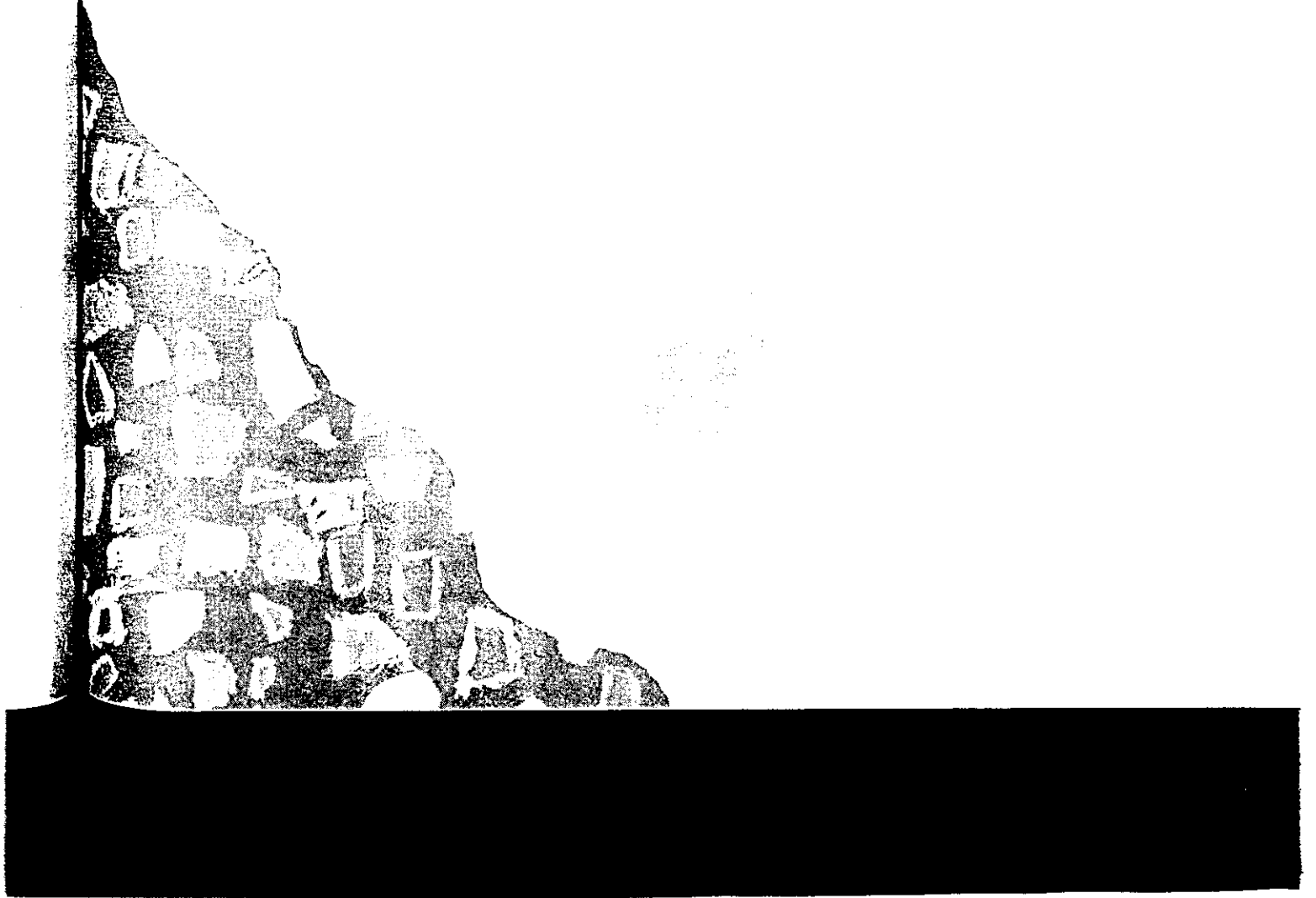


# CHAPITRE 12

---

## L'AUTODÉTERMINATION

Yves Lachapelle  
et Michael L. Wehmeyer



## INTRODUCTION

Nirje (1972) fut parmi les premiers, sinon le premier, à utiliser le terme **autodétermination** à propos des personnes présentant des incapacités, dans son texte classique sur la normalisation intitulé « The right to self-determination ». Selon cet auteur :

Une facette majeure du principe de la normalisation consiste à créer des conditions grâce auxquelles une personne présentant des incapacités obtient le même respect que toutes les autres personnes. [...] Ainsi, les choix, les souhaits, les désirs et les aspirations d'une personne présentant des incapacités doivent être pris en considération pour les actions qui la concernent. Soutenir une personne présentant des incapacités, ainsi que sa famille, ses amis, ses voisins, ses collègues de travail ou toute autre personne, s'avère difficile pour plusieurs. Cela est particulièrement vrai pour les personnes présentant des incapacités ou pour toute autre personne dévalorisée socialement. Pourtant, ces personnes doivent elles aussi parvenir à s'identifier en tant qu'individus dans leurs interactions et leurs expériences de vie. Ainsi, *le chemin vers l'autodétermination* est à la fois difficile mais d'une importance capitale pour les personnes présentant des incapacités [...]. (p. 177; traduction libre.)

Bien que Nirje (1972) ait discerné 10 éléments clés à la base de l'autodétermination (faire des choix, s'affirmer, se prendre en charge, se connaître, prendre des décisions, revendiquer ses droits, développer son efficacité personnelle, s'autoréguler, être autonome et être indépendant), Wehmeyer (1998) souligne qu'aucun cadre conceptuel relié à l'autodétermination n'en a émergé. Pourtant, le concept d'autodétermination est fréquemment utilisé par diverses disciplines allant de la philosophie et de la psychologie au travail social et à l'éducation spécialisée. Le présent chapitre a pour objet d'effectuer un survol historique de l'utilisation de ce construit, d'examiner les diverses conceptions et définitions qui y sont associées et de proposer un modèle fonctionnel de l'autodétermination.

