



# Participation à la prise de décision : un guide pour l'inclusion

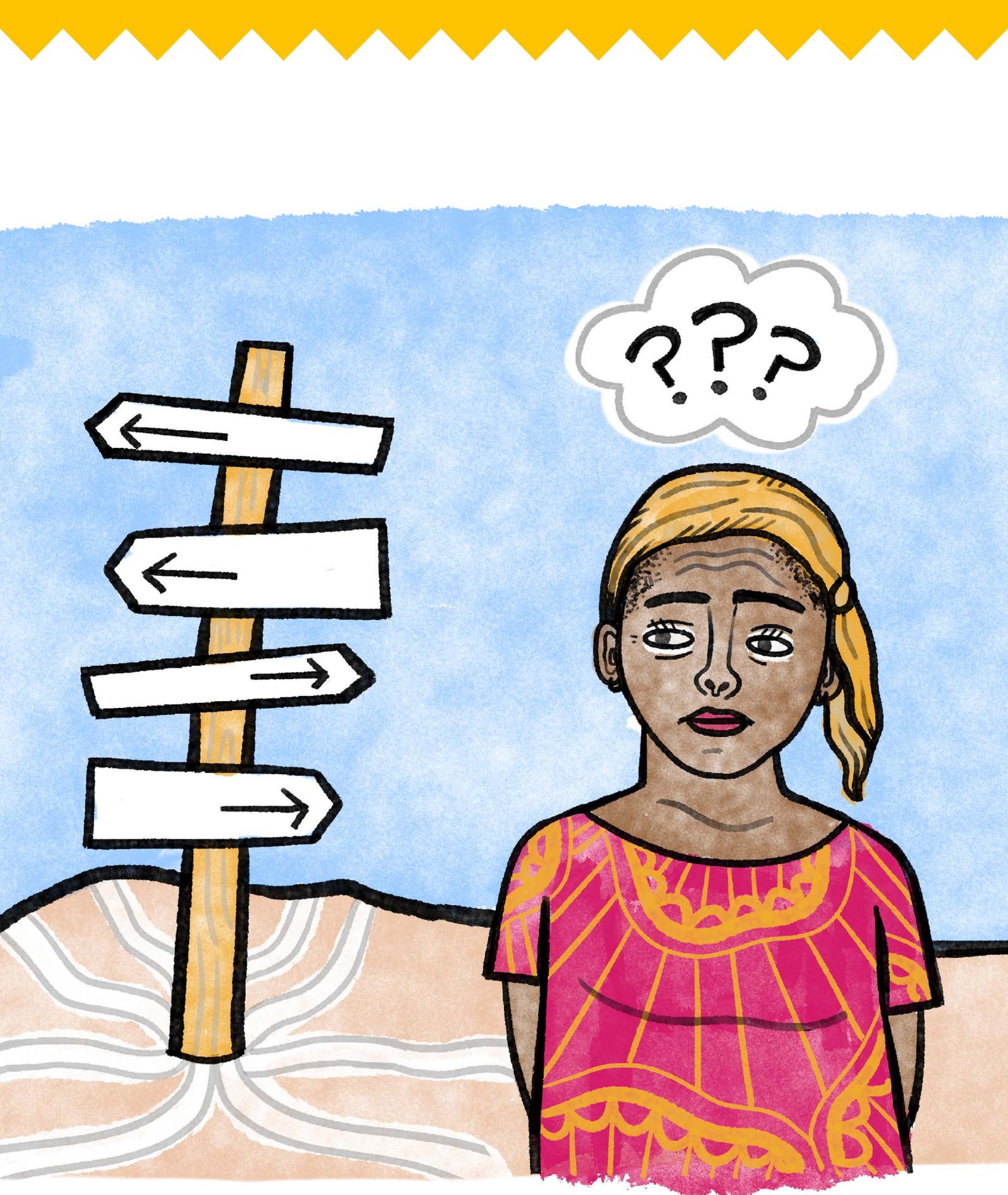


**Irish Aid**  
An Roinn Gnóthaí Eachtracha  
Department of Foreign Affairs

**Inclusion**  
international



 **Sightsavers**



# Faire des choix

Comme tout le monde, j'ai des droits. Tout le monde a le droit de faire ses propres choix. C'est important parce que vous savez ce qui est le mieux pour vous et cela vous permet d'avoir le contrôle sur votre vie.

**Par exemple, les gens font des choix concernant :**

- Quand dormir
- Ce qu'ils portent
- Leur lieu de résidence
- Leur école
- Ce qu'ils ont envie de manger
- Ce qu'ils peuvent faire comme activité
- Qui sont leurs amis

Parfois, vous avez différentes options et faire des choix peut être difficile.

