

# Passer du rêve à la planification de l'avenir - avec ses imprévus

Il peut s'agir d'une transition entre l'école et la formation professionnelle. Ou d'une entrée dans le monde du travail. Ou encore de quitter le logement parental. La planification personnelle de l'avenir (PPA) soutient les individus dans les situations de transition ou de changement. Leurs forces, leurs besoins et leurs rêves sont au centre de la démarche. Rencontre avec Damian Bright, qui a fait une PPA.

Texte: Susanne Schanda – Photos: Vera Markus

Derrière son pupitre, Damian Bright promène son regard sur la classe: comment se comportent les élèves, que dit l'instituteur, quels sont l'atmosphère et le niveau sonore, où y a-t-il de l'agitation, comment se comporte l'instituteur? Cet homme de 27 ans est en stage pour sa formation de futur assistant scolaire. Après la leçon, il partage ses observations avec son maître d'apprentissage Nicolas de Kinkelin et dit comment il voit son rôle: «Je pourrais apporter une aide individuelle à des enfants de la classe; je pourrais aussi corriger des devoirs ou des tests si je reçois les feuilles de corrections; lors des exercices de théâtre, je peux apporter mon expérience de comédien». Damian Bright, qui a le syndrome de Down, a déjà pas mal d'expérience. Après six ans d'école ordinaire, il a suivi une école spécialisée en pédagogie spécialisée, puis une formation de comédien destinée aux personnes avec un handicap mental, au Théâtre Hora. Il a joué dix ans dans la troupe. «J'ai joué Mephisto dans 'Faust' de Goethe, et Quasimodo, et j'ai souvent été en tournée.» Puis il a quitté la vie théâtrale.

## «Une vision pour ma vie»

Il habitait encore chez sa mère à Weesen (SG) mais cherchait une possibilité d'habiter dans son propre appartement de façon autonome: «Je savais que mes parents ne pourraient pas toujours s'occuper de moi, et je voulais devenir indépendant.» Sa mère lui a parlé de la planification personnelle de l'avenir. Il s'est décidé à définir sa vision d'une vie autonome et à chercher les possibilités de la concrétiser avec l'aide d'une animatrice et d'un cercle de soutien.

Son cercle comporte ses parents, un ami, et deux collègues de son père. «J'ai développé une vision pour ma vie. Nous avons aussi parlé de voyages que j'aimerais bien faire, par exemple en Malaisie, mais l'affaire la plus urgente était clairement ma situation de logement. Je voulais habiter dans mon propre appartement à Zurich.» Il s'agissait d'analyser ses idées et possibilités de s'organiser dans son propre foyer: la lessive, les commissions, cuisiner, cultiver des plantes sur le balcon. Aujourd'hui,



En tant que stagiaire de la formation d'assistant scolaire, Damian Bright fait un stage dans une école et il observe attentivement ce qui se passe dans la classe.



il habite seul et tient son ménage de façon autonome - mais toujours à Weesen et non à Zurich. «Ce souhait n'est pas encore réalisé, je n'ai pas trouvé d'appartement à Zurich jusqu'à présent.» Mais la PPA lui a permis d'avancer: «J'ai appris à mieux exprimer mes besoins, je vois plus souvent des copains, et j'écris maintenant un livre sur ma vie. J'ai trouvé du courage et j'essaie toujours de nouvelles choses».

### Succès

La curiosité de Damian et sa sensibilité dans ses relations avec autrui sont des avantages pour devenir assistant. C'est par une ancienne enseignante qu'il a entendu parler du programme d'études inclusif «écol-siv» de l'Institut Unterstrass de la Haute école pédagogique de Zurich. Ce projet offre aux personnes qui ont un trouble cognitif une formation pédagogique, et ainsi l'accès à des activités professionnelles dans le cadre scolaire. Le cursus dure trois ans et comprend plusieurs stages. Unterstrass s'engage pour la diversité, explique le chef de l'institut Matthias Gubler: «Beaucoup de personnes ayant un trouble cognitif ont clairement des aptitudes pour les interactions avec les enfants. Elles devraient pouvoir les utiliser professionnellement». C'est aussi utile pour les écoles: «Elles obtiennent un soutien d'assistants scolaires



Damian Bright partage ses observations avec l'instituteur.

