

Référentiel pratique pour la participation des enfants, des ados et de leur entourage | Sept. 2025

Outils et méthodes pour favoriser l'implication dans les projets et les décisions





La participation,
ça se construit ensemble.
Découvrez comment !



Table des matières

Chapitre 1 : Introduction | p.4

- ✦ La participation en quelques mots
- ✦ Le travail des coaches participation

Chapitre 2 : Les repères théoriques | p.6

- ✦ Les échelles de participation
- ✦ Le modèle de Lundy
- ✦ Balises conseil de l'Europe sur la participation des enfants
- ✦ Comment la participation nourrit les besoins psychologiques de base des jeunes ? (l'autodétermination)

Chapitre 3 : Par où commencer ? | p.16

Chapitre 4 : ça change quoi ? | p.22

Chapitre 5 : Quelques idées de projets | p.24

Chapitre 6 : Bibliographie | p.26





Chapitre I

Introduction

Parce qu'on ne soigne pas à la place de, mais avec :

Reconnaître et soutenir la participation des jeunes et de leurs proches dans leur parcours de vie, c'est renforcer leur pouvoir d'agir, améliorer la qualité des prises en charge et construire une relation fondée sur le respect, la confiance et la co-responsabilité.

La participation en quelques mots

La participation, c'est impliquer activement les enfants, les jeunes et leur entourage dans les décisions qui les concernent.

C'est aussi les impliquer dans la conception, la mise en œuvre et l'évaluation des services qu'ils et elles fréquentent.

C'est encore faire entendre leur voix jusqu'au niveau politique, afin de guider les décisions de nos Ministres en fonction de la réalité du terrain. Cela peut aller de la consultation à une véritable co-construction, en passant toujours par la base : l'accès à une information claire et adaptée.

Le travail des coachs participation

- ◆ Veiller à ce que la voix des jeunes et de leur entourage soit entendue et prise en compte.
- ◆ Aider les professionnels à renforcer la participation des jeunes dans leur parcours de vie.
- ◆ Soutenir les initiatives où les jeunes et les professionnels co-construisent ensemble des projets pour l'amélioration du bien-être.
- ◆ Transmettre les témoignages et le point de vue des usagers aux politiques.



« C'est une très bonne chose
pour la cohésion entre l'équipe et les
jeunes. Ça permet l'implication des jeunes
dans leur vie de groupe à 100%. »
- Chef-éducateur

Chapitre 2

Repères théoriques

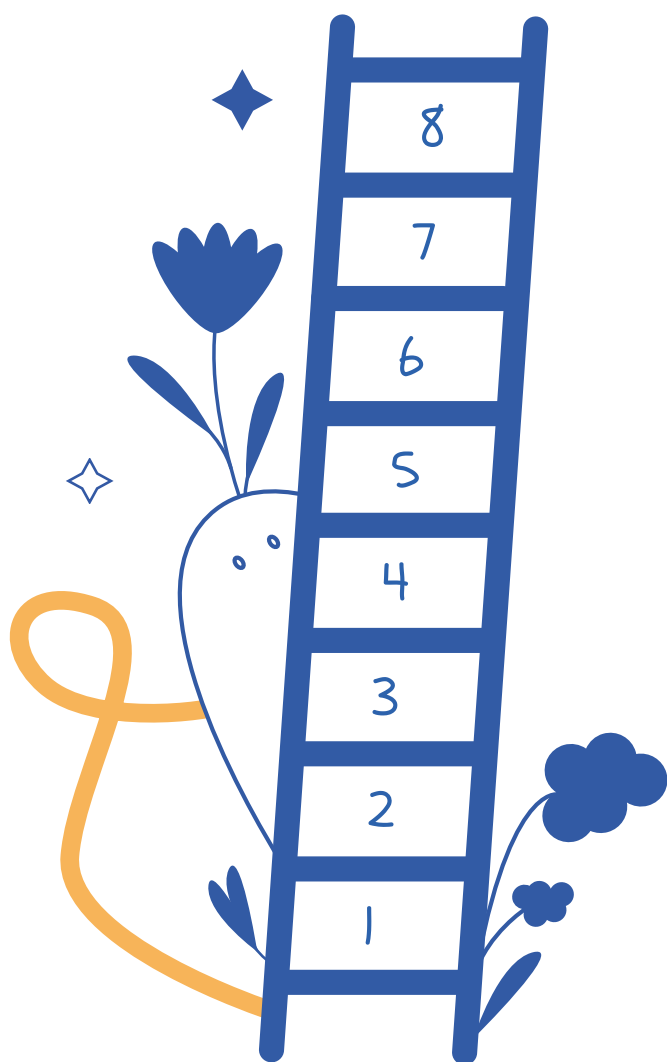
Les échelles de participation

Les échelles de participation illustrent les différentes façons d'impliquer les jeunes et leur entourage dans les décisions et les actions qui les concernent. Elles ne sont pas des étapes rigides, mais des repères concrets pour adapter la participation à la réalité du terrain.

La manière de faire participer dépend de nombreux facteurs : le public concerné, les moments de la vie du service, la charge de travail de l'équipe, mais aussi la demande et la disponibilité des jeunes et de leurs proches. Il n'existe pas de modèle unique, seulement des chemins possibles à co-construire, avec souplesse et lucidité.

