

# **Echelle d'auto-détermination**

D.Baker, G. Sappington, B. Ard, R. Kelsch, R. Klumberg (1999)

Adaptation de la mise en forme par Annick Depratere (SAPHA, 2008)

L'échelle d'autodétermination est un questionnaire qui indexe le degré d'autodétermination des expériences d'un individu.

Le questionnaire doit être administré par un intervieweur compétent. Si le répondant est incapable de s'exprimer lui-même, l'interviewer administre le questionnaire à 2 ou plus informateurs qui connaissent bien la personne.

L'échelle d'auto-détermination inclus :

1. 21 items du questionnaire qui sont proposés aux participants pour décrire qui prend les décisions dans leur vie dans une variété de domaines, et pour identifier lesquels des 21 items de prise de décisions sont les plus importants pour le répondant.
2. Une section est présente pour 5 domaines additionnels de prise de décisions qui sont importants pour le répondant.
3. Un ensemble d'inventaire pour résumer et calculer l'index.

Date :

Nom du répondant :

Date de naissance :

Interviewer :

Statut :

Célibataire vivant seul  Célibataire vivant avec un ou des colocataire(s)  Couple

## **Consignes pour la passation**

### **Niveau de décision :**

1. Je décide (entre plusieurs options)
2. Je décide mais avec l'aide d'autres personnes (famille, professionnels...)
3. D'autres personnes décident mais je peux refuser, discuter
4. D'autres personnes décident pour moi
5. Sans réponse

### **Niveau de satisfaction :**

TS : Très satisfait

S : Satisfait

PS : Pas satisfaisant

TI : Très insatisfaisant

SR : Sans réponse

### **Niveau d'importance (ce domaine est-il important pour vous ?) :**

TI : Très important

I : Important

PI : Pas important

Question	Décision					Satisfaction				Importance			
	1	2	3	4	5	TS	S	PS	TI	SR	TI	I	PI
<b>Où vous vivez et avec qui ?</b>													
1. Quand vous avez emménagé, aviez-vous décidé de vivre ici ?													
2. Si vous vivez avec une personne, qui a choisi avec qui vous vivez ? Si vous vivez seul, qui a décidé que vous alliez vivre par vous-même ?													
3. Qui décide de la décoration et l'ameublement de votre maison, logement ?													
<b>Votre travail</b>													
4. Si vous travaillez, qui a décidé le travail que vous faites ? Si vous ne travaillez pas, qui décide de ce que vous faites durant la journée ?													
<b>Vos soins de santé</b>													
5. Qui a choisi votre médecin et votre dentiste ?													
6. La dernière fois que votre médecin vous a recommandé quelque chose, qui a décidé si vous deviez faire ce qu'il avait recommandé ?													
<b>Votre projet personnalisé</b>													
7. Lors de la dernière réunion qui vous concernait, qui a décidé du contenu de votre projet (activités, apprentissages...) ?													
<b>Les professionnels autour de vous</b>													
8. Si vous avez des professionnels autour de vous (services, aides familiaux...), qui les a choisi ?													
9. Si vous payez des professionnels de soutien, qui a décidé de ce qu'ils font pour vous aider ?													
<b>Votre agenda</b>													
10. Qui décide de votre horaire (à quelle heure vous vous levez, à quelle heure vous mangez, ce que vous faites de votre journée...) ?													
11. Qui décide de ce que vous faites durant la journée ?													
12. Qui décide quand vous avez à changer les activités que vous faites (arrêter une activité que vous avez, changer ce que vous faites pendant les WE...) ?													

<b>Votre apparence</b>													
13. Qui décide de votre apparence (de vous couper les cheveux, le genre de vêtements que vous portez, si vous portez un bijou...)?													
<b>Vos achats</b>													
14. Qui décide ce que vous achetez pour vous-même (les vêtements, CD, activités créatives...)?													
<b>Votre régime alimentaire</b>													
15. Qui décide de ce que vous mangez pour vos repas?													
16. Qui décide de ce que vous avez comme repas légers (snacks, collations...)?													
<b>Vos temps libres</b>													
17. Qui décide quand et où vous vous détendez (aller voir un film, aller au resto...)?													
18. Pensez à vos dernières vacances ou à votre dernier WE à l'extérieur. Qui a décidé où vous alliez, avec qui et ce que vous aviez fait?													
<b>Votre argent</b>													
19. Qui décide combien d'argent vous pouvez dépenser et ce que vous faites de votre argent?													
<b>Vos amis</b>													
20. Qui décide avec qui vous passez votre temps libre, et qui sont vos amis?													
21. Qui décide quand vous voyez les membres de votre famille et ce que vous faites avec eux?													

Existe-t-il des domaines de votre vie qui sont importants pour vous et qui ne sont pas inclus dans les questions posées ?

Si oui, faites la liste ci-dessous et décrivez-les avec les échelles de décision et de satisfaction.

Question	Décision					Satisfaction				Importance			
	1	2	3	4	5	TS	S	PS	TI	SR	TI	I	PI
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													

Etes-vous ?

- Très heureux
- Heureux
- Pas heureux
- Pas heureux du tout