### 12.1 L'histoire et la théorie de l'autodétermination

Le terme « autodétermination » revêt deux significations principales, dont chacune possède une lon-

gue histoire transcendant le champ disciplinaire de la déficience intellectuelle. La première implique une perspective politique dans laquelle « autodétermination » réfère au droit d'une nation, d'un groupe de personnes à s'autogouverner, ce qui est quasi synonyme d'indépendance, de liberté. La seconde concerne le fait de décider de son destin ou de sa vie sans influences externes *indues*.

Ces deux significations sont très voisines de celle du terme **autogouvernant**, adjectif signifiant « qui a du contrôle ou qui s'autorégule », ou encore, « qui a le droit ou le pouvoir de s'autogouverner ». Ainsi, la première signification de ce construit revêt un aspect *national, politique* ou *collectif*, relié au droit d'une nation, d'un groupe de personnes à s'autogouverner, alors que la seconde est reliée à l'autonomie *personnelle* — le fait d'avoir du contrôle sur sa vie, son destin.

#### 12.1.1 L'autodétermination en tant que construit collectif ou politique

Sans contredit, le terme « autodétermination » est le plus souvent utilisé dans son sens politique ou collectif, qui concerne le droit d'une nation, d'un groupe de personnes à s'autogouverner. Au fil du 20<sup>e</sup> siècle, ce droit est devenu un principe de justice internationale. Heater (1994) note que notre intérêt récent et croissant pour la notion d'autodétermination à l'échelon national émerge en fait d'une double conception du 18<sup>e</sup> siècle, à savoir que les individus, et non les monarques, sont souverains et « sont » la nation. Au cours du 19<sup>e</sup> siècle, l'idée que les individus doivent posséder le droit et la possibilité de choisir leur gouvernement reçoit une approbation croissante de la population.

#### 12.1.2 L'autodétermination en tant que construit personnel

La seconde utilisation du terme « autodétermination » concerne non un droit collectif ou politique, mais le droit et la capacité d'une personne à gouverner sa vie. Cette conception est utilisée dans plusieurs disciplines, dont la sociologie, la psychologie et l'éducation.

### 12.1.3 L'autodétermination en sociologie

Ces 50 dernières années, l'un des principes clés de la sociologie a été — et c'est encore le cas — celui de l'autodétermination (Biestek et Gehring, 1978; McDermott, 1975). À partir du sens collectif ou politique de ce construit, les travailleurs sociaux mettent l'accent sur le développement de l'autodétermination chez leurs clients et font de celle-ci un principe d'intervention qui guide leurs pratiques actuelles. Au-delà de la reconnaissance d'un simple droit général, l'utilisation de ce construit en sociologie implique le respect et la valorisation des droits de tout individu à faire des choix, à prendre des décisions et, essentiellement, à vivre une vie autonome.

### 12.1.4 L'autodétermination en psychologie

Toutefois, le construit d'autodétermination en tant que trait de personnalité, prédisposition ou caractéristique individuelle a surtout été étudié en psychologie, particulièrement dans le cadre des théories de la personnalité et, plus récemment, des théories de la motivation. Les plus anciennes définitions du construit d'autodétermination, dans la littérature sur la personnalité, se réfèrent au fait de déterminer son destin, le cours de sa vie, sans coercition. Par exemple, dans l'un de ses premiers écrits, intitulé *Foundations for a Science of Personality*, Angyal (1941) affirme que l'une des caractéristiques essentielles de tout organisme vivant est son autonomie, qui signifie «autogouvernance ou fait de gouverner de l'intérieur». Selon cet auteur, un organisme «vit dans un monde hétéronome, où les événements sont régis par des lois extérieures (un monde gouverné de l'extérieur), du point de vue de l'organisme» (p. 33; traduction libre). Angyal ajoute que les «organismes vivants sont assujettis aux lois du monde physique comme tout autre objet, à l'exception du fait qu'ils peuvent affronter leur autodétermination avec le déterminisme extérieur» (p. 33; traduction libre).

De fait, la psychologie de la personnalité, en tant que domaine d'études, est préoccupée par la description et l'explication des variantes comportementales individuelles. Le premier débat, dans cette discipline, consistait à se demander si le com-

portement d'une personne est causé exclusivement par des facteurs internes à cette personne (autonomie — ou autodétermination) ou par des facteurs externes à celle-ci (hétéronomie — ou «détermination par les autres»). Les théoriciens de la personnalité ont longuement débattu la question du degré d'influence des facteurs internes *versus* externes sur le comportement humain.

Avant de documenter l'utilisation du construit d'autodétermination en psychologie de la personnalité, il importe de démontrer les liens existant entre, d'une part, son utilisation par les premiers théoriciens de la personnalité (tel Angyal) et, d'autre part, son utilisation en philosophie.

Le terme «détermination», dans «autodétermination», réfère à la doctrine philosophique du déterminisme, qui postule que tous les phénomènes, y compris le comportement humain, sont des effets de causes préalables (Wolman, 1973). Les déterminants du comportement humain incluent des facteurs physiologiques, structurels, environnementaux et organiques.

L'étude de la motivation a aussi tenté de discerner les facteurs internes *versus* externes pouvant expliquer *pourquoi* les personnes se comportent ou agissent comme elles le font. Les théories de la motivation tentent d'expliquer ce qui motive les gens à se comporter d'une certaine manière ainsi que les mécanismes inhérents à leur comportement, tels les pulsions, les traits de personnalité et les régulateurs environnementaux du comportement. En 1959, White présente une théorie influente de la motivation qui suggère qu'il existe une source d'énergie intrinsèque (*effectance motivation*) expliquant un large éventail de comportements humains. Par la suite, Deci et Ryan (1985) élaborent la théorie de White (1959) et proposent une théorie de la motivation intrinsèque qui stipule l'existence d'un rôle central de l'autodétermination. La majorité des travaux de psychologie concernant l'autodétermination, dans la deuxième moitié du 20<sup>e</sup> siècle, s'inspirent du modèle de Deci.

Brièvement, Deci (1992) présente une *théorie de l'autodétermination* où il importe de

distinguer entre une dynamique de motivation selon laquelle la personne réalise librement des activités et une dynamique de motivation liée à des contraintes ou de la coercition. Être autodéterminé signifie s'engager dans une activité par désir, par libre choix

et par choix personnel. Les personnes autodéterminées agissent en accord avec elles-mêmes. (P. 44; traduction libre.)