L'échelle de Hart - 1992

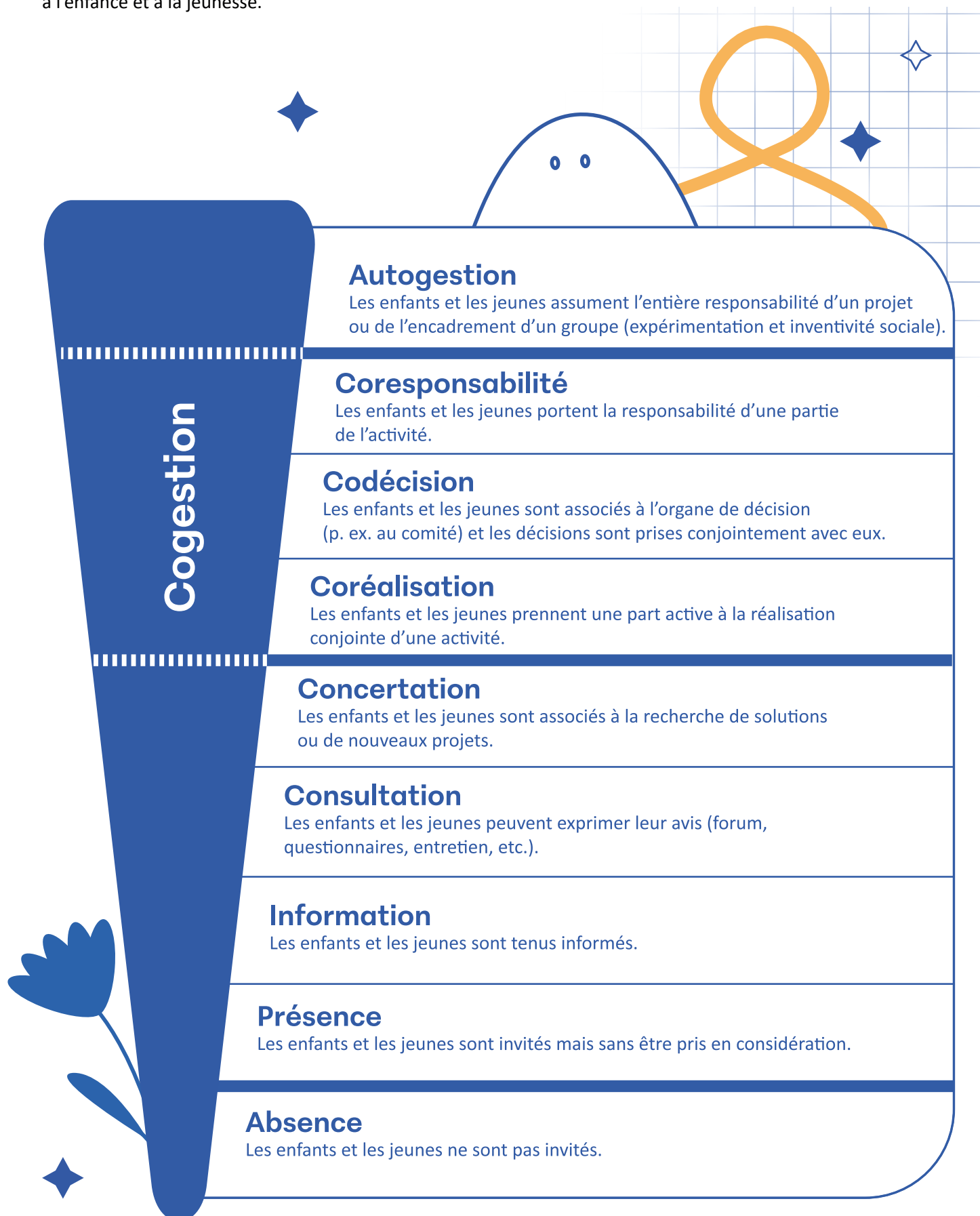
Huit niveaux de participation des enfants dans les projets. La métaphore de l'échelle a été tirée de *Essay on adult participation* par Sherry Arnstein en 1969.



- Degrés de participation
8. Projet initié par des enfants, décisions prises en accord avec les adultes.
 7. Projet initié et dirigé par des enfants.
 6. Projet initié par des adultes, décisions prises en consultation avec des enfants.
 5. Consultés et informés.
 4. Désignés mais informés.
 3. Politique de pure forme.
 2. Décoration.
 1. Manipulation.
- Non participation

L'échelle de Hart - 2011

Échelle de la participation élaborée par Roger Hart, revisitée en décembre 2011 par Frédéric Cerchia, délégué cantonal à l'enfance et à la jeunesse.



Les niveaux de participation de Periferia, 2014

Une démarche participative peut être mise en œuvre de différentes manières. On propose souvent cinq options, présentées ci-après, qui permettent de mieux situer à quel niveau on se positionne :

Information

On informe, explique et transmet des données sur une manière de faire, sur une décision prise ou à prendre, sur un projet, sur une situation.

Consultation

On recollecte des opinions, avis et attentes (souvent avant de prendre une décision), ce qui ne signifie pas qu'ils seront tous pris en compte.

Concertation

On mène une concertation pour chercher une solution/idée par rapport à un problème/situation en essayant de se mettre d'accord à plusieurs, sans nécessairement garantir d'intégrer tous les points de vue.

Coproduction

Différents acteurs sont autour de la table pour concevoir une manière d'agir. Il n'y a donc pas un seul acteur prédominant.

Cogestion

On met en place une démarche de cogestion qui associe les différents acteurs ou partenaires à chaque étape du processus (conception, décision, mise en œuvre, évaluation).

