

Table des matières

□ Carnet : C3 — Auto-évaluation : Analyser pour comprendre	3
------------------------------------------------------------------	---

□ Carnet : C3 — Auto-évaluation : Analyser pour comprendre

« Évaluer ma pratique, ce n'est pas me juger — c'est me donner les clés pour la transformer. »

□ Informations rapides

- **Page parente** : [Page principale C3 — Réflexion](#)
- **Module concerné** : [Module MTV](#)

□ Objectif de cette fiche

- Développer la capacité à **analyser sa propre pratique d'enseignement** — de manière **systématique, réflexive et fondée sur des données** — pour **comprendre les causes des comportements observés, identifier les forces et faiblesses**, et **alimenter son auto-formation**, en s'appuyant sur le **modèle des 3 zones de Senninger** pour contextualiser les réactions des apprenants.

□ Résumé thématique

- Évaluer ma pratique, ce n'est pas me juger — c'est me donner les clés pour la transformer.
- L'auto-évaluation est le **pont entre l'observation et l'ajustement** — elle permet de **comprendre pourquoi** les choses se passent comme elles se passent, et **comment les améliorer**.
- Mon rôle : **analyser ma pratique avec rigueur, curiosité, et bienveillance** — en utilisant des outils structurés, en intégrant les retours des apprenants, et en **positionnant les observations dans les zones de Senninger** pour comprendre les réactions des apprenants.

« Évaluer ma pratique, ce n'est pas me juger — c'est me donner les clés pour la transformer. »

□ Situation problème : Évaluation superficielle ou absente

Je me contente de “sentir” ce qui va ou ne va pas — sans analyse profonde, sans outils, sans lien avec les théories — ce qui empêche toute amélioration ciblée et durable.

□ Tableau des outils d'auto-évaluation

Outil	Description	Avantages
-------	-------------	-----------

Outil	Description	Avantages
Modèle C.A.R.R.L.	Cadre structuré pour analyser une session	Rigueur, profondeur, ancrage théorique
Checklist d’auto-évaluation	Grille de questions ciblées	Objectivité, comparabilité, identification des axes
Observation des zones de Senninger	Analyser les réactions des apprenants selon les zones	Comprendre les causes, adapter la posture
Réflexion guidée	Questions ouvertes pour approfondir la réflexion	Profondeur, personnalisation, créativité

☐ *Chaque outil a sa place — et peut être combiné pour une évaluation plus complète.*

☐ Outils d’auto-évaluation — Détail

☐ [Modèle C.A.R.R.L. — Cadre structuré pour l’analyse](#)

| *Un outil puissant pour analyser une session de manière systématique.*

- **1. Contexte** : Quelle session ? Quel public ? Quel objectif ?
- **2. Action** : Qu’ai-je fait ? Qu’est-ce qui s’est passé ?
- **3. Résultat** : Quel impact sur les apprenants ? Sur moi ?
- **4. Réflexion** : Qu’est-ce que je garde ? Qu’est-ce que je change ?
- **5. Liens théoriques** : Quelle théorie éclaire cette situation ?
- **Exemple** :

> *Contexte : Session sur la gestion de projet avec 8 apprenants.

> Action : J’ai utilisé un cas pratique, mais j’ai parlé 60% du temps.
> Résultat : Les apprenants ont participé peu, certains ont semblé perdus.
> Réflexion : Je dois réduire mon temps de parole, introduire des pauses.
> Liens théoriques : Zone de progrès (Senninger) – j’ai mis les apprenants en zone de confort, pas en zone de progrès.*