Dans leur théorie, Deci et Ryan (1985) définissent l'autodétermination de la façon suivante :

La capacité et la possibilité de choisir, plutôt qu'une réaction à des contingences de renforcement, à des énergies internes ou à toutes autres pressions, et d'être le propre déterminant de ses actions. Cependant, l'autodétermination est *plus qu'une capacité, c'est aussi un besoin*. Nous postulons une tendance innée à être autodéterminé, ce qui amène des organismes à s'engager dans des comportements intéressants. (P. 38; traduction libre.)

Historiquement, l'autodétermination, dans le domaine des sciences sociales et de la psychologie, est associée à l'autogouvernance. Les théories de l'autodétermination personnelle sont, essentiellement, des théories visant à expliquer *comment* et *pourquoi* les gens deviennent autonomes et ont du contrôle sur leur vie. À quelques exceptions près, la plupart des travaux théoriques effectués dans ces domaines n'utilisent pas le terme « autodétermination » mais se concentrent plutôt sur les composantes qui contribuent à l'émergence de celle-ci, y compris le contrôle sur sa vie et la notion de causalité, l'efficacité personnelle, la capacité à anticiper des résultats, l'autorégulation, l'accomplissement, le contrôle de ses motivations, la résolution de problèmes interpersonnels, la fixation de buts à atteindre, etc. Les cadres théoriques qui expliquent et prédisent le comportement humain dans ces domaines sont constitués par les théories cognitives de la personnalité, de la motivation et de l'apprentissage, qui ont émergé de nombreuses disciplines, dont, outre la psychologie de la personnalité, la psychologie cognitive, la psychologie développementale, la psychologie sociale, la psychologie expérimentale et la psychologie communautaire.

### 12.1.5 L'autodétermination en matière de droits et d'éducation

Au cours de la dernière décennie, le construit d'autodétermination a été utilisé par les mouvements de défense des droits des personnes présentant des incapacités et, par la suite, en enseignement spécialisé. Dans le cas des mouvements de défense

des droits des personnes présentant des incapacités, tout comme dans le domaine du travail social, l'autodétermination se réfère à un principe de justice et d'égalité inhérent aux notions d'appropriation et de droits, habituellement associées au sens de construit national ou politique. L'appropriation est un concept habituellement associé aux mouvements sociaux et, comme l'indique Rappaport (1981), aux actions qui « augmentent les possibilités des personnes d'avoir du contrôle sur leur vie » (p. 15; traduction libre). Les personnes présentant des incapacités (Kennedy, 1996; Ward, 1996) ont clairement indiqué qu'elles associaient l'autodétermination à la notion d'appropriation. Robert Williams (1989), leader au sein des mouvements de défense des personnes présentant des incapacités, discerne bien le lien étroit qui existe entre autodétermination et appropriation, en écrivant :

Mais, en l'absence de droits et d'occasions de faire des choix dans nos vies, nous n'obtiendrons jamais pleinement le statut de citoyen à part entière. [...] Aussi, nous n'avons nul besoin de nous faire dire ce que signifie « autodétermination ». Nous savons déjà qu'il s'agit simplement d'un autre mot pour liberté. Nous savons déjà qu'« autodétermination » est juste un autre mot pour décrire une vie remplie de nouvelles espérances, de dignité, de responsabilité et de possibilités. (P. 16; traduction libre.)

Il est évident, à partir des remarques de Williams et des commentaires d'autres personnes présentant des incapacités, que, pour beaucoup de ces personnes, l'utilisation du terme « autodétermination » est une façon de promouvoir le droit à l'autogouvernance, lié davantage, peut-être, à un construit national qu'à un construit de la motivation ou de la personnalité. Ces divergences conceptuelles ont donné naissance à plusieurs définitions de l'autodétermination, ce qui a eu pour effet de provoquer et de maintenir de fausses croyances au regard de ce construit.

### 12.2 Les fausses croyances reliées à l'autodétermination

Une première fausse croyance consiste, pour certains chercheurs, à assimiler l'autodétermination à l'indépendance. Or, considérer ce construit comme une capacité à tout faire par soi-même impliquerait

que la très grande majorité des personnes présentant des incapacités ne puissent être autodéterminées. Pourtant ces personnes peuvent, avec l'aide d'autrui, se réaliser, s'actualiser. Rocque, Langevin, Drouin et Faille (1999) parlent à ce propos d'une autonomie déléguée.

Une deuxième fausse croyance consiste à considérer le terme « contrôle », dans la définition de l'autodétermination, comme un absolu. Pour certaines personnes, avoir du contrôle sur sa vie équivaut à être autonome en tout. Or, il ne faut pas concevoir l'autodétermination dans cette perspective, mais plutôt comme le passage d'un état de dépendance à un état d'interdépendance, ce que Rocque et ses collaborateurs (1999) appellent l'« autonomie globale ».

En troisième lieu, certaines personnes confondent autodétermination et réussite. Or, il est préférable de ne pas associer les comportements autodéterminés à la réussite puisqu'il est tout à fait normal que le fait de prendre des décisions, de se fixer des buts à atteindre et de faire des choix provoque des situations tantôt positives et tantôt négatives. Il s'agit là de la *dignité du risque*. Ce n'est pas le succès qui importe, mais les tentatives et les efforts effectués pour avoir du contrôle, devenir un agent causal de sa vie.

