

Table des matières

□ Compétence D2 - Communiquer avec respect, écoute et co-construction	3
□ Dimensions	5

□ Compétence D2 - Communiquer avec respect, écoute et co-construction

« Communiquer en formation, c'est tisser un dialogue où le respect, l'écoute et la bienveillance deviennent les piliers de la co-construction des savoirs. »

□ Informations rapides

- **Page parente** : [Carnet D2 — Communication](#)
- **Module concerné** : [Module MDA — Accompagnement](#)

□ Objectif de cette fiche

Développer la capacité à **instaurer et réguler un climat de communication respectueux et constructif** dans le groupe, en utilisant des techniques d'écoute active, de questionnement maïeutique et de gestion des divergences, pour **faire de l'interaction sociale un moteur d'apprentissage pour tous les participants**.

□ Exemples de contenus

« Le dialogue n'est pas un supplément à l'apprentissage, il en est la condition. »

- Bases de la communication interpersonnelle et de groupe.
- Conduite de la discussion axée sur les ressources (approche positive).
- Soutien au questionnement (maïeutique socratique).
- Gestion des conflits et tolérance face à l'ambiguïté.

□ Critères de performances

- Laisse du temps à la réflexion et à la recherche de réponses aux questions.
- Donne des impulsions et pose des questions ouvertes pour faire avancer la réflexion.
- Structure et anime le dialogue avec l'assemblée de manière inclusive.
- Autorise la contradiction, la divergence et anime la discussion ouverte.
- Favorise la tolérance à l'ambiguïté et aux points de vue multiples.

□ Questions ouvertes

- Comment créez-vous un climat de sécurité psychologique où chacun ose prendre la parole, exprimer un désaccord ou dire "je ne sais pas" ?
- Quelles techniques utilisez-vous pour relancer une discussion qui s'essouffle ou pour recadrer un échange qui devient stérile ?
- Comment gérez-vous les participants qui monopolisent la parole ou, à l'inverse, ceux qui restent en retrait, tout en respectant le rythme de chacun ?





Penser au **silence pédagogique** : laisser un temps de réflexion après une question est souvent plus fécond qu'une réponse immédiate. Il valorise la pensée de l'apprenant.

Une communication respectueuse est le ciment de la communauté apprenante. Elle transforme la salle de formation en un espace où les idées s'échangent, se confrontent et se nourrissent mutuellement.

graph LR
 R[Respect & Sécurité] --> E[Expression Authentique];
 E --> D[Dialogue & Divergence];
 D --> C[Confrontation Constructive];
 C --> A[Apprentissage Collectif];
 A --> CC[Co-construction du Sens];
 CC --> R;
 style R fill:#e8f5e8 style A fill:#f3e5f5

□ Définition des modèles théoriques

□ Les fondamentaux

- Pratiquer l'écoute active (reformulation, questionnement ouvert, validation non verbale).
- Poser des questions de type maïeutique (qui font accoucher les idées) plutôt que des questions fermées.
- Structurer les temps de parole (tours de table, temps de réflexion individuelle avant débat, binômes).
- Normaliser et valoriser la divergence d'opinion comme une richesse, non comme un conflit.

□ Communication NonViolente (CNV - Rosenberg)

Processus de communication qui vise à établir une relation empathique avec soi-même et autrui, en se centrant sur l'expression des sentiments et des besoins, sans jugement ni critique.

- **À quoi sert-elle ?** → Prévenir et désamorcer les conflits, créer un climat de confiance et d'authenticité, favoriser la coopération.
- **Comment l'utiliser ?** → Observer les faits sans évaluation, identifier et exprimer ses sentiments et besoins, formuler des demandes claires et négociables.
- **Exemple :** Face à un participant qui critique un exercice, reformuler : "Je comprends que cet exercice (observation) te semble frustrant (sentiment) car tu as besoin de clarté et d'utilité pratique (besoin). Que proposerais-tu comme adaptation (demande) ?"

□ Maïeutique socratique et questionnement ouvert

Art d'accoucher les esprits (maïeutique) par un questionnement progressif qui amène l'interlocuteur à découvrir par lui-même ses contradictions, à approfondir sa pensée et à construire son savoir.