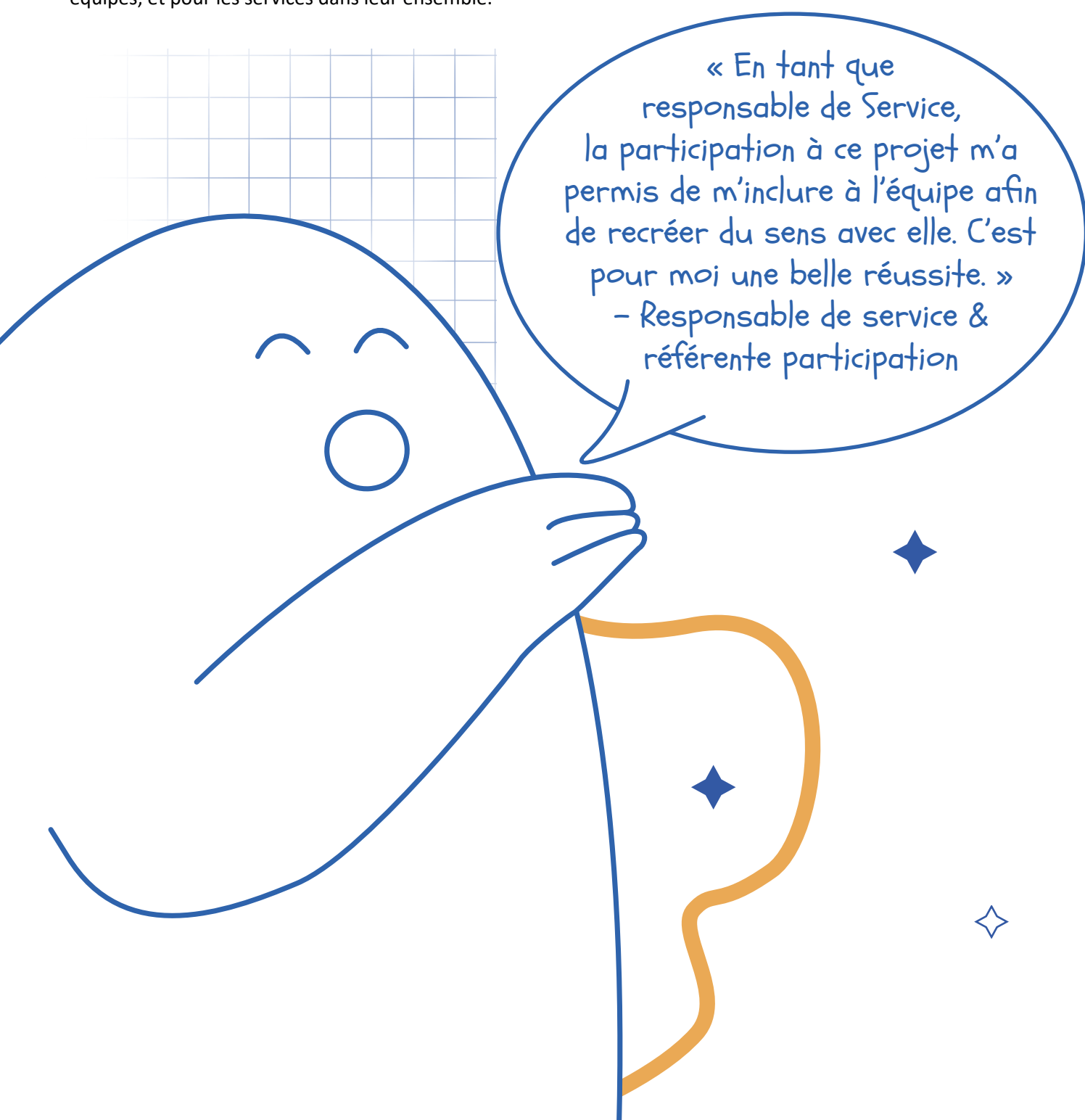
L'idéal

L'idéal, dans une dynamique participative, est de tendre progressivement vers des formes de cogestion ou de co-construction. Mais cela ne doit jamais devenir un impératif absolu : selon les personnes accompagnées, leurs besoins, leurs fragilités ou leurs envies, certaines formes de participation seront plus justes, plus pertinentes ou simplement plus réalistes que d'autres.

Ce qui compte, c'est de partir de ce qui est possible, ici et maintenant, avec les ressources disponibles. Mieux vaut mettre en œuvre une participation modeste mais concrète, qu'imaginer un idéal inatteignable. *Le mieux est l'ennemi du bien.*

Il est essentiel de respecter une progressivité dans les démarches. Chaque niveau de participation repose sur le précédent : par exemple, une consultation ne peut pas être menée sans une information claire, accessible et adaptée. Chaque échelon mérite d'être consolidé avant de passer au suivant.

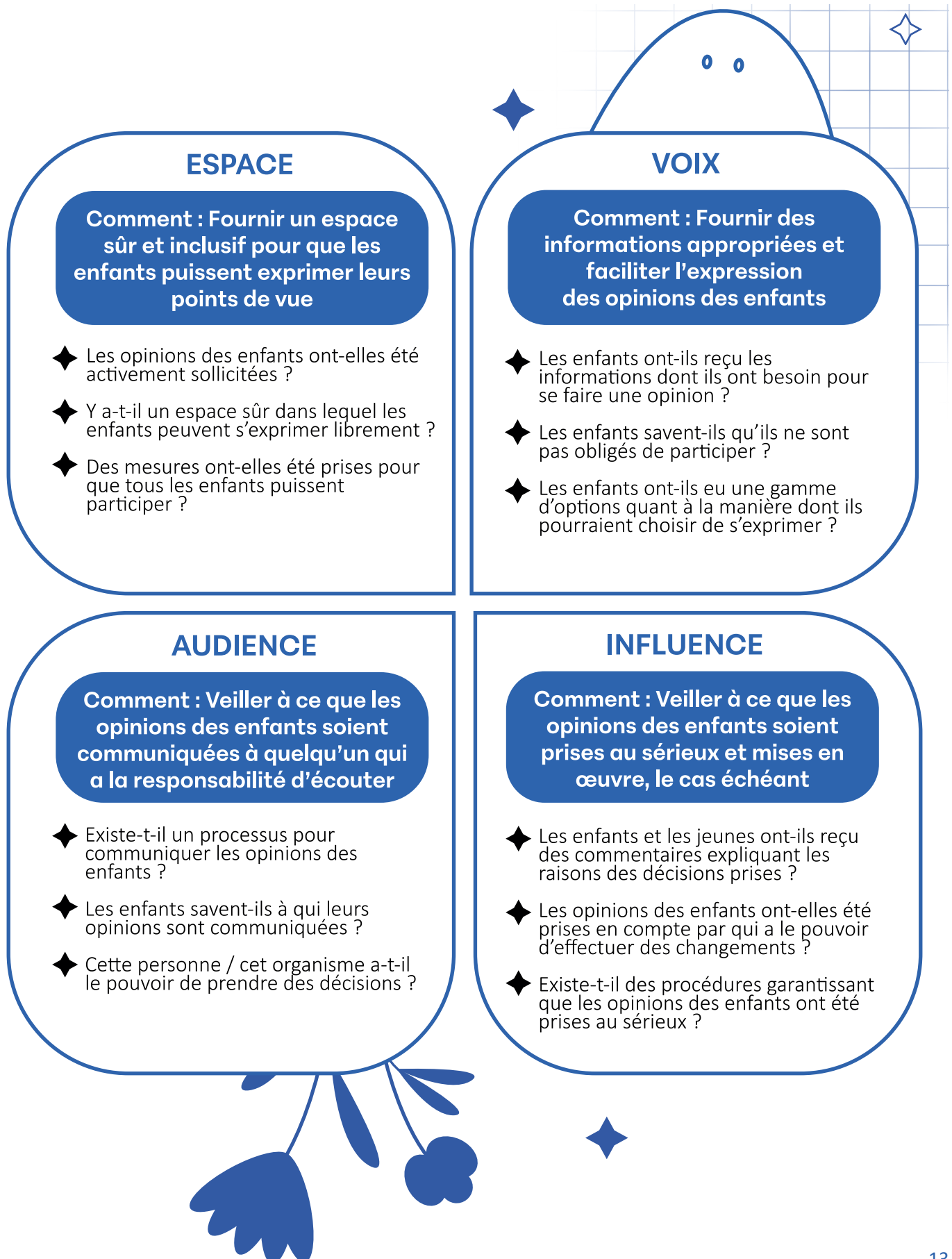
C'est ainsi que la participation peut réellement devenir un levier de transformation, à la fois pour les jeunes, pour les équipes, et pour les services dans leur ensemble.



« En tant que responsable de Service, la participation à ce projet m'a permis de m'inclure à l'équipe afin de recréer du sens avec elle. C'est pour moi une belle réussite. »
- Responsable de service & référente participation

Le modèle de Lundy - 2007

Le modèle de Lundy est un cadre conçu pour garantir une participation authentique des enfants et des jeunes dans les décisions qui les concernent. Il a été élaboré par la professeure Laura Lundy, spécialiste des droits de l'enfant à l'Université Queen's de Belfast. Ce modèle s'inscrit dans l'esprit de l'article 12 de la Convention des droits de l'enfant des Nations Unies, qui affirme le droit des enfants à exprimer leur opinion et à être pris au sérieux.



Les quatre dimensions du modèle

Espace (Space)

Les enfants doivent disposer d'un espace sûr et accessible pour s'exprimer. Cela suppose de créer un environnement où leur parole est la bienvenue, sans jugement, et où ils se sentent légitimes pour parler.

Voix (Voice)

Les enfants doivent être encouragés et soutenus pour exprimer librement leur point de vue, dans la forme qui leur convient (oral, écrit, artistique...). Cela demande de reconnaître leur capacité à penser et à ressentir, même si cela dérange les adultes.

Écoute (Audience)

Il faut qu'il y ait quelqu'un qui écoute réellement ce que les enfants ont à dire. Cela implique une posture d'écoute active, sans minimisation ni récupération de leur parole.