Une quatrième fausse croyance consiste à définir l'autodétermination comme un ensemble, un répertoire d'habiletés. Bien qu'il puisse sembler beaucoup plus simple d'associer l'autodétermination à une classe de comportements, cela pose problème dans la mesure où : 1) n'importe quel comportement peut être perçu comme une action permettant de contrôler sa vie ; 2) le fait de répondre à une action peut s'avérer être un comportement autodéterminé, tout comme le fait de ne pas y répondre (Wehmeyer, 1996). Le premier point peut être explicité par un parallèle avec les comportements stéréotypés ou d'autostimulation observés chez certaines personnes présentant une déficience intellectuelle. Virtuellement, n'importe quel comportement moteur peut se manifester de manière stéréotypée. Toutefois, il serait inapproprié de tenter de situer les comportements stéréotypés observés (par exemple, se balancer, agiter les mains, etc.) dans une classe de réponses spécifique. Cela s'avère également juste pour l'autodétermination et le comportement autodéterminé. Presque n'importe quelle action

humaine ou n'importe quel comportement peut témoigner d'une volonté de contrôler sa vie. Deuxièmement, tenter d'associer l'autodétermination à une classe de comportements s'avère tout simplement impossible parce qu'il faudrait y inclure des comportements qui sont mutuellement exclusifs. Par exemple, il arrive souvent qu'il faille prendre la parole pour faire valoir les droits d'une personne, ce qui, en soi, est une action autodéterminée. D'autre part, il y a des situations dans lesquelles le fait de se taire volontairement traduit également une action autodéterminée. Enfin, associer l'autodétermination à une classe de réponses suscite un troisième problème d'ordre tautologique (on a la certitude que tel ou tel comportement est autodéterminé parce qu'il est habituellement manifesté par des personnes considérées comme autodéterminées).

Une cinquième fausse croyance consiste à restreindre l'autodétermination à un cursus, à un programme d'intervention ou à un ensemble de services. Une telle conception de l'autodétermination est également inappropriée puisqu'il est à peu près certain que, pour plusieurs personnes présentant des incapacités, elle est inapplicable. Par ailleurs, de nombreuses personnes ont tendance à associer l'autodétermination à une conséquence positive. Peu importe la valeur positive d'une conséquence, le concept d'autodétermination ne peut être restreint ainsi. Par exemple, le fait d'être marié, divorcé ou célibataire n'indique aucunement un comportement autodéterminé.

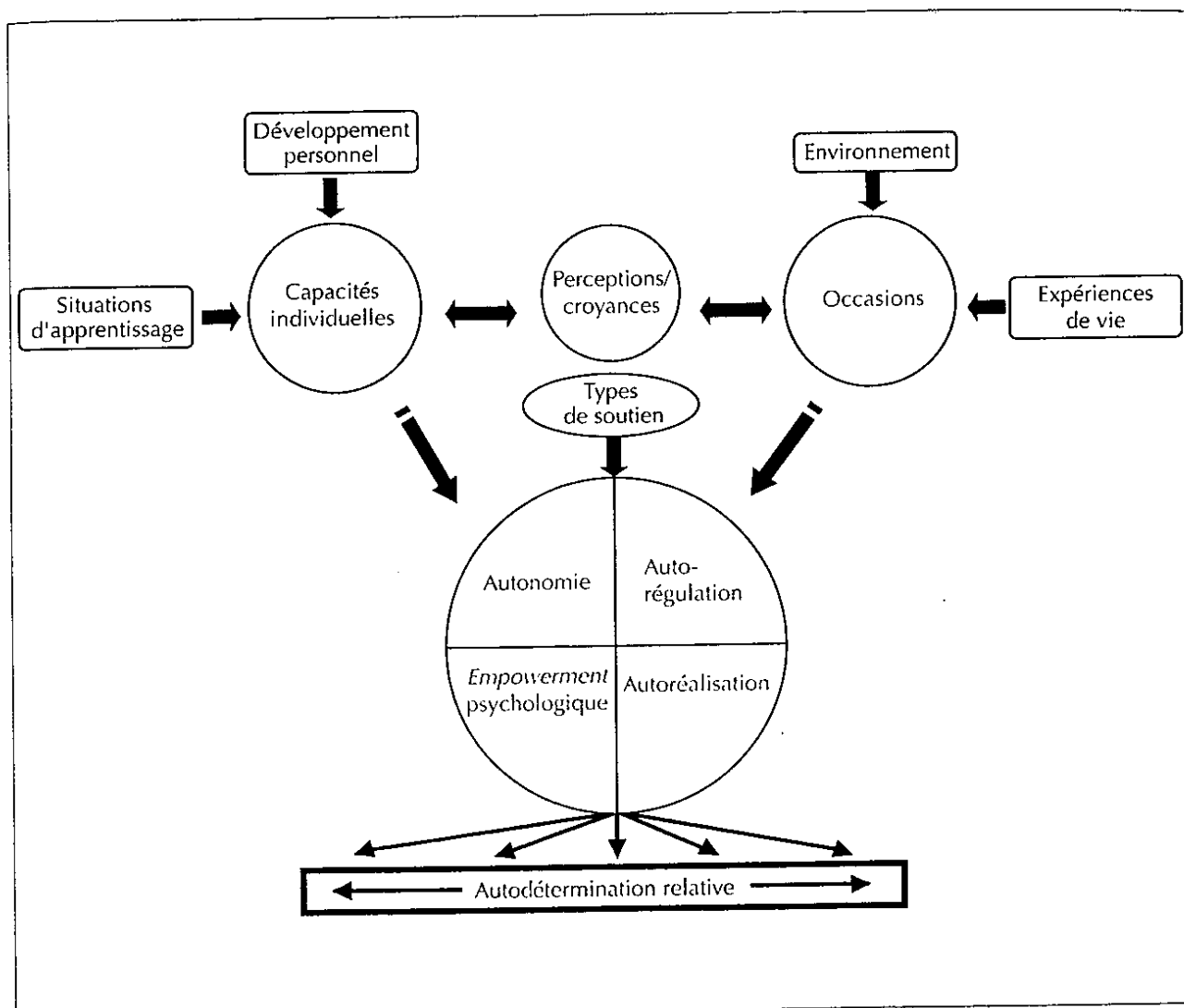
Enfin, il existe une forte tendance à concevoir l'autodétermination comme la capacité de *faire des choix*. Cette conception ne tient compte que d'une facette de l'autodétermination, à laquelle doivent être ajoutées, entre autres, la résolution de problèmes, la prise de décision, la capacité à se fixer des buts et la connaissance de soi.

L'ensemble de ces constats a amené Wehmeyer et ses collaborateurs à proposer un modèle fonctionnel de l'autodétermination, que nous présentons ci-dessous.

