

## VERS UNE SOCIÉTÉ MEILLEURE

« Il est important pour tout être humain d'avoir une influence sur sa vie de tous les jours, de faire partie de son voisinage et de la société. Il est important pour tout être humain de prendre ses propres décisions, d'être écouté et traité avec respect. »

(Inclusion International)

Beaucoup de personnes handicapées mentales ne sont pas écoutées, n'ont que peu de contrôle sur leur vie et ont le sentiment de ne pas être traitées avec respect. Ceci est souvent dû à une sous-estimation de leurs capacités. Beaucoup de familles et de professionnels voient encore les personnes handicapées mentales comme des enfants et ne leur donnent pas la liberté de prendre des décisions, de faire des erreurs ni d'exercer un certain contrôle sur leur vie.

Inclusion Europe croit que les familles et les professionnels ont un rôle crucial à jouer en donnant aux personnes handicapées mentales la possibilité d'exprimer ce qu'elles veulent et de prendre leurs propres décisions. Ceci les aidera à construire leur propre identité. Alors seulement les personnes handicapées mentales pourront commencer à vivre leur propre vie. Elles deviendront moins dépendantes des parents, de la fratrie et des professionnels.

Inclusion Europe croit aussi que les personnes handicapées mentales ont, pour la plupart, les capacités de participer et de contribuer à notre société. Il est dans l'intérêt de chacun de développer ces capacités, afin de ne pas passer à côté de leurs contributions à la diversité de nos sociétés.

Cette démarche de parler pour soi-même et d'apporter sa propre contribution est appelée l'auto-représentation.

## L'AUTO-REPRÉSENTATION EN EUROPE

Des groupes d'auto-représentants existent aujourd'hui dans presque tous les pays d'Europe. Ces dernières années ont d'ailleurs vu l'émergence d'une nouvelle profession: les personnes de soutien. Ces personnes ont mis sur pied une approche nouvelle et des compétences spécifiques pour aider au développement autonome des auto-représentants. Ceci montre combien le mouvement d'auto-représentation est devenu important en l'espace de quelques années.

Beaucoup de groupes locaux et nationaux ont rejoint la Plate-forme européenne des auto-représentants (EPSA). Inclusion Europe, l'Association européenne des personnes handicapées mentales et leurs familles, soutient cette plate-forme dans son travail.

La Plate-forme européenne des auto-représentants est dirigée par un Comité Directeur de cinq personnes handicapées mentales. Cette Plate-forme:

- aide les personnes handicapées mentales à prendre plus de décisions par elles-mêmes;
- parle aux autres des capacités des personnes handicapées mentales;
- soutient les groupes d'auto-représentants au niveau local et national;
- travaille pour une information et des sites internet plus accessibles.

Pour plus d'information sur l'auto-représentation et sur la Plate-forme, vous pouvez visiter le site [www.inclusion-europe.org/self-advocacy](http://www.inclusion-europe.org/self-advocacy) ou écrire au responsable de l'auto-représentation à Inclusion Europe: [self-advocacy@inclusion-europe.org](mailto:self-advocacy@inclusion-europe.org).

## Les personnes handicapées mentales peuvent décider par elles-mêmes

Comment les familles et les professionnels peuvent promouvoir l'auto-représentation



FR

Avec le soutien de la Commission européenne



Inclusion Europe



EPSA

## COMMENT SOUTENIR LES PERSONNES HANDICAPÉES MENTALES DANS LEURS PRISES DE DÉCISIONS?

« L'auto-représentation est le processus qui permet aux personnes handicapées de se développer via l'acquisition d'aptitudes appropriées et avec le soutien d'aides adéquates. L'auto-représentation renforce les personnes handicapées dans leurs capacités à se représenter elles-mêmes, à faire des choix et à contrôler leur propre vie. »

(Comité européen et international  
des personnes handicapées)

Pour aider les personnes handicapées mentales à devenir des auto-représentants, vous devriez:

### 1. Leur demander leur avis

Une personne handicapée mentale peut avoir une opinion différente de ce que vous supposez. Souvent, les gens ont leurs idées sur ce qu'ils pensent être le mieux pour une personne... idées que cette personne ne partage pas! Vous devriez donc toujours et d'abord demander aux personnes ce qu'elles souhaitent.

### 2. Apprendre à écouter les personnes handicapées mentales

Au cours de leur vie, beaucoup de personnes handicapées mentales ont appris que leur opinion ne comptait pas. Elles sont donc souvent très prudentes lorsqu'il s'agit de s'exprimer. Elles peuvent aussi ne pas avoir d'idée précise de ce qu'elles veulent ou avoir des difficultés à l'exprimer. Apprendre à écouter avec attention ce qui est dit et la manière dont cela est dit est donc quelque chose de crucial pour les familles et les professionnels qui veulent soutenir l'auto-représentation.

### 3. Fournir de l'information appropriée et des opportunités d'expression

Souvent, les personnes handicapées mentales n'ont pas toutes les informations nécessaires à une prise de décision réelle. Elles peuvent avoir des difficultés à lire ou besoin d'explications claires et personnelles de concepts difficiles. L'apport d'information sous une forme appropriée et compréhensible est souvent un des plus grands enjeux de l'auto-représentation.

### 4. Eviter la surprotection

Il est compréhensible et naturel de vouloir protéger l'autre du mal et des conséquences négatives d'une mauvaise décision. Mais d'un autre côté, on n'apprend rien si on ne peut pas faire d'erreur et en subir les conséquences. Pour les familles et les professionnels, il est important de traiter les personnes handicapées mentales avec respect, sans les surprotéger, et sans non plus les exposer à des conséquences graves qu'elles ne sauraient anticiper.



### 5. Fournir la formation nécessaire

Pouvoir s'affirmer demande du temps et du soutien. Une formation peut être nécessaire pour acquérir cette aptitude. Des formations dans différents domaines et dans un schéma intégré sont cruciales pour le développement d'une personne tout au long de sa vie.

### 6. Aider au développement de l'estime de soi

Une personne handicapée mentale fait souvent l'expérience de nombreuses années de manque de respect. En conséquence, son estime de soi peut être faible. Toute activité visant à renforcer cette estime de soi en tant que membre égal dans la société est donc importante.

### 7. Assurer des contacts avec des modèles positifs

Des pairs handicapés mentaux ayant déjà développé leur indépendance et leurs capacités à décider sont les meilleurs modèles pour les personnes handicapées mentales. Il est important de faciliter le contact avec de telles personnes.



### 8. Soutenir les groupes d'auto-représentants

Les groupes d'auto-représentants ont un rôle important à jouer en tant que lieu où les personnes handicapées mentales peuvent échanger leurs expériences et leurs opinions sur des sujets qui les concernent. Les familles et professionnels devraient soutenir la création et le travail de ces groupes, mais être également très attentifs à ne pas influencer le contenu de leur travail. Les groupes d'auto-représentants sont probablement le moyen le plus efficace pour permettre aux personnes handicapées mentales d'influencer les politiques. Ils devraient exister dans chaque service et à chaque niveau local, régional et national.

« Nous pouvons parler pour nous-mêmes. »

« Je sais ce que je veux. Alors pourquoi les gens ne m'écoutent-ils pas ? »

Les membres de la Plate-forme européenne  
des auto-représentants