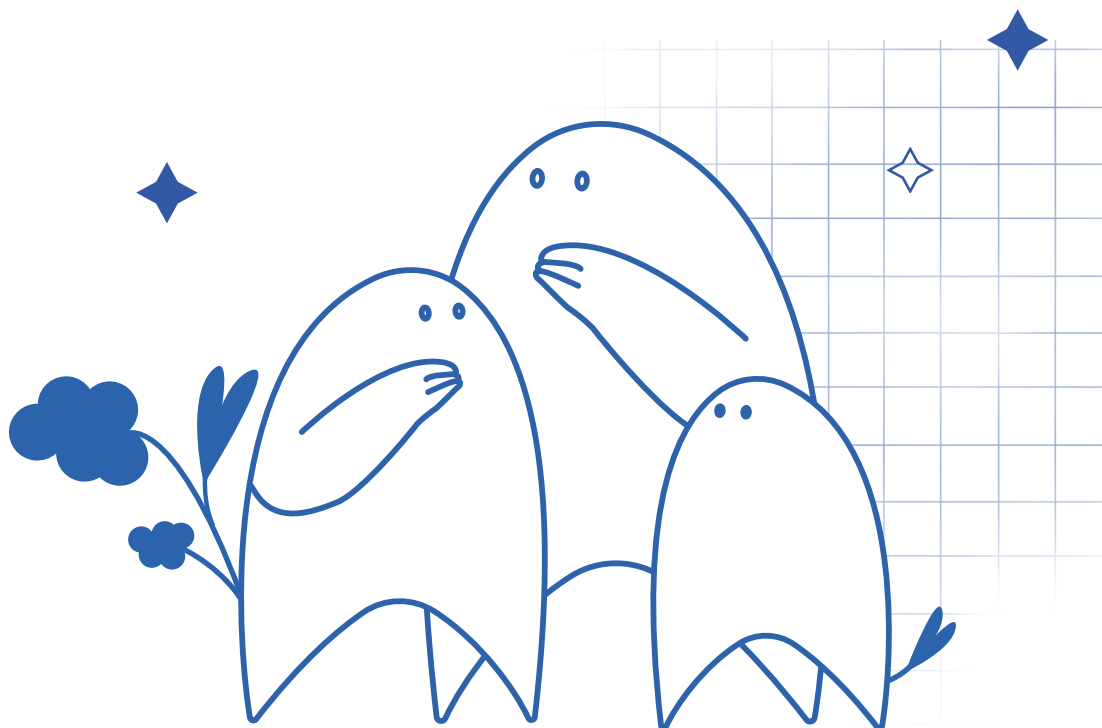
Influence (Influence)

La participation n'a de sens que si elle a un impact réel. Cela veut dire que la parole des enfants doit être prise en compte dans les décisions et que les adultes doivent rendre compte de ce qu'ils ont fait (ou non) avec ce qui a été exprimé.

Pourquoi ce modèle est important ?

Il structure la participation : il ne suffit pas de demander l'avis des jeunes, encore faut-il que ce soit dans des conditions qui garantissent leur dignité, leur sécurité et leur pouvoir d'action.

Le modèle de Lundy est utilisé dans de nombreux contextes : éducation, santé mentale, protection de l'enfance, politiques publiques.



Balises du Conseil de l'Europe sur la participation des enfants

La participation des enfants n'est pas simplement une bonne pratique, c'est un droit fondamental. Pour qu'elle soit réellement significative, elle doit être pensée avec soin, respect et cohérence. Le Conseil de l'Europe a défini neuf principes essentiels pour garantir une participation des enfants qui soit éthique, sécurisante et impactante.

Ces repères permettent de créer des espaces où les enfants peuvent s'exprimer librement, être écoutés avec sérieux, et influencer positivement les décisions qui les concernent.

Les 9 principes clés d'une participation de qualité

Transparente et instructive

Les enfants doivent recevoir des informations adaptées et comprendre leurs rôles, les objectifs, et leur influence possible.

Volontaire

Ils doivent pouvoir choisir de participer librement et se retirer à tout moment, sans pression.

Respectueuse

Ils sont traités avec respect, écoutés sincèrement, et leurs points de vue valorisés.

Pertinente

Les sujets abordés doivent faire sens pour eux et être liés à leur réalité quotidienne.

Adaptée aux enfants

Les méthodes doivent être conçues en fonction de leur âge, de leurs capacités et de leurs besoins.

Inclusive

Tous les enfants, y compris les plus vulnérables, doivent pouvoir participer dans un cadre exempt de discrimination.

Appuyée par la formation des adultes

Les professionnels doivent être formés et soutenus pour encadrer cette participation de manière éthique.

Sûre et consciente des risques

La sécurité et la protection des enfants doivent être garanties à chaque étape du processus.

Responsable

Les enfants doivent être informés de l'impact de leur participation, impliqués dans le suivi, et encouragés à donner leur avis sur le processus.

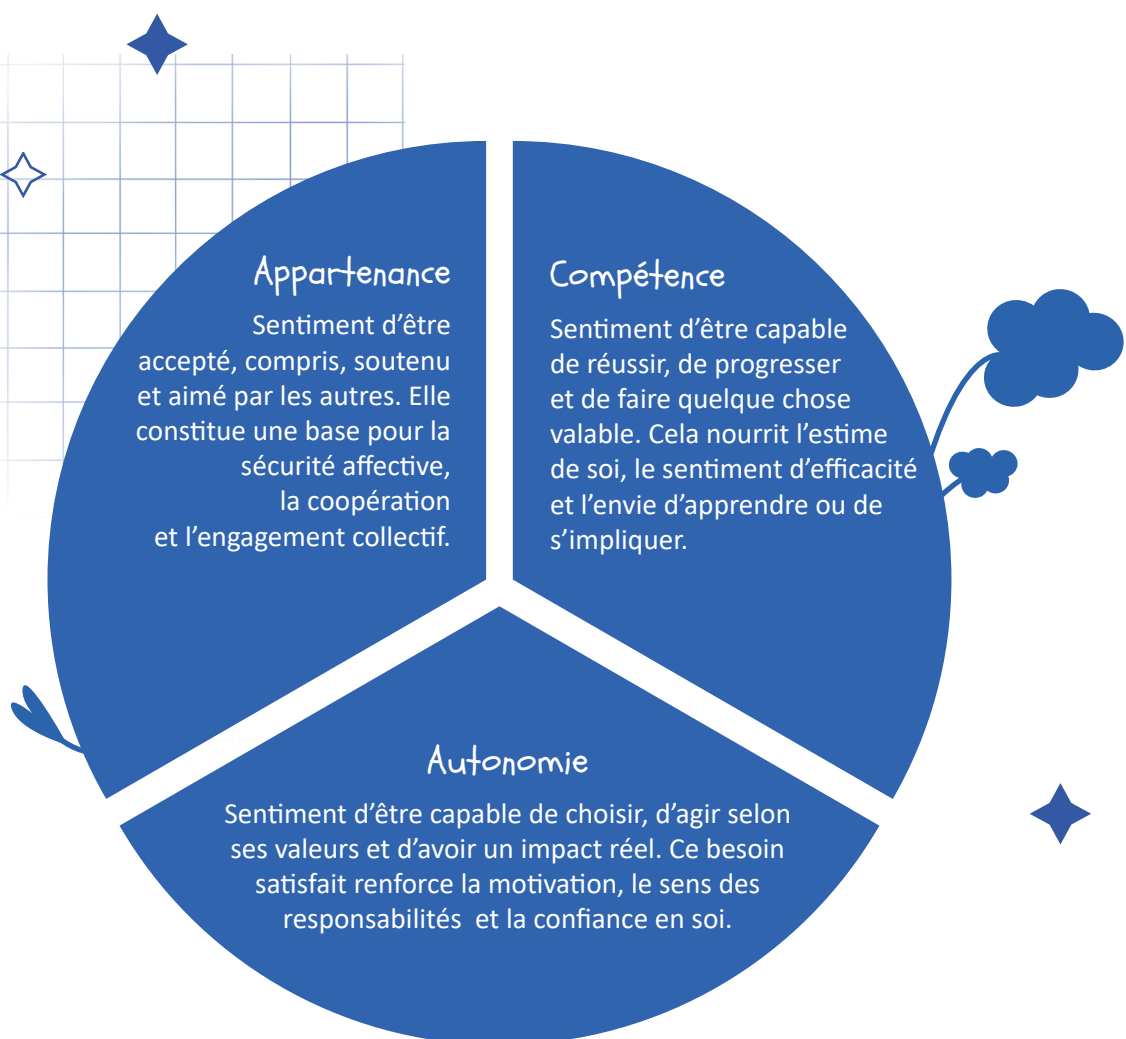
Comment la participation nourrit les besoins psychologiques de base des jeunes ?