### 12.3 Un modèle fonctionnel de l'autodétermination

Wehmeyer (1996) définit l'autodétermination comme l'ensemble des « habiletés et attitudes requises chez

Figure 12.1  
Un modèle fonctionnel de l'autodétermination



Source : Traduit de Wehmeyer (1999, p. 55).

une personne, lui permettant d'agir directement sur sa vie en effectuant librement des choix non influencés par des agents externes indus» (p. 24; traduction libre). Aussi considère-t-il un comportement comme autodéterminé seulement s'il présente les quatre caractéristiques essentielles suivantes: 1) l'autonomie; 2) l'autorégulation; 3) l'empowerment psychologique; 4) l'autoréalisation. Ces quatre caractéristiques essentielles représentent les critères d'autodétermination du comportement.

La figure 12.1 illustre un modèle fonctionnel de l'autodétermination qui regroupe trois facteurs majeurs déterminant l'émergence de l'autodétermination. Il s'agit: 1) des capacités individuelles, qui sont liées aux situations d'apprentissage et au développement personnel; 2) des occasions fournies par l'environnement et les expériences de vie; 3) des types de soutien offerts aux personnes.

Les personnes qui font constamment preuve d'autodétermination peuvent donc être considérées comme des personnes «autodéterminées». Ce

dernier adjectif réfère à un trait de personnalité, à une prédisposition qui implique une organisation d'éléments cognitifs, psychologiques et physiologiques faisant en sorte que le comportement d'un individu soit le même dans des situations analogues (quoique non identiques). Eder (1990) indique que ces états de prédisposition fréquents sont des tendances persistantes caractérisant les personnes et les distinguant entre elles. De ce point de vue, des personnes peuvent être dites «autodéterminées» d'après les caractéristiques fonctionnelles de leurs actions ou comportements.

Le concept d'agent causal est un élément central dans cette perspective théorique. Largement définie, cette notion implique qu'un individu est à l'origine de ce qui lui arrive dans sa vie. Un agent est une personne ou un événement par lequel un pouvoir est manifesté ou une finalité atteinte. La notion d'agent causal, par opposition à celle d'action causale, n'implique pas seulement qu'une action a eu un effet, mais que cet effet a été délibérément recherché. Ainsi, un agent causal est une personne qui détermine ou cause ce qui lui arrive dans sa vie. De ce point de vue, les personnes autodéterminées sont des agents causaux dans leur vie. Elles agissent avec l'intention d'influencer leur avenir et leur destin.

Wehmeyer (1996) précise que l'autodétermination implique d'être un agent causal *sans influences externes indues*. Comme le souligne Angyal (1941), les humains ne sont toutefois pas complètement autonomes ou indépendants, mais plutôt *interdépendants*; nos vies interagissent avec celles des autres personnes, connues ou non. Les choix de toute personne sont fréquemment influencés et contraints par beaucoup de facteurs et ne représentent que rarement la solution optimale. Nous dépendons d'autres personnes au regard de nos décisions (conjoint, familles, médecins et autres professionnels, etc.). Nos projets sont souvent contrecarrés par ceux d'autrui, parfois à notre avantage! Bref, l'autodétermination ne reflète pas l'absence totale d'influence ou d'interférence, mais consiste plutôt à faire des choix et à prendre des décisions sans interférence excessive ou indue. Le terme «indu» met l'accent sur les aspects subjectif et contextuel, dans la mesure où ce qui peut être perçu comme un niveau acceptable d'influence par un individu peut apparaître inacceptable pour un autre, tout dépendant des individus et des milieux.

Tableau 12.1

Les facteurs inhérents à l'émergence de comportements autodéterminés

---

Faire des choix
Prendre des décisions
Résoudre des problèmes
Se fixer des buts et les atteindre
S'observer, s'évaluer et se valoriser
Pratiquer l'auto-instruction
Promouvoir et défendre ses droits
Avoir un lieu de contrôle interne
Avoir un sentiment d'efficacité personnelle et la capacité d'anticiper les résultats de ses actions
Avoir conscience de soi
Se connaître soi-même

---

L'autodétermination émerge durant toute l'enfance et l'adolescence, où le jeune développe ses habiletés et ses aptitudes et fait l'apprentissage d'attitudes qui lui permettent de devenir un agent causal de sa vie. Ces attitudes et ces capacités sont les *éléments clés* de l'autodétermination et, sur le plan de la structure théorique, influencent et motivent l'intervention. Bien que nous ne puissions, dans le présent chapitre, détailler ces éléments clés (voir le tableau 12.1), notons qu'ils s'avèrent tous essentiels à l'émergence de l'autodétermination (Doll, Sands, Wehmeyer et Palmer, 1996; Wehmeyer, Sands, Doll et Palmer, 1997) et à sa promotion (Wehmeyer, 1998).

### 12.3.1 Les caractéristiques essentielles au comportement autodéterminé

Les personnes autodéterminées agissent de manière autonome, autorégulée, et font preuve d'*empowerment* psychologique ainsi que d'autoréalisation. Pour qu'on puisse parler d'autodétermination, les actions d'un individu doivent refléter, à un certain degré, chacune de ces quatre caractéristiques essentielles. Le degré d'autodétermination atteint est illustré, au bas de la figure 12.1, par le continuum «Autodétermination relative». L'âge, la présence ou l'absence d'occasions, les capacités individuelles et les événements sont autant de fac-

teurs qui peuvent déterminer le degré auquel chacune des caractéristiques essentielles est présente. Par conséquent, l'autodétermination manifestée par un individu varie en fonction du temps et des facteurs environnementaux. Néanmoins, toutes les caractéristiques essentielles citées plus haut doivent être présentes — chacune étant nécessaire mais non suffisante à la manifestation de comportements autodéterminés.

### L'autonomie comportementale

Le lien entre « autodétermination » et « autonomie » remonte aux premières utilisations du terme « autodétermination » dans la psychologie de la personnalité. L'utilisation de ce terme dans la structure théorique proposée est liée, d'une part, à la littérature concernant la psychologie du développement, où « autonomie » est utilisé comme synonyme d'« individuation », et, d'autre part, à la littérature centrée sur l'intervention, où l'expression « autonomie fonctionnelle ou comportementale » est utilisée comme synonyme d'« indépendance » (Sands et Wehmeyer, 1996).