- **À quoi sert-elle ?** → Développer l'esprit critique, l'autonomie intellectuelle et la capacité à argumenter. Éviter le dogmatisme.
- **Comment l'utiliser ?** → Enchaîner des questions ouvertes ("Pourquoi penses-tu cela ?",

“Quelles en seraient les conséquences ?”, “Existe-t-il un contre-exemple ?”) sans apporter de réponse.

- **Exemple** : Au lieu de donner la définition d'un concept, demander aux participants : “À partir de vos expériences, quels éléments caractériseraient ce concept ?”, puis “Y a-t-il des éléments contradictoires dans vos propositions ? Comment les concilier ?”

□ Dimensions

□ Aspects pratiques de la communication en formation

Dimension	Lien vers carnet	Lien vers portfolio
—	—	—
□ Adulte comme idéal de référence (Posture andragogique)	□ Détail	□ Preuve
□ Communication centrée sur l'adulte (Styles et registres)	□ Détail	□ Preuve
□ Langage inclusif et respectueux (Équité et neutralité)	□ Détail	□ Preuve
□ Écoute active et reformulation (Techniques de validation)	□ Détail	□ Preuve
□ Feedback bienveillant et constructif (Méthode DESC, Sandwich)	□ Détail	□ Preuve
□ Co-construction du sens (Animation du dialogue collectif)	□ Détail	□ Preuve
□ Adaptation au contexte adulte (Gestion des résistances, motivations)	□ Détail	□ Preuve

□ Chaque lien explore un levier spécifique pour améliorer la qualité des interactions en formation.

□ Mes 3 outils privilégiés

Outil	Utilité	Lien vers détail
—	—	—
□ Cercle de parole avec bâton de parole	Rituel structurant qui garantit un temps de parole équitable pour chacun et favorise l'écoute attentive.	□ Voir le protocole
□ Grille de questionnement maïeutique	Liste de questions types (clarification, approfondissement, mise en perspective) pour animer un débat sans prendre position.	□ Voir la grille
□ Méthode DESC pour le feedback	Structure en 4 étapes (Décrire, Exprimer, Spécifier, Conséquences) pour formuler une critique constructive sans agressivité.	□ Voir la méthode

□ Synthèse rapide

Clés de réussite identifiées :

- **La modélisation** : Mon propre comportement communicationnel (écoute, reformulation, respect) donne le ton au groupe.
- **La structure** : Des règles de communication claires et co-construites en début de session (ex : pas d'interruption, droit au silence) créent un cadre sécurisant.

- **La valorisation systématique** : Remercier pour une contribution, souligner la pertinence d'une question, même (surtout) si elle est critique.

Points de vigilance :

- **Éviter le piège du “formateur-centré”** : Être vigilant à ne pas répondre à toutes les questions soi-même, mais à les relancer au groupe.
- **Gérer l'équilibre parole/écoute** : Intervenir pour réguler les déséquilibres (monopolisation, retrait) avec bienveillance mais fermeté.
- **Ne pas fuir le conflit** : Un désaccord bien animé est une opportunité d'apprentissage. Il faut l'accueillir et le réguler, pas l'étouffer.

□ Ce que j'ai appris :

- **Le silence est un allié** : Laisser un temps de latence après une question permet aux idées de mûrir et encourage les plus réfléchis à s'exprimer.
- **Reformuler, c'est valider** : Répéter dans mes mots ce qu'un participant a dit lui montre qu'il a été écouté et compris, même en cas de désaccord.
- **La divergence est une richesse** : Les points de vue opposés, quand ils sont exprimés avec respect, complexifient et enrichissent la réflexion collective.

△ Ce que je veux améliorer :

- **Détecter plus finement les non-dits** et les signes de malaise dans le groupe (langage non verbal, changement de dynamique).
- **Mieux gérer les personnalités très dominantes** sans les brimer, en utilisant des techniques de régulation plus subtiles (réorientation vers le groupe, limitation de temps).
- **Développer des activités spécifiques** pour renforcer la cohésion et la confiance au sein du groupe, socle d'une communication authentique.

□ Outils maîtrisés :

- Techniques de reformulation et de questionnement ouvert.
- Animation de tours de table et de débats structurés.
- Donner et recevoir du feedback constructif.