qui sont aussi des experts du handicap et de l'inclusion». Le projet est financé par des dons et des fondations. Conclusion de Damian Bright au terme du stage de trois semaines: «Je me sens bien ici, et je me verrais bien travailler dans cette école». Avec son caractère attentif, vif et expressif, il trouve bon accueil aussi bien auprès des enseignants que des élèves. Ici aussi, ses compétences théâtrales lui sont utiles. Et un jour, qui sait, il trouvera l'appartement de ses rêves à Zurich. ●

### Tobias Zahn, coach et animateur de PPA

«La planification personnelle de l'avenir est un processus ouvert, avec l'objectif de trouver pour une personne une façon de vivre qui lui convient. L'animateur ou l'animatrice a pour tâche de poser de bonnes questions et d'aider la personne à bien exploiter ses talents. On doit souvent chercher, échafauder, expérimenter. Pour être animateur, il faut de la curiosité et une disposition à aller au-delà de ce qu'on pensait savoir jusqu'à présent. Lors de la formation, un modérateur doit faire une PPA pour sa propre vie. Le cercle de soutien doit être aussi bigarré et diversifié que possible, afin que la réflexion puisse sortir des sentiers battus. En plus de la famille et des amis, il y a aussi des gens qui connaissent la personne dans d'autres situations de vie - par exemple la vendeuse chez laquelle la personne va acheter son pain tous les jours. Pour les personnes qui ont un handicap mental, il faut une bonne traduction. Il faut pouvoir mettre des mots sur les expressions du visage et le langage corporel, et comprendre la communication simplifiée. En tant qu'animateur, j'ai le droit de dire tout ce qui me vient à l'esprit. Si quelqu'un se tait dans le cercle de soutien, j'évoque ce silence et j'essaie de l'en faire sortir. Il s'agit de percevoir les réactions les plus diverses, et d'en parler. A la fin, nous faisons un plan d'action, nous décidons qui fait quoi et jusqu'à quand. Afin que quelque chose se mette en route dès le jour suivant. »

Association pour l'inclusion et la planification de l'avenir  
[www.winklusion.ch](http://www.winklusion.ch)

### Thomas Z'Rotz, ambassadeur et animateur de PPA

«Les principes de la PPA m'ont tout de suite parlé: responsabilisation, émancipation, pensée orientée vers les ressources, et travail centré sur la personne. J'ai moi-même un handicap physique et je suis souvent en contact avec des personnes qui ont un handicap. Mon expérience d'accompagnement d'un ami avec handicap mental me sera utile pour mes animations. Une planification de l'avenir, qui tend vers plus d'auto-détermination et d'inclusion, suppose souvent un détachement, le fait de couper le cordon, et ce sont des sujets délicats. Les changements peuvent provoquer des peurs. Quand des émotions et des blessures apparaissent, des conflits peuvent éclater. Les parents sont des partenaires importants, mais ils peuvent aussi bloquer. Ils s'accrochent à leurs enfants et craignent que la structure de la famille se disloque par le changement. Comme animateur, on se trouve entre la personne principale et le cercle de soutien. Notre tâche la plus importante est le soutien et le renforcement de la personne principale. Si les parents remarquent quelles ressources la PPA libère pour leur enfant, de nouvelles perspectives se révèlent pour eux aussi, et la relation entre la personne et ses parents peut évoluer positivement. »

Association pour l'inclusion et la planification de l'avenir  
[www.winklusion.ch](http://www.winklusion.ch)

### Planifier son avenir à l'aide de son réseau

«La planification personnelle de l'avenir améliore l'autodétermination des personnes en situation de handicap», dit Judith Adler, enseignante à l'Institut pour le handicap et la participation de la Haute école intercantonale de pédagogie curative à Zurich.

Interview: Susanne Schanda

### En quoi la planification personnelle de l'avenir (PPA) diffère d'un coaching?

La PPA est issue d'un mouvement en faveur de l'intégration et elle a toujours pour but la vie dans la communauté, l'inclusion. La principale différence par rapport au coaching, c'est que nous travaillons avec un réseau. La personne qui veut faire une planification invite des gens de son entourage qui peuvent la soutenir dans l'élaboration de son projet de vie ou dans la planification de son avenir.