Pour aborder cette question, nous nous appuyons sur la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 2000) qui repose sur un principe fondamental : pour se développer de manière saine et durable, tout être humain a besoin de satisfaire trois besoins psychologiques de base.

Ces besoins sont universels, présents dès l'enfance, et leur satisfaction conditionne le bien-être, la motivation intrinsèque et l'engagement actif dans la vie sociale, éducative ou institutionnelle.

Chez les enfants et les jeunes, la participation est un levier central pour nourrir ces besoins. Elle ne se limite pas à "donner son avis" : c'est un processus dans lequel le jeune devient acteur et co-créateur de son développement et des décisions qui le concernent.

Les trois besoins psychologiques fondamentaux



Les bénéfices d'une participation fondée sur la théorie

Pour les jeunes

- ◆ Développement du **pouvoir d'agir** (empowerment).
- ◆ **Estime de soi** renforcée, **motivation** accrue, plus grande **persévérance**.
- ◆ Meilleure capacité à **prendre des décisions** et à **faire entendre leur voix**.
- ◆ Renforcement des **liens sociaux**, de la sécurité émotionnelle et de **l'engagement**.

Pour la structure

- ◆ Plus de cohésion et de sens dans les projets éducatifs ou sociaux.
- ◆ Démarches plus inclusives, légitimes et durables.
- ◆ Capacité accrue d'innovation et d'adaptation grâce à l'implication des jeunes.
- ◆ Alignement avec les droits fondamentaux de l'enfant et les valeurs démocratiques.

Pour les professionnels

- ◆ **Relations** plus authentiques et égalitaires avec les jeunes.
- ◆ **Posture professionnelle** plus ancrée dans l'écoute, la coconstruction et le respect du rythme de chacun.
- ◆ Meilleure **compréhension des besoins** réels et réduction des tensions relationnelles.
- ◆ **Climat plus favorable** à l'apprentissage, au soin ou à l'accompagnement.

Une vigilance particulière selon le contexte

Les jeunes et proches que vous rencontrez au quotidien peuvent cumuler des vulnérabilités (sociales, affectives, éducatives) tout en détenant des compétences précieuses.

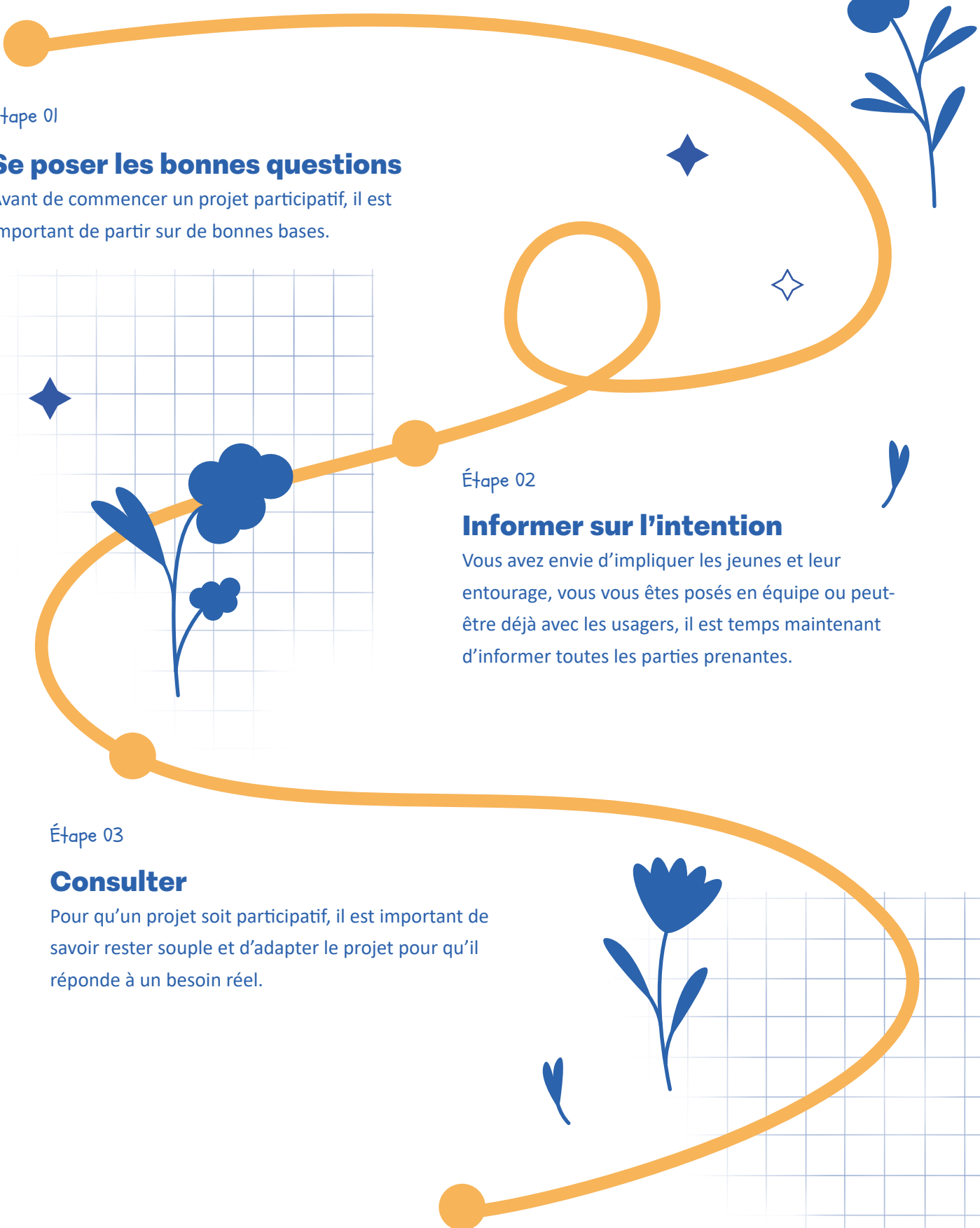
La participation, si elle est bien encadrée, permet de :