Parfois, on peut vous demander de faire un choix.



## À quoi ressemble l'aide pour faire des choix ?

Si vous n'avez jamais eu la possibilité de prendre beaucoup de décisions auparavant, cela peut être difficile. Il peut falloir du temps et de l'aide pour vous aider à réfléchir à ce que vous voulez. La « prise de décision assistée » est quand une personne vous aide à réfléchir à toutes vos possibilités. Cette personne est appelée « personne de soutien ».

Il peut s'agir d'un membre de votre famille, d'un ami ou d'une personne dont le rôle est de vous aider.

Il peut s'agir d'une seule personne ou d'un groupe de personnes.

## **Il doit s'agir d'une personne :**

- En qui vous avez confiance,
- Qui peut vous soutenir calmement sans se mettre en colère
- Qui connaît vos droits et les respecte,
- Qui est aimable et patiente
- Qui vous écoute et qui vous connaît bien
- Qui est disponible quand vous avez besoin d'elle

## **Cette personne peut vous aider à :**

- Comprendre les choix qui s'offrent à vous
- Prendre votre propre décision
- Réfléchir à ce que vous aimez et à ce que vous n'aimez pas
- Réfléchir à ce qui pourrait arriver si vous preniez une décision
- Communiquer votre décision aux autres

Cette personne vous aidera à réfléchir à vos options, mais c'est toujours vous qui faites le choix final.

Votre personne de soutien peut ne pas être d'accord avec ce que vous choisissez, mais c'est votre décision.

Il se peut que vous fassiez parfois le mauvais choix – ce n'est pas grave ! Tout le monde fait parfois le mauvais choix. Cela nous aide à apprendre ce que nous devrions faire différemment la prochaine fois.

Vous avez le droit de choisir qui vous soutient pour prendre des décisions.

Si vous pensez que la personne qui vous soutient ne vous aide pas, vous pouvez choisir quelqu'un d'autre à sa place pour vous soutenir. C'est votre choix !



## Que se passe-t-il si on ne respecte pas mes décisions ?

Il se peut que vous fassiez parfois un choix, mais que quelqu'un d'autre ne soit pas d'accord avec ce que vous avez décidé. Par exemple, si votre médecin veut que vos parents prennent des décisions concernant votre santé à votre place. Parfois, d'autres personnes prennent des décisions à la place des personnes ayant une déficience intellectuelle.

Lorsqu'une personne se sent exclue parce que ses décisions ne sont pas respectées, cela peut l'affecter de différentes manières tels que :

- La perte d'estime de soi
- Le manque d'épanouissement
- Des poussées de colère et d'agressivité
- Un sentiment de rejet social.

Si cela vous arrive, vous pouvez :

**1. Parlez à votre famille - assurez-vous qu'elle sait que vous avez le droit de faire vos propres choix.**

Même si la loi dit que quelqu'un de votre famille peut faire des choix à votre place, il (ou elle) doit quand même vous demander ce que vous voulez. Vous devez participer aux choix concernant votre vie.

Demandez à votre famille de vous soutenir dans vos choix et de respecter les choses que vous aimez.

**2. Essayez de changer la loi - lorsque les lois ne sont pas justes, et nous empêche de faire nos propres choix, nous pouvons essayer de les changer.**

Vous pouvez demander de l'aide à une organisation de personnes handicapées pour le faire.

Vous pouvez vous rassembler avec d'autres personnes ayant une déficience intellectuelle pour demander au gouvernement de changer quelque chose.

D'autres personnes peuvent prendre des décisions à la place des personnes ayant une déficience intellectuelle parce qu'elles pensent que ces personnes ne peuvent pas prendre de bonnes et justes décisions elles-mêmes.

Elles pensent qu'elles savent mieux que vous ou qu'elles vous protègent.

Elles peuvent penser que vous n'êtes pas capables.

Certaines personnes peuvent vous forcer à prendre une décision avec laquelle vous n'êtes pas d'accord ou avec laquelle vous n'êtes pas à l'aise.

Si cela vous arrive, vous devez demander de l'aide à une personne en qui vous avez confiance et qui connaît vos droits.

Il peut s'agir d'un membre de votre famille, d'un ami, d'une association de défense des droits des personnes handicapées ou encore d'un policier.



**Irish Aid**

An Roinn Gnóthaí Eachtracha  
Department of Foreign Affairs

**Inclusion**  
international



**Sightsavers**