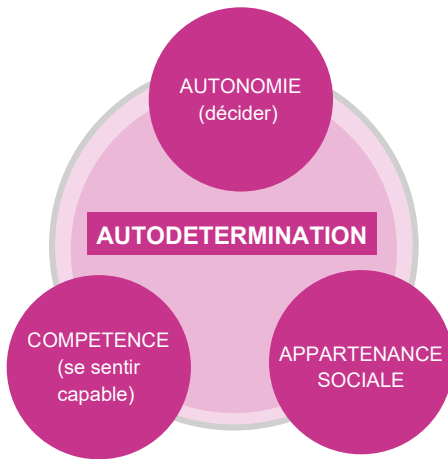


OUTILS D'AUTODÉTERMINATION D'OBJECTIF EN ERGOTHÉRAPIE



*La théorie de l'autodétermination
selon Edward Deci et Richard Ryan*

En ergothérapie, l'autodétermination constitue un cadre théorique puissant, et fait écho aux approches centrées sur la personne. Elle se concrétise par le développement de la capacité du client à identifier ses besoins, prendre des décisions sur ses occupations et exercer un contrôle sur son environnement.

En favorisant l'autodétermination, l'ergothérapeute reconnaît la personne comme experte de sa situation et encourage son pouvoir d'agir (empowerment).

Objectifs communs des outils

enfants **loisirs** apprentissages
alimentation adultes
environnement
sensorialité
vie communautaire
habilités sociales
ados **productivité**
personne âgée **aidants** bébés
soins personnels

En soutenant l'autodétermination, OT'hope, SensOT-dir et Moi et les Autres visent à renforcer la motivation, la priorisation des choix et l'engagement de la personne et de ses aidants. Ils permettent d'identifier les besoins et de co-construire des objectifs personnalisés. Ils peuvent être utilisés en lien avec des outils d'évaluations tels que la MCRO, la GAS, outils du MOH, etc.

Chaque outil est composé d'un ou plusieurs plateaux, de cartes imagées, qui viennent soutenir l'échange, la compréhension et l'évocation. Le professionnel invite la personne à contextualiser les cartes relatives aux occupations problématiques ou ressources, pour formuler un ou des objectifs spécifiques et individualisés. Ces outils d'auto-évaluation sont conçus pour soutenir une approche centrée sur la personne et orientée vers l'occupation.

OT'hope

Outil Thérapeutique d'auto-détermination des Objectifs Personnalisés en Ergothérapie



OT'hope sert de support d'entretien entre l'ergothérapeute et la personne accompagnée, afin de faire émerger son profil occupationnel. Il existe trois versions adaptées à différents âges : 0-5 ans, enfants (5-18 ans), et adultes.

Chaque version permet d'explorer plusieurs grands domaines d'occupation spécifiques aux tranches d'âge : activités de vie quotidienne, soins personnels, alimentation, scolarité, productivité, jeu, interactions sociales, loisirs, chacun étant composé de sous-catégories

OT'hope se présente sous forme de cartes imagées. La personne les classe selon sa compétence perçue dans l'une des quatre colonnes : « Je sais faire », « Je sais faire avec aide », « Je ne sais pas très bien faire », « Je ne sais pas faire »

L'ergothérapeute valorise les compétences existantes et accompagne la personne dans le choix des activités ou co-occupations qu'elle souhaite améliorer, mettant ainsi en lumière ses désirs de changement. Ces éléments servent ensuite de base à l'élaboration d'objectifs personnalisés.



Chaque outil est composé d'un ou plusieurs plateaux, de cartes imagées, qui viennent soutenir l'échange, la compréhension et l'évocation. Le professionnel invite la personne à contextualiser les cartes relatives aux occupations problématiques ou ressources, pour formuler un ou des objectifs spécifiques et individualisés. Ces outils d'auto-évaluation sont conçus pour soutenir une approche centrée sur la personne et orientée vers l'occupation.

Moi et les autres

Outil pédiatrique d'autodétermination des objectifs d'accompagnement autour des habiletés sociales



Moi et les autres est un outil d'autodétermination conçu pour explorer les habiletés sociales chez les enfants et les adolescents. Servant de base visuelle et interactive à l'échange direct avec la personne, l'outil facilite l'expression de ses besoins et préférences sociales. *Moi et les autres* place la personne au cœur de son accompagnement, en lui donnant la parole sur un domaine souvent sensible et difficile à aborder.

Moi et les Autres comprend un ensemble de cartes regroupées en grands domaines : communication verbale et non verbale, émotions et estime de soi, alternatives à l'agression, coopération et collaboration, gestion du stress et attention et planification. La personne est invitée à sélectionner et classer les cartes dans des colonnes selon ses expériences et ressentis : "c'est facile", "c'est difficile", "je ne fais pas". Le professionnel discute ensuite avec la personne pour replacer les cartes dans les situations concrètes de sa vie quotidienne (à la maison, à l'école, avec ses pairs, etc.), afin de co-construire des objectifs d'accompagnement concrets et personnalisés.

OT'hope

Caroline Giraux, Alexandra
Perrault, Amélie Diep
Ergothérapeutes



OT' hope 0 – 5 ans

<https://anfe.fr/product/ot-hope-0-5-ans/>



OT'hope

<https://anfe.fr/product/othope/>



OT'hope Adulte

<https://anfe.fr/product/othope-adulte/>

Moi et les Autres

Clémence Orain
*MSc. Ergothérapeute, Doctorante
en Sciences Médicales*



<https://anfe.fr/product/moi-et-les-autres-2/>

SensOT-dir

Virginie Seinsot, Amélie Sourd
Ergothérapeutes



version enfant

<https://anfe.fr/product/sensot-dir-version-enfant/>



version adulte

<https://anfe.fr/product/sensot-dir-version-adulte/>



Les outils présentés dans cette plaquette s'appuient sur les modèles conceptuels et la pensée spécifiques à l'ergothérapie. Conçus dans cette perspective, ils constituent des ressources incontournables pour soutenir l'autodétermination.

Loin de cloisonner les pratiques, l'apport conceptuel de l'ergothérapie constitue un véritable moteur de pluridisciplinarité. Il permet aux équipes de s'appuyer sur un cadre commun pour construire des accompagnements cohérents et centrés sur la personne, dans le respect de ses besoins, de ses choix et de son pouvoir d'agir.

En renforçant la coopération entre professionnels, ces outils favorisent également la participation active de la personne et de ses proches, dans une dynamique attentive à son environnement de vie comme à ses aspirations.

Références

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The « What » and « Why » of Goal Pursuits : Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Linné Olesen, M., & Jørgensen, R. (2023). Impact of the person-centred intervention guided self-determination across healthcare settings—An integrated review. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 37(1), 37–59. <https://doi.org/10.1111/scs.13138>

Orain, C. (2024). « Moi et les Autres »: Intérêt, limites et perspectives d'un outil pédiatrique d'autodétermination des objectifs autour des habiletés sociales. *French Journal of Occupational Therapy*, 2(1), Article 1. <https://doi.org/10.60856/fjot-2024-2-1-0024>

Perrault, A., & Giroux, C. (2021). OT'Hope : Conception et mise en œuvre d'un outil d'aide à l'élaboration des objectifs pédiatriques en ergothérapie. *ANAE-Apport de l'ergothérapie dans l'accompagnement des enfants avec troubles du neurodéveloppement*, 172, 285-293.

Rezaei, N. (2022). *Multidisciplinarity and Interdisciplinarity in Health* (1st ed). Springer International Publishing AG.