- ◆ valoriser leurs ressources personnelles et leur donner une place active,
- ◆ rompre l'isolement social ou symbolique,
- ◆ restaurer leur sentiment de valeur et de légitimité,
- ◆ co-construire un environnement où leurs idées et leur vécu comptent.

C'est un processus **progressif**, soutenu par des adultes et des professionnels qui assurent à la fois **protection, encouragement et confiance**.

Chapitre 3

Par où commencer ?



Étape 01

Se poser les bonnes questions

Avant de commencer un projet participatif, il est important de partir sur de bonnes bases.

Étape 02

Informez sur l'intention

Vous avez envie d'impliquer les jeunes et leur entourage, vous vous êtes posés en équipe ou peut-être déjà avec les usagers, il est temps maintenant d'informer toutes les parties prenantes.

Étape 03

Consulter

Pour qu'un projet soit participatif, il est important de savoir rester souple et d'adapter le projet pour qu'il réponde à un besoin réel.

Étape 04

Ajuster, décider et ... se lancer !

Définir les rôles, les responsabilités, l'impact, le pouvoir.

Étape 1 : Se poser les bonnes questions

Avant de commencer un projet participatif, il est important de partir sur de bonnes bases. Voici quelques questions à vous poser en amont de votre projet :

- ◆ Pourquoi a-t-on envie d'implémenter la participation ?
- ◆ À qui et à quoi cela va servir ?
- ◆ Quel est l'intérêt des jeunes, de leur entourage et des professionnels à participer ?
- ◆ Qu'est-ce que chacun y gagne ?
- ◆ Sur quel(s) sujet(s) porte(nt) la participation ?

L'idéal

Partir de la demande des jeunes et/ou de leur entourage.

Les outils

- ◆ [Les pourquoi de la participation \[1\]](#)
- ◆ [Questions balises pour penser la participation \[2\]](#)

Étape 2 : Informer sur l'intention

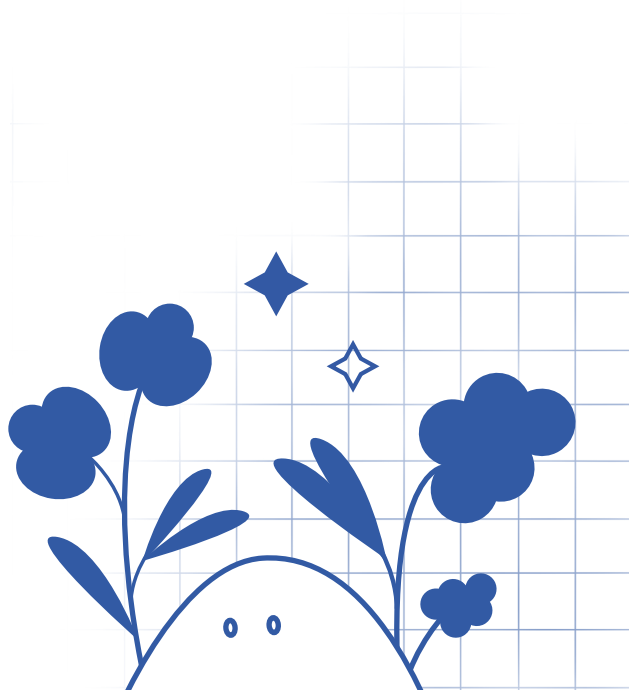
Vous avez envie d'impliquer les jeunes et leur entourage, vous vous êtes posés en équipe ou peut-être déjà avec les usagers, il est temps maintenant d'informer toutes les parties prenantes : les jeunes, les proches et l'équipe.

L'idéal

Demandez l'avis des jeunes et/ou de leur entourage dès cette première étape !

L'outil

- ◆ [Cadre de collaboration \[5\]](#)



Étape 3 : Consulter



Maintenant que vous avez votre intention, que vous avez informé tout le monde, c'est le moment de demander un avis. Pour qu'un projet soit participatif, il est important de savoir rester souple et d'adapter le projet pour qu'il réponde à un besoin réel. Vous pouvez donc consulter : les jeunes, les proches et l'équipe.

Que pensent-ils du projet ? Qu'ont-ils envie d'ajouter, de modifier, de proposer ? Quel va être le rôle de chacun ? Quel est le degré d'implication possible ? Est-ce pertinent ? ...

L'idéal

La consultation ne doit pas être symbolique, mais influencer réellement le projet, chacun doit sentir qu'il a un pouvoir d'agir.

L'outil

- ◆ Rédiger un questionnaire [3]
- ◆ La fresque d'émergence pour entrer en polyphonie [4]



Étape 4 : Ajuster, décider et ... se lancer !

- ◆ Définir les rôles, les responsabilités, l'impact, le pouvoir.
- ◆ Qui tranche à la fin ? (Etre clair là-dessus dès le début).

L'idéal

Faire preuve de transparence, même si les parties prenantes ont moins d'impact que prévu. Nous sommes toutes et tous soumis à des contraintes, le pouvoir décisionnel n'est pas toujours entre les mains des jeunes, de leurs proches, ni même de tous les professionnels et c'est normal. L'important est d'être clair sur ce sur quoi on agit, quelle place on peut prendre, quel rôle on peut jouer. Les jeunes n'ont pas besoin de fausses promesses, mais d'honnêteté.

Les outils

- ◆ Déterminer un objectif clair [6]
- ◆ Speedboat [7]
- ◆ à chacun son rôle [8]



Et si ça coince ?

Parler de ce qui coince, de ce qui fonctionne. La communication c'est la clef (se rappeler du cadre pour communiquer correctement).