### Qui peut faire une PPA?

En principe, toute personne qui souhaite changer quelque chose dans sa vie. Pour les personnes qui ont une déficience cognitive, la préparation est particulièrement importante. Il faut parfois plus de temps pour découvrir quels sont leurs besoins, ce qu'elles souhaitent changer dans leur vie, et quelles sont leurs forces. La préparation avec des modérateurs peut y contribuer.

### De quelles conditions préalables a besoin une personne qui a une déficience cognitive?

Aucune. Même les gens qui ont un grand besoin de soutien peuvent le faire. S'ils ne peuvent pas parler, nous cherchons d'autres moyens de communication. Ça se fait aussi par des représentations visuelles. Le cercle de soutien est alors particulièrement important pour savoir ce dont la personne a besoin pour vivre bien.

### Quand une PPA est-elle appropriée?

Surtout les transitions, comme l'entrée à l'école ou dans une formation professionnelle, ou la transition vers l'âge adulte ou



Judith Adler

vers la vieillesse. La PPA est aussi appropriée en situation de crise. Il est alors important que la personne veuille changer quelque chose dans sa vie. Il s'agit de se poser ces questions: Qu'est-ce qui est important pour moi? Comment peut-on bien me soutenir? Le but du processus est la participation, l'inclusion dans la société.

### Que font les modérateurs?

Ils sont importants pour la qualité de la planification. Lors de réunions de préparation, ils parlent avec la personne pour découvrir où elle en est, quels sont ses besoins, ce qu'elle veut changer dans sa vie. Ils cherchent de façon ciblée ses forces et ses souhaits. Les réunions de planification, dans lesquelles le cercle de soutien a un rôle important, sont modérées par deux personnes. Un modérateur s'assure que ce qui est souhaité par la personne soit pris en compte dans la planification. Il doit parfois ralentir le rythme, et redemander si les idées et propositions du cercle de soutien ont réellement aussi du sens pour la personne concernée. L'autre modérateur enregistre le processus et fait des visualisations. De ces rencontres résulte un plan d'action qui fixe concrètement quelles mesures prendre et qui dans le groupe coopère à quel niveau. Le modérateur doit être neutre.

### Qui peut devenir modérateur?

Tous ceux qui s'intéressent aux processus de changement peuvent suivre la formation, qui dure une année. Celle-ci est inclusive, les personnes avec un handicap peuvent la suivre.

### Qui fait partie du cercle de soutien et quel est son rôle?

Des membres de la famille, des professionnels, des amis et connaissances provenant de son environnement, des gens qui sont en

mesure de réfléchir sur une telle planification, de penser de façon transversale et d'apporter des idées. Idéalement, le cercle de soutien ne participe pas seulement aux séances de planification, mais aussi à la mise en œuvre des différentes mesures. Des membres de la famille sont là la plupart du temps, mais la personne peut aussi souhaiter un cercle sans parents. Elle décide qui en fait partie.

### Quels sont les constats de votre étude sur la PPA avec les personnes en situation de handicap?

Les sondages auprès des personnes avec un handicap montrent que leur qualité de vie s'est améliorée. Elles apprennent à exprimer leurs désirs et leurs intérêts, ce qu'elles vivent comme un renforcement qui agit au-delà de la séance de planification. Elles ont toutes découvert des pistes de développement, et elles voient des possibilités de changements supplémentaires. L'expérience de pouvoir faire quelque chose pour soi-même a un effet très encourageant. C'est bon pour la confiance en soi et ça a un impact positif sur l'avenir. ●

### Formation en Suisse romande

Après cinq éditions Outre-Sarine, une formation a lieu pour la première fois côté romand: elle a commencé début mars à Lausanne et s'achèvera en janvier 2020, comptant 13,5 jours de cours et 10 jours de travail personnel. Parmi la douzaine de participants: des parents qui souhaitent accompagner au mieux leur enfant dans la vie, des spécialistes qui veulent utiliser cette méthode dans un cadre professionnel, et enfin des personnes avec un handicap qui souhaitent utiliser cet outil pour eux-mêmes et le proposer à autrui. Des cycles de formation supplémentaires peuvent être organisés en cas d'intérêt exprimé auprès des organisateurs.

[www.vereinigung-cerebral.ch/fr](http://www.vereinigung-cerebral.ch/fr) > prestations > le concept ppa