

# Introduction à l'autodétermination

Lancement du projet RAAVI



*Coralie Sarrazin, PhD  
La Méthode Auto -D*

*Lille, le 20 mars 2025*

## 45 à 60 minutes pour :

Déconstruire des fausses croyances

Définir l'autodétermination

Comprendre à quoi ça sert

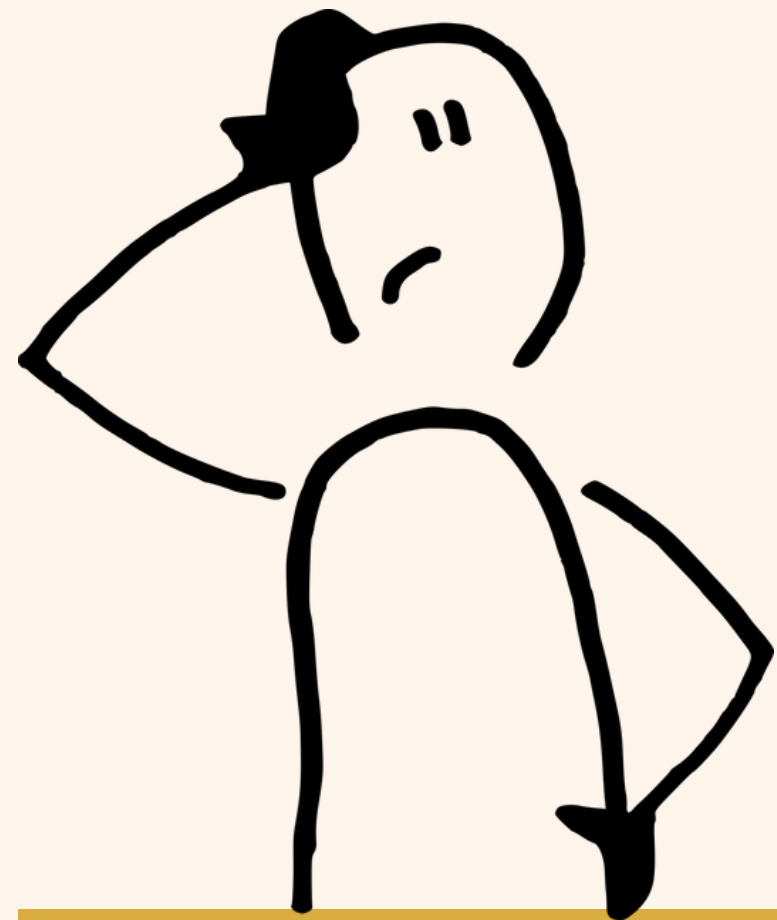
Préciser qui cela concerne

Découvrir comment faire

● Loading...

# L'autoD, ce n'est PAS :

(Liste non exhaustive)



