété des approches et de théories qui s'appuient sur la notion d'empowerment, de capabilité, de théories de la motivation et de l'action, ou encore sur le rétablissement en santé mentale. Nous avons choisi de nous référer à la théorie de l'autodétermination (TAD-Deci et Ryan, 2012 ; 2008) car elle fait l'objet de nombreuses recherches et études qui étayent sa validité.

Des éléments pragmatiques et utiles pour l'action des professionnels ont été extraits : cette théorie postule en effet que les contextes dans lesquels les relations interpersonnelles et l'environnement favorisent la satisfaction des trois besoins fondamentaux (sentiment d'autonomie, de compétence et d'appartenance) ont pour effet de développer une motivation plus autonome favorisant les comportements autodéterminés et une meilleure santé mentale.

**Un guide des pratiques professionnelles** : à partir de ces constats, il a paru dès lors important d'avoir conscience que chacun, dans son rôle de professionnel, peut être un frein ou un facilitateur du processus d'autodétermination des personnes et donc, de leur parcours et processus de rétablissement. Un guide d'analyse des pratiques professionnelles a permis d'identifier ce qui dans les postures et actions des professionnels participe à satisfaire ces trois besoins psychologiques fondamentaux.

**Un référentiel des compétences** : à l'issue de ce travail exploratoire, trois registres de compétences spécifiques pour favoriser l'autodétermination des personnes vivant avec des troubles psychiques sont retenus :

- La création et entretien d'une relation de partenariat (d'égal à égal)
- L'accompagnement à la prise de décision
- L'identification des possibles et l'appréciation des risques

Il permet d'élaborer un programme de formation spécifique visant à améliorer les pratiques professionnelles.

## Le référentiel

### La création et entretien d'une relation de partenariat (d'égal à égal)

La compétence que je cherche à développer : je sais faciliter l'expression des personnes accompagnées. Je sais entretenir la confiance au sein d'une relation construite avec l'autre.

#### Savoirs théoriques

- Je sais que les représentations des troubles psychiques influent sur la manière d'envisager l'accompagnement des personnes concernées
- Je connais l'esprit des textes qui fondent les pratiques professionnelles aujourd'hui

#### Savoirs procéduraux

- Je pars du postulat que la personne a des ressources, un potentiel de développement et qu'elle peut être actrice du changement qu'elle souhaite produire dans sa vie
- J'oriente la communication sur les préoccupations de la personne, sur ses souhaits et ses plaintes
- Je soutiens le sentiment d'appartenance / d'affiliation sociale
  - Je construis conjointement avec la personne les modalités de la collaboration
  - Je développe les opportunités de participation

#### Savoirs être

- Je laisse de côté mes propres cadres de référence pour m'intéresser à ceux de la personne que j'accompagne
- Je tiens compte des enjeux relatifs aux rapports de place et de pouvoir dans la relation
- Je régule l'asymétrie dans la relation en fonction du contexte
- Je peux partager des émotions
- Je propose un accueil où la personne se sent la bienvenue

## L'accompagnement à la prise de décision

La compétence que je cherche à développer : je peux comprendre la situation de la personne et sa motivation. Je mobilise un cadre d'analyse et des outils qui me permettent de l'aider à prendre ses propres décisions.

### Savoirs théoriques

- Je situe la théorie de l'autodétermination dans l'histoire des idées et des modèles d'accompagnement
- Je connais les différentes motivations et les stades du changement
- Je connais les trois besoins fondamentaux

### Savoirs procéduraux

- Je sais apprécier le niveau de motivation de la personne accompagnée
- Je soutiens l'autonomie de la personne
  - J'accompagne la personne à la recherche de sa propre solution en favorisant l'émergence des propositions, par des questionnements, sans induire les réponses, en lui laissant le temps nécessaire
  - Je l'aide dans l'exploration de ce qui est important pour elle, ce que sont ses buts personnels
  - J'aide la personne à donner du sens à ses actions en les connectant à ses aspirations
  - Je lui offre des espaces où elle peut faire des choix même minimes
  - Je favorise l'auto-contrôle ou l'auto-évaluation

### Savoirs être

- J'adapte mon intervention à la situation de mon interlocuteur
- Je sais lâcher prise et renoncer à contrôler ce qui ne doit/peut pas l'être
- Je sais être à l'écoute des questionnements, des doutes, des réflexions

## L'identification des possibles et appréciation des risques

La compétence que je cherche à développer : je peux gérer la prise de risque éventuelle en associant la personne accompagnée à chacune des étapes de ses projets, en mobilisant les partenaires et le réseau.

### Savoirs théoriques

- Je sais que l'empowerment est un processus interactif d'émancipation qui se produit entre l'individu et son environnement
- Je sais que les aspects personnels et contextuels peuvent représenter un frein à la réalisation du projet de la personne
- Je sais que pour permettre à la personne de se sentir capable d'agir, je dois l'aider à définir le plus concrètement possible ce qui fait obstacle ici et maintenant

### Savoirs procéduraux

- Je soutiens son sentiment de compétence
  - En mettant le focus sur ses talents et ressources, sur ce qui fonctionne
  - En favorisant l'expérimentation et en la laissant agir dans un cadre sécurisant et partagé
- J'aide la personne à anticiper et à se projeter
  - En incitant à la réflexion et l'évocation des conséquences, avantages, inconvénients, risques, bénéfiques pour elle-même et pour les autres
  - En mettant en lumière l'éventuel décalage de sa perception entre le résultat imaginé et le chemin pour y arriver
  - En évoquant les étapes et séries de tâches pour atteindre l'objectif
- J'aide la personne à prioriser en l'interrogeant sur ce qui est important à court, moyen et long terme
- Je propose un cadre sécurisant et partagé permettant la création de situations où la personne peut agir, expérimenter et assumer ses responsabilités avec prise de risque

### Savoirs être

- J'encourage, soutiens et favorise l'acquisition et le renforcement des savoirs
- Je résiste à la tentation de faire « à la place de » ou de donner des réponses directes aux sollicitations
- J'adapte mon accompagnement à l'émancipation, à la situation de vulnérabilité de la personne, à son besoin de protection
- Je n'assume pas seul une prise de risque de la part de la personne accompagnée
- Je construis la gestion de la prise de risque en partenariat avec le réseau (proches, professionnels concernés) et ma hiérarchie



## Empow'Them

### Au fond qui décide ? L'Empowerment Citoyen en Santé Mentale : du laboratoire d'idées aux perspectives opérationnelles pour l'autodétermination des usagers

Erasmus+ Strategic Partnership  
Agreement number 2020-1-FR01-KA202-080436  
01-09-2020 - 31-08-2023

#### Coordinateur

Espoir 54  
M. Basile Tудоce



<https://empowthem.eu/>



<https://www.linkedin.com/company/empowthem/?viewAsMember=true>



[https://www.facebook.com/EmpowThem/?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/EmpowThem/?ref=page_internal)



Co-funded by  
the European Union



UNIVERSITATEA  
AUREL VLAICU  
din ARAD  
Facultatea de Științe ale Educației  
Psihologie și Asistență Socială