L'autonomie comportementale est une résultante des processus d'individuation et dépasse fondamentalement les actions réalisées en fonction de ses préférences, de ses intérêts ou de ses habiletés et indépendamment d'influences externes indues. Sands et Wehmeyer (1996) définissent l'autonomie comportementale (ou fonctionnelle) comme l'ensemble des habiletés d'une personne à indiquer ses préférences, à faire des choix et à amorcer une action en conséquence. Ils rappellent que le mot « autonomie » provient des mots grecs *autos* (soi) et *nomos* (règles), qui réfèrent à la condition de vivre en fonction de ses propres règles. Dans cette perspective, un comportement autodéterminé est donc un comportement autonome dans la mesure où une personne agit en fonction de ses intérêts, de ses préférences et de ses aptitudes, et sans influences externes exagérées.

### L'autorégulation

L'autorégulation est inhérente à l'autogouvernance et est le propre des personnes autodéterminées. Elle consiste, selon Whitman (1990), en

un système complexe de réponses permettant à un individu d'analyser son environnement et ses réper-

toires de réponses afin de faire face à l'environnement et de prendre des décisions quant à ce qu'il doit faire, de passer à l'action, d'évaluer les conséquences de ses actions et de réviser ses positions s'il y a lieu. (P. 373; traduction libre.)

L'autorégulation implique le recours à des stratégies d'autogestion (auto-instruction, autoévaluation, autorenforcement), la capacité de se fixer des buts, la résolution de problèmes, la prise de décision et l'observation (Agran, 1997).

### L'empowerment psychologique

Le concept d'empowerment psychologique provient de la psychologie communautaire et se rapporte aux multiples dimensions de la perception de contrôle (efficacité personnelle, lieu de contrôle et motivation) (Zimmerman, 1990). La psychologie communautaire s'intéresse à la théorie, à la recherche et aux pratiques pertinentes concernant les individus et leur système social dans un contexte communautaire. Zimmerman (1990) propose un modèle dans lequel les perceptions positives de contrôle (*empowerment* psychologique) résultent d'un « optimisme appris ». Il définit celui-ci comme « le processus d'apprentissage et d'utilisation d'habiletés par lequel on résout des problèmes et on accroît sa perception de contrôle (subjective ou réelle) » (p. 72; traduction libre). Le modèle de Zimmerman suggère que les expériences qui fournissent des occasions d'accroître la perception de contrôle aident les individus à faire face aux événements stressants et à résoudre des problèmes dans leur vie (p. 72-73). Zimmerman et Rappaport (1988) avancent pour leur part que l'empowerment psychologique est l'un des trois éléments importants dans la nature multidimensionnelle de la perception de contrôle. Cette idée contredit la théorie de l'époque selon laquelle la perception de contrôle est un construit unique en soi. Zimmerman (1990) constate que les trois éléments de la perception de contrôle (par exemple, l'élément cognitif [l'efficacité personnelle], la personnalité [le lieu de contrôle] et la motivation [la motivation à contrôler]) forment une fonction discriminante simple entre les individus qui obtiennent un score faible ou élevé à une mesure de désespoir ou d'aliénation (indicateurs « sentiment d'impuissance » et « isolement social »). Ainsi, selon Zimmerman, c'est par le processus d'apprentissage



et d'utilisation d'habiletés de résolution de problèmes et de développement de la perception de contrôle sur leur vie que les individus acquièrent une perception d'*empowerment* psychologique. En retour, cela leur permet d'atteindre des buts fixés, telles l'inclusion et la participation sociale dans la communauté.

### L'autoréalisation

Le terme « autoréalisation » provient de la psychologie gestaltiste et réfère aux buts intrinsèques inhérents à la vie de la personne. De façon plus globale, ce terme réfère à la tendance d'une personne à façonner ou à influencer le cours de sa vie dans une perspective globale (Angyal, 1941, p. 355). Bien qu'il ne soit plus utilisé fréquemment dans la littérature en psychologie, ce terme illustre bien certaines nuances liées à l'autodétermination non présentes dans les autres modèles conceptuels. Essentiellement, les personnes autodéterminées connaissent leurs forces et agissent en conséquence. Deux termes sont souvent substitués à « autoréalisation », à savoir « autoactualisation » et « conscience de soi ». Toutefois, ils s'avèrent peu utiles.

L'autoactualisation, telle que l'a définie Maslow (1943), concerne essentiellement l'utilisation de comportements, par une personne autodéterminée, dans le but de tirer parti de ses forces. Cependant, en plus de souligner les problèmes inhérents à la définition proposée par Maslow et signalés par d'autres écrits théoriques sur l'actualisation de soi (voir, par exemple, Heylighen, 1992), il faut mentionner que, selon Maslow, l'actualisation de soi n'est atteinte que lorsque tous les autres besoins sont comblés. Or, cela n'est possible que pour peu de gens. Concevoir l'autoactualisation comme un élément de l'autodétermination implique que seulement un certain nombre d'individus peuvent devenir autodéterminés et que les personnes présentant des incapacités sont exclues de ce groupe d'élite.

D'autre part, le terme « conscience de soi » n'évoque pas le fait que les personnes autodéterminées agissent en fonction de leur niveau de connaissance de soi dans le but de tirer parti de leurs forces. Ces personnes démontrent ainsi un niveau de connaissance de soi (forces et limites) global et

relativement précis. La conscience de soi 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, ainsi que par la valorisation et les attributions de son propre comportement.

## 12.4 L'évaluation de l'autodétermination

Bien qu'il existe de nombreux instruments permettant de mesurer chacune des caractéristiques inhérentes à l'autodétermination, très peu d'outils ont été conçus pour mesurer globalement ce construit. De fait, les écrits permettent de dégager seulement deux instruments qui découlent directement des travaux de Wehmeyer et de ses collaborateurs. Il s'agit des échelles d'autodétermination (versions « adolescents » et « adultes ») de l'ARC<sup>1</sup> des États-Unis (Wehmeyer et Kelchner, 1995b). Dans le cadre de collaborations de recherche, ces instruments ont été traduits et validés pour une population francophone (Wehmeyer, Lachapelle, Boisvert, Leclerc et Morrissette, 2001). Ces instruments sont des échelles d'auto-rapport incluant 72 items qui évaluent le degré d'autodétermination global en mesurant les quatre caractéristiques essentielles discernées par Wehmeyer, Kelchner et Richards (1996). La première section de l'échelle mesure le degré d'*autonomie*, y compris l'indépendance, et le degré auquel le sujet agit en fonction de ses croyances personnelles, de ses valeurs, de ses intérêts et de ses capacités. La deuxième section mesure l'*autorégulation* et comprend deux sous-domaines, à savoir la résolution de problèmes interpersonnels et la capacité à se fixer des buts et à les atteindre. La troisième section de l'échelle évalue le degré d'*empowerment* psychologique. Quant à la dernière section, elle mesure le degré d'autoréalisation. L'échelle offre une possibilité de 148 points, un score élevé reflétant un haut degré d'autodétermination.

