## « Manuel d'autodétermination radicale »

Je l'admets, c'est un sous-titre qui pourrait tout aussi bien évoquer l'ennui académique, que susciter une adhésion ou une répulsion politique : on pourrait croire à un appel à la révolution pour qu'un peuple se libère de ses oppresseurs, tant ces deux termes - autodétermination radicale - sont associés au champ politique. Il ne s'agit pas vraiment de cela.

Nous parlerons d'autodétermination au sens psychologique : ce manuel est une quête pour tenter de trouver une part de puissance dans nos existences sociales, une part de libération et de transformation pour construire, résister, être, pour faire preuve de courage et changer nos environnements sociaux.

Cette autodétermination sera radicale en ce sens qu'elle « agit sur la cause profonde de ce que l'on veut modifier », l'un des sens du mot radical : j'estime que cette quête de libération personnelle ne peut se faire que dans l'action, pour tenter d'améliorer les environnements sociaux, et tenter de résoudre les causes premières des problèmes qui nous affectent ou affectent autrui. S'y mêlerait une forte conscience quant aux problèmes de notre société, une conscience des douleurs, et sur l'engagement - radical - d'une compassion courageuse.

Vous voici donc avec un manuel non de développement personnel, mais de développement social.

En se basant sur la théorie de l'autodétermination de Deci et Ryan, ainsi que sur d'autres notions en psychologie (expérience optimale, compassion, domination sociale, autoritarisme, manipulations...), nous allons ensemble partir en quête pour tenter de trouver des moyens d'agir face à des situations sociales difficiles qui envahissent tout autant nos jobs que nos institutions publiques, allant parfois jusqu'à des violences extrêmes. Et la bonne nouvelle, c'est que cette théorie, couplée à d'autres connaissances et autres expériences concrètes de transformation des environnements sociaux, nous offre quantité de voies, à notre portée, qui qu'on soit, avec l'immense bénéfice de, peut-être, donner à notre existence un bien-être épique.



◆ En toute Pulssance Hacking social & Horizons

## **En toute** Manuel d'autodétermination radicale





HACKING SOCIAL