☐ [Checklist d’auto-évaluation — Grille de questions ciblées](#)

| *Un outil pour évaluer de manière objective et comparative.*

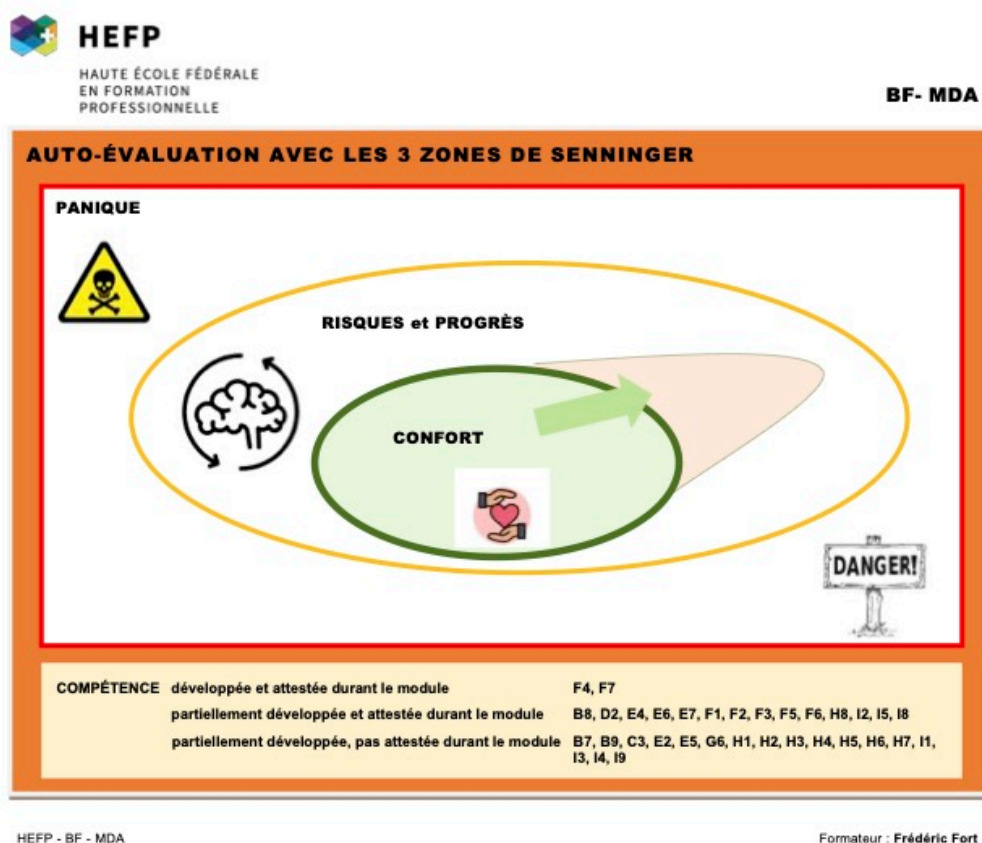
- **Exemple de checklist** :

^ Question	^
Utilité	^
Qu’ai-je prévu ? Qu’est-ce qui s’est passé ?	Identifier l’écart
Quels indicateurs observables de mon efficacité ?	Mesurer l’impact
Qu’est-ce qui a bien fonctionné ? Qu’est-ce qui a mal fonctionné ?	Analyser les forces/faiblesses
Quelles hésitations ou vulnérabilités ont émergé ?	Révéler ma posture
Quels biais cognitifs étaient en jeu ?	Développer

ma lucidité		
Quels outils ai-je utilisés ? Avantages/limites ?		Affiner ma
maîtrise critique		
Qu'ai-je appris de cette session ?		Alimenter
mon auto-formation		

Observation des zones de Senninger — Cadre pour analyser les réactions

*Un outil pour analyser **pourquoi** les apprenants réagissent comme ils le font — en les positionnant dans les zones de Senninger.*



• À quoi sert-il ?

→ Comprendre les causes profondes des comportements observés.

• Comment l'utiliser ?

→ Pour chaque apprenant ou groupe, identifier sa zone (confort, progrès, danger) — et analyser comment ma pratique l'y a placé.