1. Faire des choix
2. Faire ce que je veux
3. Ne pas accompagner
4. Être indépendant.e

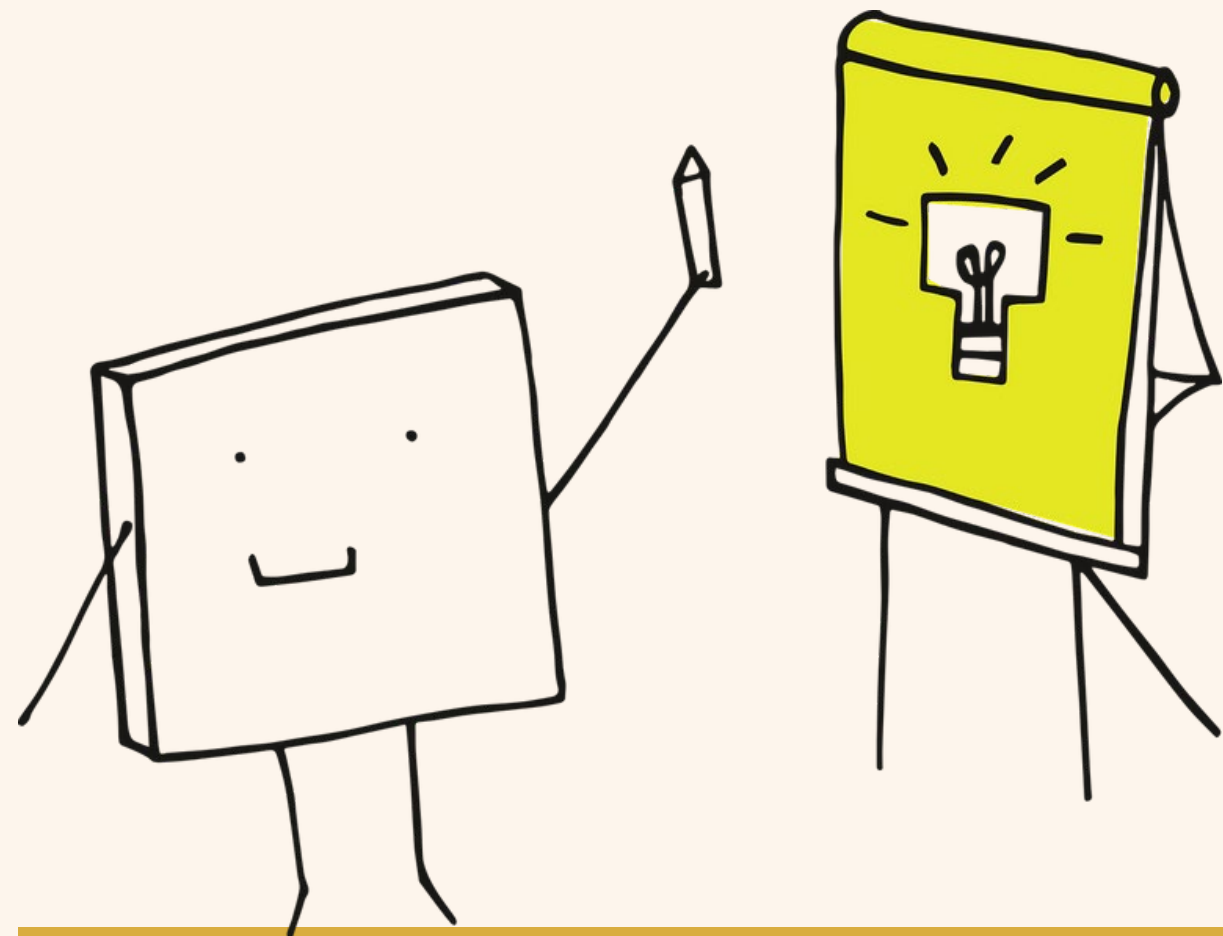


**Ensemble de valeurs individuelles  
et sociétales dont la visée est de  
reconnaître le droit de toute  
personne à construire la vie qu'elle  
souhaite avoir, à la hauteur de ses  
aspirations**

Sarrazin, 2020

---

# À quoi sert l'autoD ?



1. Améliorer la qualité de vie
2. Meilleure reconnaissance des droits et libertés
3. Reconnu comme une meilleure pratique
4. Répond à une demande sociale

# L'AUTODÉTERMINATION POUR QUI ?



Tout le monde



Tout le temps



## Comment faire concrètement ?

Repérer les occasions

Accompagner l'apprentissage

Travailler sur l'environnement

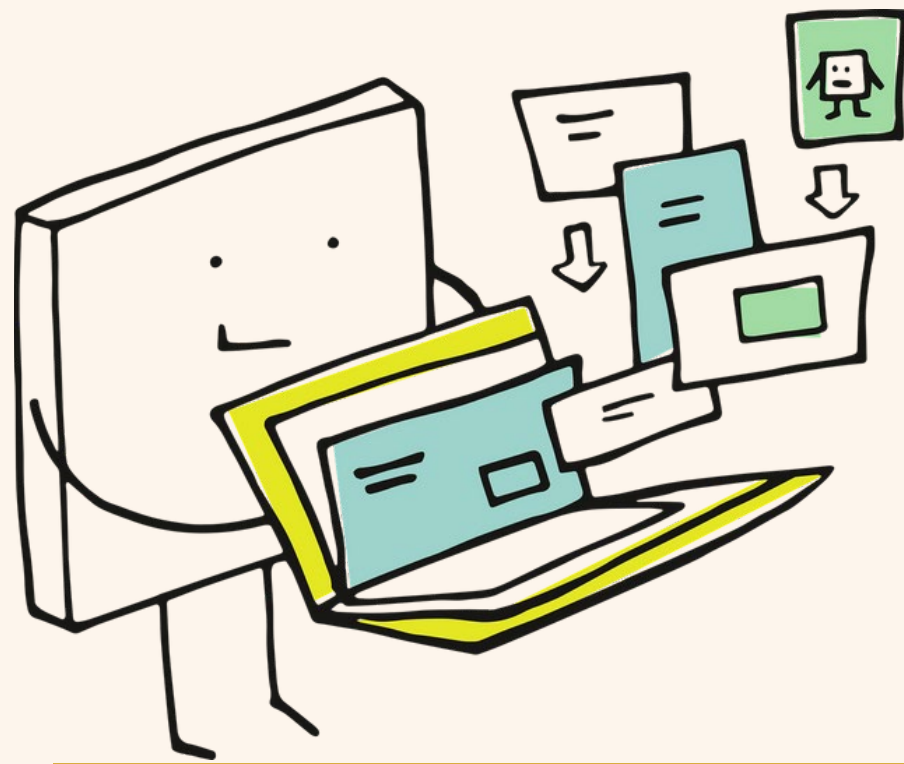
Prendre des risques (sans danger)

Repenser le projet

Former les équipes

● Loading...

# À retenir



1. L'autoD s'apprend : offrir des occasions de développement des compétences
2. Normaliser l'environnement
3. Considérer les choix et préférences aussi souvent que possible
4. Impliquer la personne dans tout ce qui la concerne

# MERCI DE VOTRE ATTENTION !

---

[www.coraliesarrazin.com](http://www.coraliesarrazin.com)

[sarrazincoralie@gmail.com](mailto:sarrazincoralie@gmail.com)



## LA MÉTHODE AUTO-D