1. L'ARC des États-Unis est une vaste organisation nationale, regroupant des personnes présentant une déficience intellectuelle, leurs familles et leurs proches, qui promeut la défense des droits de ces personnes et l'accès à des services de qualité.

## 12.5 Les recherches utilisant le modèle fonctionnel

Bien qu'une description complète des travaux de recherche découlant de ce modèle théorique dépasse la portée du présent chapitre, mentionnons que ces travaux concernent trois principaux objectifs: 1) décrire le degré d'autodétermination des personnes présentant une déficience intellectuelle et d'autres incapacités; 2) valider empiriquement le modèle conceptuel proposé; 3) examiner l'importance de la promotion de l'autodétermination dans les pratiques d'intervention.

Les travaux mettent en évidence que les adultes présentant une déficience intellectuelle et d'autres incapacités développementales sont moins autodéterminés que leurs pairs sans incapacités (Lachapelle, Boisvert, Cloutier, McKinnon et Lévesque, 2000; Wehmeyer et Kelchner, 1994, 1995a; Wehmeyer, Kelchner et Richards, 1995; Wehmeyer et Metzler, 1995; Wehmeyer et Palmer, 1997). Tel que le suggère la figure 12.1 (voir p. 7), l'émergence de l'autodétermination dépend de l'augmentation des capacités individuelles aussi bien que des facteurs environnementaux qui facilitent la prise de décision et l'autonomie comportementale. La mise en œuvre de mesures de soutien au développement des capacités, en particulier dans le domaine de l'éducation, implique de fournir aux personnes présentant des incapacités des occasions d'avoir du contrôle, de prendre des décisions et de faire des choix. De fait, plusieurs travaux de recherche indiquent que plusieurs facteurs environnementaux limitent l'émergence de l'autodétermination (Stancliffe et Wehmeyer, 1995; Wehmeyer et autres, 1995; Wehmeyer et Bolding, 1999). D'autres travaux montrent également que les perceptions et les croyances des étudiants présentant des incapacités, telles celles concernant leur enseignant et leur environnement scolaire, contribuent à accroître ou à diminuer leur degré d'autodétermination (Wehmeyer, 1994; Wehmeyer et Kelchner, 1996; Wehmeyer et Palmer, 1997).

Wehmeyer et ses collaborateurs (1996) ont dirigé une série d'entrevues structurées, auprès de plus de 400 personnes présentant une déficience intellectuelle ou des incapacités développementales, afin d'évaluer le modèle théorique proposé. Essentiellement, cette étude indique que chacune des quatre caractéristi-

ques essentielles discernées est un bon prédicteur d'autodétermination, particulièrement pour l'autonomie comportementale et l'autorégulation.

Wehmeyer et Schwartz (1998) ont examiné la possibilité d'un lien entre l'autodétermination et la qualité de la vie chez des adultes présentant une déficience intellectuelle. Les résultats indiquent que l'autodétermination est un bon prédicteur d'un niveau de qualité de vie élevé, validant ainsi une relation entre ces concepts. De plus, cette étude démontre l'importance de promouvoir et de soutenir de façon accrue la promotion de l'autodétermination chez les adolescents présentant des incapacités. Dans une autre étude, Wehmeyer et Schwartz (1997) ont mesuré le degré d'autodétermination d'adolescents présentant des incapacités ou une déficience intellectuelle avant la fin de l'école secondaire. Les élèves ayant démontré un haut niveau d'autodétermination à cette mesure manifestent, un an plus tard, un degré d'indépendance, un taux d'emploi et une augmentation de revenus plus élevés que ceux de leurs pairs moins autodéterminés.

Du côté québécois, plusieurs travaux de recherche ont été réalisés et d'autres sont actuellement en cours. Outre la traduction et la validation des échelles de mesure de l'autodétermination, les travaux ont permis d'élaborer un matériel pédagogique dédié aux adolescents présentant des incapacités et intitulé *C'est l'avenir de qui après tout ?* (Lachapelle, Boisvert, Boutet et Rocque, 1998b, 1998c, 1999a, 1999b). Une adaptation de ce matériel pour une clientèle présentant une déficience intellectuelle modérée est actuellement en cours. Parallèlement, Lachapelle, Haelewyck et Leclerc (2002) ont mené une étude comparative du degré d'autodétermination chez des adultes québécois et belges présentant une déficience intellectuelle. Dans une perspective d'avenir, les auteurs du présent chapitre œuvrent actuellement à la mise sur pied d'une équipe de recherche internationale dont l'objectif premier est le développement de l'autodétermination et de la qualité de vie chez les personnes présentant une déficience intellectuelle.

## CONCLUSION

Que ce soit en tant que parents, amis, éducateurs ou dispensateurs de services, plusieurs ont appris à

prendre des décisions à la place des personnes présentant des incapacités et à parler pour elles. Comme le mentionnent si bien Hughes et Agran (1998), la plupart des décisions concernant le projet de vie de ces personnes ont été prises à leur place, pour elles, sans qu'on tienne compte de leurs préférences, de leurs intérêts. Selon ces auteurs, l'adaptation de modèles d'autodétermination implique un changement ou un virage important, marqué par le passage d'une intervention centrée sur le milieu — ou l'agence de services — à une interven-

tion centrée sur la personne. Aussi, dans la mesure où l'autodétermination doit devenir un paradigme dominant dans nos processus d'intervention, un changement doit s'opérer sur le plan des attitudes, des valeurs, des modes de pensée et des moyens de soutien offerts, de manière à mettre au premier plan la voix des personnes. Il nous faut cesser d'être des experts et commencer à percevoir chaque personne présentant des incapacités comme étant le réel expert au regard de sa vie.