□ Outils à approfondir

- Techniques de facilitation de grands groupes (World Café, Forum Ouvert).
- Communication non-verbale et décodage des émotions dans un groupe.
- Médiation de conflits en contexte de formation.

Comment j'articule différentes théories d'apprentissage dans un même concept ?

Je m'appuie sur l'**approche humaniste de Rogers** (considération positive inconditionnelle) pour créer le climat. J'utilise les principes de l'**apprentissage social de Bandura** (modélisation) par ma propre posture. Et je structure les échanges avec des techniques issues de la **communication non-violente et de la maïeutique** pour garantir la qualité du dialogue.

Quels principes didactiques j'utilise systématiquement ?

Le principe de **parité communicationnelle** : Je ne suis pas le seul détenteur de la parole légitime. Et le principe de **progressivité** : Commencer par des échanges simples et sécurisants (binômes)

avant d'aller vers des débats de grand groupe plus exposants.

Comment j'assure la cohérence entre vision et pratique ?

Je m'enregistre parfois (audio) ou je me fais superviser pour analyser mes propres patterns communicationnels. Je vérifie notamment : 1) Est-ce que je parle plus que chaque participant ? 2) Est-ce que je coupe la parole ? 3) Est-ce que mes questions sont vraiment ouvertes ou cachent-elles une réponse attendue ? 4) Comment je réagis face à une opinion à l'opposé de la mienne ?

□ Réflexion personnelle

D2 a été pour moi la compétence de l'**humilité**. J'ai compris que mon rôle n'était pas de briller par mon éloquence ou mes connaissances, mais de créer les conditions pour que la **lumière vienne du groupe**. La plus grande difficulté a été d'apprendre à **me taire** – à résister à l'envie de combler chaque silence, de répondre à chaque question, de corriger chaque approximation.

J'ai aussi découvert la puissance transformative d'un **dialogue vraiment respectueux**. Lorsque les participants se sentent écoutés et valorisés, même dans leur désaccord, ils osent partager des expériences vulnérables, questionner les évidences et s'engager dans une réflexion bien plus profonde. Je mesure maintenant à quel point la qualité de la communication est le premier indicateur de la qualité de l'apprentissage qui est en train de se produire.

« Au début, je confondais “animer les échanges” avec “faire parler les gens”. J'ai appris que l'animation commence par l'écoute, et que le plus important n'est pas ce qui est dit, mais l'espace dans lequel cela est accueilli. »

□ Evolution et compréhension de mon rôle

Mon rôle est passé de **centralisateur de la parole** à **gardien du cadre communicationnel**. Je suis moins un interlocuteur qu'un **régulateur** et un **facilitateur des échanges entre pairs**. Mon autorité ne réside plus dans le contrôle du discours, mais dans ma capacité à garantir un processus d'échange juste, sûr et fertile.

Je me considère maintenant comme un **jardinier du dialogue** : je prépare le terrain (le climat), je sème les graines (les questions), j'arrose (je relance, je reformule) et je protège les jeunes pousses (les idées naissantes, les prises de parole timides) des éléments qui pourraient les étouffer (les jugements, les monopolisations). Ma satisfaction vient de voir le groupe devenir autonome dans sa capacité à dialoguer et à apprendre les uns des autres.

□ Bibliographie

- Rosenberg, M. B. (2015). *La Communication NonViolente au quotidien*. Jouvence.
- Rogers, C. R. (1968). *Le développement de la personne*. Dunod.
- de Peretti, A., & Boniface, J. (1998). *Encyclopédie de l'évaluation en formation et en éducation*. ESF.
- Anadon, M., & Savoie-Zajc, L. (2007). *La recherche participative. Multiples regards*. Presses de l'Université du Québec.
- Boutinet, J.-P. (1995). *Anthropologie de l'action*. Presses Universitaires de France.
- Freire, P. (1974). *Pédagogie des opprimés*. Maspero.

Navigation

- ← Retour à la [Page principale D2 — Communication](#)
 - → Retour à la [Page du Module MDA](#)
-

[carnet](#), [D2](#), [communication](#), [écoute active](#), [maïeutique](#), [CNV](#), [respect](#), [co-construction](#)

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:d2_communication

Last update: **2026/01/12 17:09**