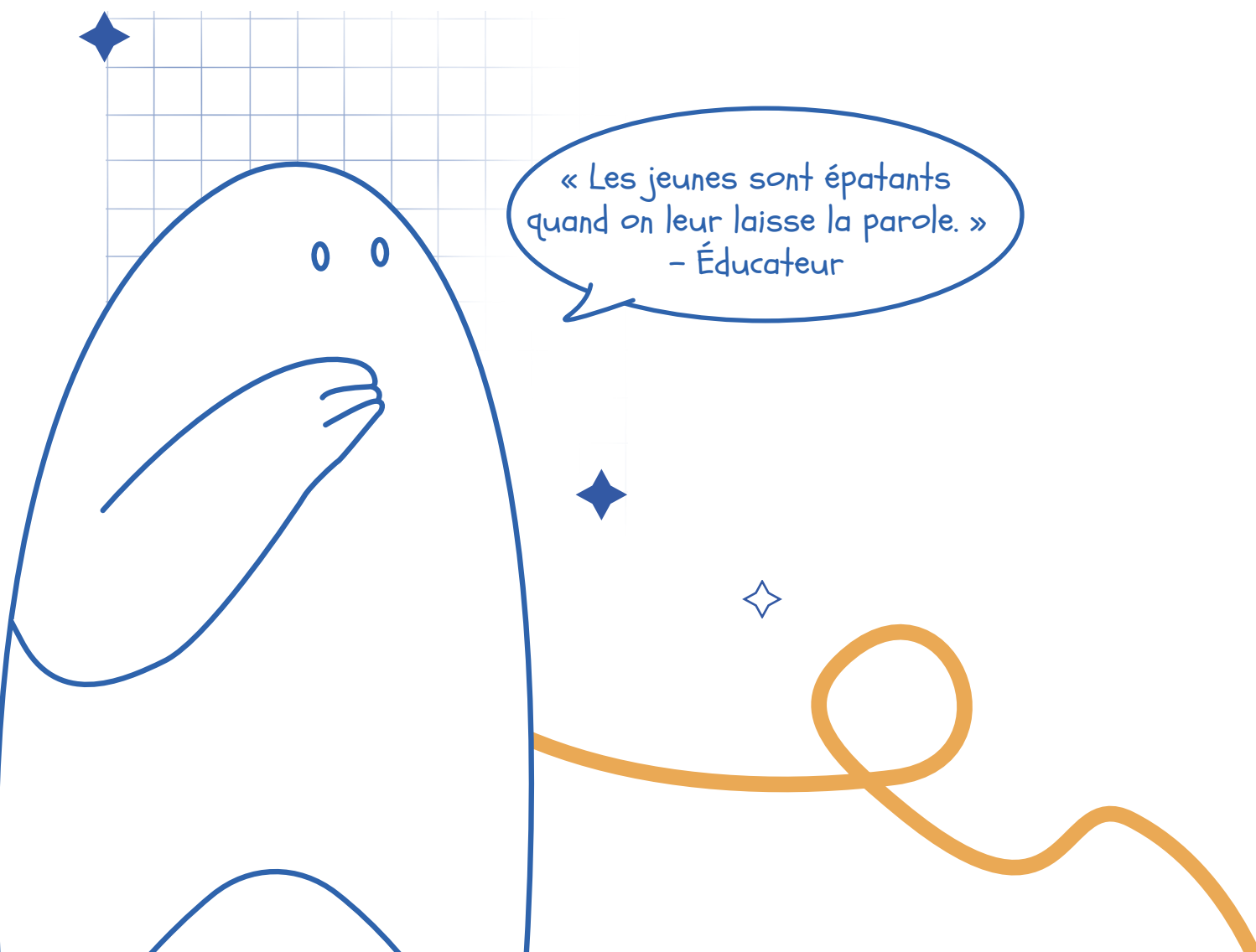
Se reconnecter à notre côté humain, jeunes, proches, professionnels, sur un pied d'égalité. Se rappeler qu'on est humain, que c'est un projet qui est évolutif, éviter de (se) mettre la pression, qu'explorer, reculer, rebondir, ajuster, ... est un processus normal.

L'idéal

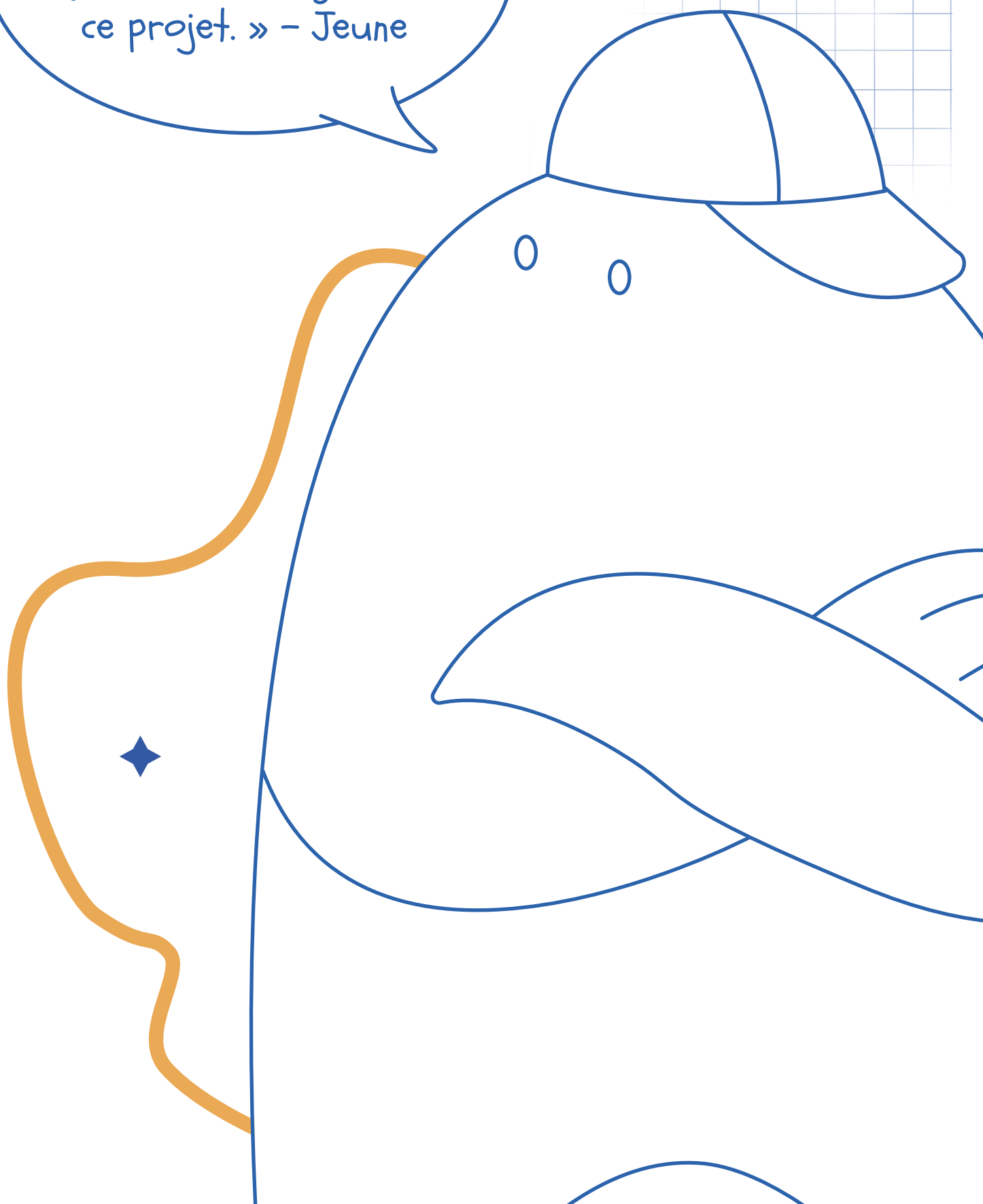
Utiliser ses compétences en communication non violente, faire preuve de créativité pour déposer ce qui est nécessaire, laisser un espace d'expression des ressentis pour éviter les frustrations, faire une "boîte à émotions désagréables" pour y déposer sa frustration (ne pas l'ouvrir ensuite !).