## QUESTIONS

1. Qu'est-ce que l'autodétermination ?
2. Que signifie la notion d'agent causal ?
3. Énumérez et décrivez les quatre caractéristiques essentielles à l'émergence de l'autodétermination.
4. Bien souvent, les préférences des personnes présentant une déficience intellectuelle sont ignorées. Quels facteurs contribuent à ce phénomène ?
5. En plus des quatre caractéristiques dites essentielles, d'autres facteurs contribuent à l'émergence de l'autodétermination. Quels sont-ils ?

## LECTURES SUGGÉRÉES

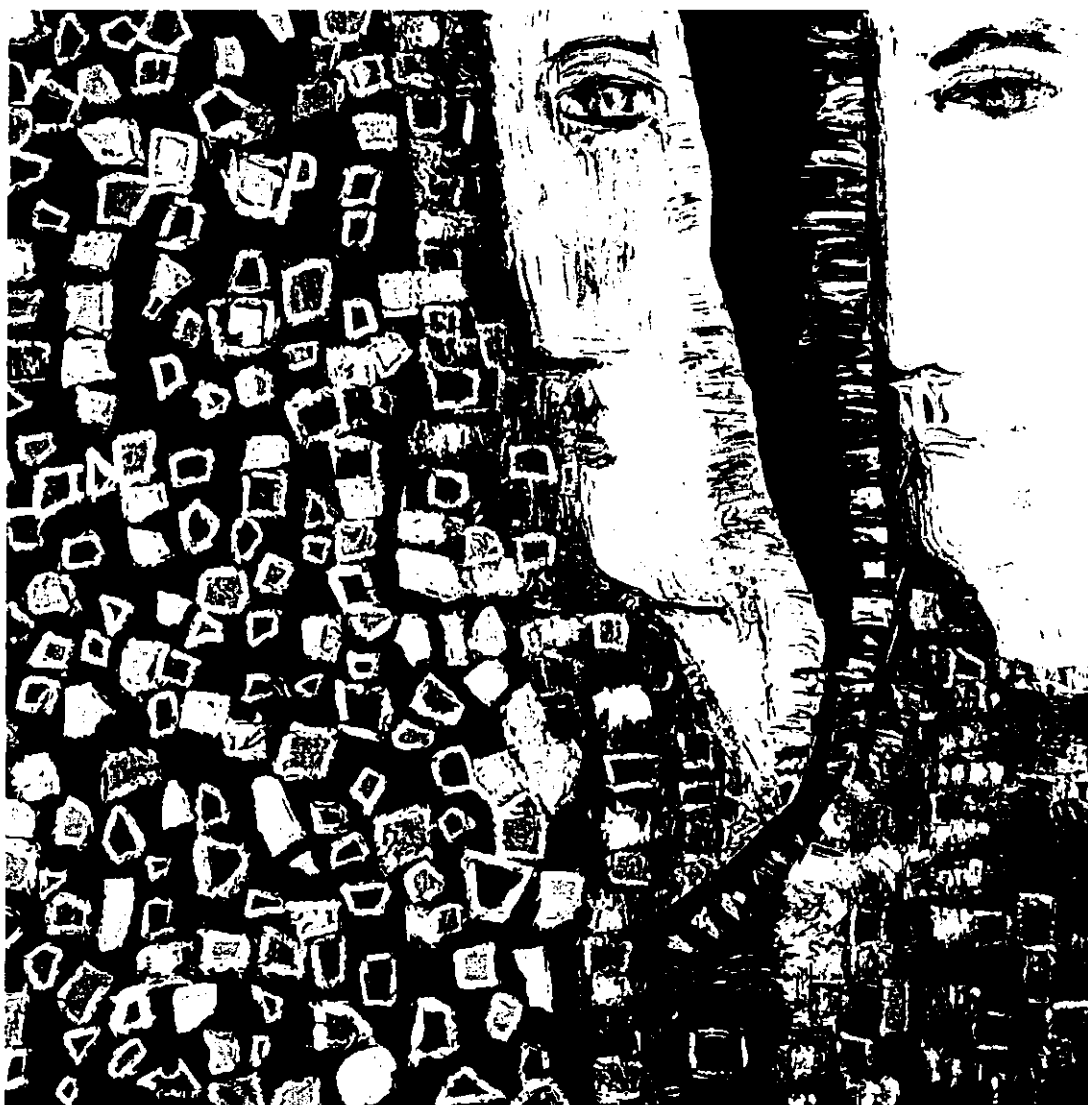
- Lachapelle, Y., et Boisvert, D. (1999). Développer l'autodétermination des adolescents en milieu scolaire. *Revue canadienne de psychoéducation*, 28, 23-29.
- Lachapelle, Y., Boisvert, D., Cloutier, G., McKinnon, S., et Lévesque, S. (2000). Favoriser le développement de l'autodétermination dans le cadre d'une pratique de la réunion du plan d'intervention éducatif d'adolescents présentant une déficience intellectuelle. *Revue francophone de la déficience intellectuelle*, 11, 55-57. (Actes du colloque Recherche-Défi.)
- Sands, D.J., et Wehmeyer, M.L. (1996). *Self-determination across the life span: Independence and choice for people with disabilities*. Baltimore, Md.: Paul H. Brookes.
- Wehmeyer, M.L. (1998). Self-determination and individuals with significant disabilities: Examining meanings and misinterpretations. *Journal of the Association for Persons with Severe Handicaps*, 23, 5-16.
- Wehmeyer, M.L., Agran, M., et Hughes, C. (1998). *Teaching self-determination to students with disabilities: Basic skills for successful transition*. Baltimore, Md.: Paul H. Brookes.
- Wehmeyer, M.L., et Metzler, C.A. (1995). How self-determined are people with mental retardation? The National Consumer Survey. *Mental Retardation*, 33, 111-119.

Sous la direction de  
Marc J. Tassé et Diane Morin

---

# LA DÉFICIENCE INTELLECTUELLE

---



 **gaëtan morin**  
**éditeur**