• Exemple :

> *« Lors de la session, 3 apprenants étaient en zone de danger (silence, retrait). J'ai analysé que c'était dû à un défi trop grand — je n'avais pas créé de pont vers la zone de progrès. »*

• Tableau d'analyse par zone :

^ Zone	^ Signes observés	^
^ Analyse possible		
□ Confort	Résistance au changement, peur de l'échec	
J'ai créé un cadre trop sécurisant – pas de défi		
□ Progrès	Curiosité, questionnement, essais-erreurs	
J'ai bien dosé le défi – l'apprenant est en mouvement		
□ Danger	Blocage, retrait, colère, peur	
J'ai introduit un défi trop grand – pas de sécurité		

□ Réflexion guidée — Questions ouvertes pour approfondir

Un outil pour aller plus loin — en posant des questions ouvertes qui stimulent la réflexion.

• Exemples de questions :

> *« Qu'est-ce que j'ai appris de cette session ? »*

> *« Qu'est-ce que j'aurais pu faire différemment ? »*
> *« Quelle théorie éclaire cette situation ? »*
> *« Comment puis-je intégrer ce que j'ai appris dans ma pratique ? »*

• À quoi sert-il ?

→ Approfondir la réflexion, créer des liens personnels, générer des idées d'ajustement.

□ Critères d'analyse — Ce que je cherche à évaluer

□ Comportements pédagogiques

- Rythme, posture, langage, silence, gestes, déplacements
- Utilisation des outils (vidéos, supports, exercices)
- Gestion du temps et des transitions

□ Réactions des apprenants

- Engagement, participation, questions, énergie
- Désengagement, résistance, retrait, confusion
- Interactions entre apprenants

□ Écarts entre le prévu et le réel

- Objectifs atteints / non atteints
- Contenu couvert / non couvert
- Dynamique de groupe : conforme / différente

□ Moments de tension, de réussite, de doute

- Points de blocage, moments de découverte, hésitations, doutes
- Émotions ressenties (par moi et par les apprenants)

□ Position dans les zones de Senninger

- **Zone de confort** : Analyser les causes de la routine, de la résistance au changement

- **Zone de progrès** : Analyser les facteurs de l'engagement, de l'expérimentation
 - **Zone de danger** : Analyser les causes de la déstabilisation, du retrait — et comment les surmonter
-

□ Mes insights personnels

« Pour évaluer ma pratique, je me demande : »

- Comment je peux évaluer sans me juger — en adoptant une posture de curiosité ?
 - Quels outils m'aident le plus à analyser mes observations ?
 - Comment je peux intégrer les retours des apprenants dans mon évaluation ?
 - Comment je peux utiliser le modèle de Senninger pour contextualiser les réactions des apprenants ?
 - Comment je peux relier mon évaluation à mes théories pédagogiques ?
 - Comment je m'ajuste, me réfléchis, reste authentique — dans mon accompagnement ?
-

□ Pistes de développement

À expérimenter :

- [] Appliquer le modèle C.A.R.R.L. à chaque session
- [] Utiliser la checklist d'auto-évaluation après chaque session
- [] Intégrer une colonne "Zone de Senninger" dans ma grille d'évaluation
- [] Poser des questions ouvertes pour approfondir ma réflexion

À approfondir :

- [] Théorie de l'auto-évaluation en formation (Schön, 1983)
 - [] Modèle des 3 zones de Senninger (2000)
 - [] Psychologie des émotions en formation
-

□ Références

Schön, D. A. (1983). *The reflective practitioner: How professionals think in action*. Basic Books.

Senninger, H. (2000). *Le modèle des 3 zones : Confort, Progrès, Danger*. (Oeuvre personnelle, non publiée — citée via HEFP).

Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.

□ Navigation

- ← Retour à la [Page principale C3 — Réflexion](#)

- → Retour à la [Page du Module MDA](#)

[carnet](#), [C3](#), [auto-évaluation](#), [évaluation](#), [réflexion](#), [carnet](#), [senninger](#)

Page mise à jour le {{date | Auteur : [Eugénie Decré] | Version : 1.0}}

From:
<https://wiki.eugeniedecre.com/> - **Formation en Conscience**

Permanent link:
https://wiki.eugeniedecre.com/doku.php?id=carnet:c3_reflexion:c3_auto-evaluation

Last update: **2026/01/14 14:14**