L'outil

- ◆ Le diamant de la participation [9]



« C'est bien parce que
le groupe se remet en
question aussi grâce à
ce projet. » - Jeune



Chapitre 4

Ça change quoi ?

La participation, ça change quoi pour les jeunes, les proches et les professionnels ?

Pour les jeunes

- ◆ **Renforcement du pouvoir d'agir** : ils se sentent écoutés, reconnus, et deviennent acteurs de leur propre parcours.
- ◆ **Reconstruction de la confiance** : être pris au sérieux dans ses ressentis aide à se réconcilier avec soi-même et avec les adultes.
- ◆ **Moins de stigmatisation** : en participant, ils contribuent à transformer le regard sur la santé mentale (au sens de bien-être).
- ◆ **Des soins plus pertinents** : les accompagnements deviennent mieux ajustés à ce qu'ils vivent réellement.
- ◆ **Acquisition de compétences** : communication, affirmation de soi, esprit critique, prise d'initiative.

Pour les proches

- ◆ **Reconnaissance de leur rôle** : ils sont considérés comme partenaires du parcours, et non comme de simples témoins.
- ◆ **Meilleure compréhension** : participer leur permet de mieux saisir les enjeux de la situation et du trajet de prise en charge.
- ◆ **Moins d'isolement** : la parole partagée crée du lien et du soutien entre familles.
- ◆ **Valorisation de l'expérience** : leur vécu devient une ressource pour améliorer les pratiques.
- ◆ **Création de solutions durables** : leur implication contribue à construire des réponses plus adaptées.

Pour les professionnels

- ◆ **Évolution des postures** : passer de "l'adulte qui sait" à un partenaire qui écoute et co-construit.
- ◆ **Amélioration de la qualité des soins** : les retours des personnes concernées enrichissent les pratiques.
- ◆ **Approfondissement du lien thérapeutique** : en collaborant avec les jeunes et les proches, la relation devient plus authentique.
- ◆ **Soutien à l'innovation** : les échanges nourrissent des approches plus créatives, plus humaines.
- ◆ **Réduction de l'usure professionnelle** : la co-construction peut redonner du sens et de la motivation.



« C'est mieux parce qu'on participe plus. Et comme ça on connaît les règles aussi. » - Jeune

Chapitre 5

Quelques idées de projets

- ◆ Ecrire le règlement d'ordre intérieur avec les jeunes.
- ◆ Co-cr  rer un moment hebdomadaire de rencontre entre les jeunes.
- ◆ Organiser des ateliers pour créer le logo d'un centre avec les jeunes qui le fréquentent.
- ◆ Réaliser une vidéo de présentation d'un service avec les jeunes.
- ◆ Consulter les jeunes sur l'organisation d'un groupe de parole et l'améliorer ensemble.
- ◆ Rédiger un questionnaire à destination des jeunes pour recueillir leur avis sur un projet.
- ◆ Réinvestir ou créer un conseil de participation avec des jeunes, proches et professionnels.
- ◆ Co-créer un outil de prise de décision pour que jeune, famille et professionnels puissent décider ensemble de la suite d'une situation.
- ◆ Consulter les jeunes sur l'organisation des journées, des activités, des achats, ...
- ◆ Co-créer un cahier de suivi que chacun puisse remplir pour que le jeune, sa famille et le professionnel soient au clair sur la situation.
- ◆ Organiser des ateliers participatifs où les jeunes et proches peuvent s'exprimer librement sur leur quotidien.



Chapitre 6

Bibliographie



[1] Pourquoi la participation.
Disponible sur : <https://www.rheseau.be/wp-content/uploads/2025/08/Outil- -Les-pourquoi-de-la-participation.pdf>



[2] Questions balises pour penser la participation.
Disponible sur : https://www.rheseau.be/wp-content/uploads/2025/08/Outil_Questions-balises-a-distribuer.pdf



[3] Cadre de collaboration.
Disponible sur : <https://www.rheseau.be/wp-content/uploads/2025/08/Outil-Cadre-de-collaboration.png>



[4] Rédiger un questionnaire.
Disponible sur : https://www.rheseau.be/wp-content/uploads/2025/08/Outil_questionnaire.pdf



[5] La fresque d'émergence pour entrer en polyphonie.
Disponible sur : https://www.rheseau.be/wp-content/uploads/2025/08/Outil_La-fresque-demergence-pour-entrer-en-polyphonie.pdf



[6] Déterminer un objectif clair.
Disponible sur : https://www.rheseau.be/wp-content/uploads/2025/08/Outil_Determiner-un-objectif-clair.pdf



[7] Speedboat.
Disponible sur : https://www.rheseau.be/wp-content/uploads/2025/08/Outil_Speedboat.pdf



[8] À chacun son rôle.
Disponible sur : https://www.rheseau.be/wp-content/uploads/2025/08/Outil_a-chacun-son-role.pdf



[9] Le diamant de la participation.
Disponible sur : https://www.rheseau.be/wp-content/uploads/2025/08/Outil_Le-diamant-de-la-participation.pdf

- Crowley, A., Larkins, C., & Pinto, L. M. (2020). Manuel du Conseil de l'Europe sur la participation des enfants. Conseil de l'Europe.
- Culture&Santé. (2016). Littératie en santé, d'un concept à la pratique. Culture&Santé.
- 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
- Dejean, C., & Heymans, D. (2023). La participation : pourquoi et comment. Co-Incidences asbl.
- RESO. (2018). Promotion de la santé et démarches participatives – Les synthèses du RESO. UCLouvain.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2009). Promoting self-determined school engagement: Motivation, learning, and well-being. In K. R. Wenzel & A. Wigfield (Eds.), *Handbook of motivation at school*(pp. 171–196). Routledge.
- UNICEF Belgique. (2022). What do you think ? – Rapport. UNICEF Belgique.

Comité d'accompagnement et de rédaction

Delvaux Manon	RHÉSEAU chargée de communication
Gilbert Emilie	RHÉSEAU chargée de communication
Kerremans Cécile	RHÉSEAU coach Participation
Regueras Guillaume	RHÉSEAU coach Participation

Merci



Retrouvez-nous sur



Retrouvez plus d'informations sur www.rheseau.be