

# Table des matières

□ **Carnet : E5 — Drivers : Soit parfait, fait vite, fait plaisir, soit fort, sois indispensable .... 3**



# □ **Carnet : E5 — Drivers : Soit parfait, fait vite, fait plaisir, soit fort, sois indispensable**

« Les drivers – ces injonctions invisibles qui détruisent l'apprentissage. »

## □ Informations rapides

\* **Page parente** : [Carnet E5 — Comportements](#) \* **Compétence liée** : [Compétence Accompagner](#) \*  
**Module concerné** : [Module MDA — Accompagnement](#)

## □ En 1 phrase

Identifie et déconstruis les 5 drivers — pour ne pas les reproduire en formation, et créer un espace d'apprentissage sain, bienveillant, et humain.

## □ Descriptif

Les **drivers** “soit parfait, fait vite, fait plaisir, soit fort, sois indispensable” sont des **injonctions invisibles** qui façonnent nos comportements, nos pensées, nos émotions. Dans un contexte de formation, ils peuvent devenir **toxiques** en poussant l'apprenant·e à se cacher, à ne pas poser de questions, à ne pas avouer ses difficultés.

Mon accompagnement, c'est l'opposé.

== □ Visualisation : Drivers → Opposés (Mermaid) ``mermaid graph TD A[Soit parfait] -> B[Peur de l'erreur → Blocage] C[Fait vite] -> D[Stress → Perte de qualité] E[Fait plaisir] -> F[Peur du conflit → Perte d'autonomie] G[Soit fort] -> H[Peur de la vulnérabilité → Isolement] I[Sois indispensable] -> J[Peur de la perte → Dépendance] B -> K[Opposé : Espace où l'erreur est autorisée] D -> L[Opposé : Temps donné pour comprendre] F -> M[Opposé : Valoriser — pas plaire] H -> N[Opposé : Accueillir les émotions] J -> O[Opposé : Rendre autonome — pas indispensable] style A fill:#ffe0e0,stroke:#ff6666 style C fill:#ffe0e0,stroke:#ff6666 style E fill:#ffe0e0,stroke:#ff6666 style G fill:#ffe0e0,stroke:#ff6666 style I fill:#ffe0e0,stroke:#ff6666 style K fill:#e0ffe0,stroke:#66cc66 style L fill:#e0ffe0,stroke:#66cc66 style M fill:#e0ffe0,stroke:#66cc66 style N fill:#e0ffe0,stroke:#66cc66 style O fill:#e0ffe0,stroke:#66cc66 == □ Vidéos d'inspiration (et d'alerte) == Pour agrémenter ma réflexion avec un brin d'humour — et de lucidité — je regarde les deux vidéos sur YouTube : ==== “Et tout le monde s'en fout” — Titre : Les autres ==== □ [Voir la vidéo](#) Met en avant les 5 drivers : \* - Soit parfait \* - Fait vite \* - Fait plaisir \* - Soit fort \* - Sois

**indispensable** ==== **“Et tout le monde s'en fout”** — Titre : **l'Education** ==== [Voir la vidéo](#) **Montre comment ces drivers se retrouvent dans l'éducation — et comment ils détruisent l'apprentissage.** == [Article](#) : **Ma vision de l'accompagnement — l'opposé des “drivers” et de l'indifférence** == \* > « **Accompagner une personne sur son chemin de formation est notre quotidien.** » \* > **Mais qu'est-ce que cela signifie, vraiment ?** \* > **Et surtout... quels pièges éviter pour ne pas tomber dans les travers montrés par les vidéos “Et tout le monde s'en fout” ? Ces drivers, dans un contexte de formation, peuvent devenir toxiques :** \* \* - Ils poussent l'apprenant·e à se cacher, à ne pas poser de questions, à ne pas avouer ses difficultés. \* - Ils poussent le-la formateur·ice à “corriger”, à “montrer qu'il/elle sait”, à “ne pas perdre la face”. == [Impact des drivers en formation](#) ==

### [Soit parfait](#)

\* **Effet** : Peur de l'erreur, blocage, dévalorisation. \* **Opposé** : Créer un espace où l'erreur est autorisée — sans peur. \* **Mon accompagnement** : J'encourage l'expérimentation, je valorise les essais, je ne juge pas.

### [Fait vite](#)

\* **Effet** : Stress, précipitation, perte de qualité. \* **Opposé** : Donner le temps de comprendre — sans pression. \* **Mon accompagnement** : Je m'adapte au rythme de l'apprenant, je ne précipite pas.

### [Fait plaisir](#)

\* **Effet** : Peur du conflit, dévalorisation de soi, perte d'autonomie. \* **Opposé** : Valoriser — pas plaire. Écouter — pas séduire. \* **Mon accompagnement** : Je ne cherche pas à être apprécié, je cherche à être utile.

### [Soit fort](#)

\* **Effet** : Peur de la vulnérabilité, dévalorisation des émotions, isolement. \* **Opposé** : Accueillir les émotions — pas les cacher. Être présent — pas fort. \* **Mon accompagnement** : Je montre ma vulnérabilité, j'écoute les émotions, je ne me cache pas derrière une posture.

### [Sois indispensable](#)

\* **Effet** : Peur de la perte, dépendance, perte d'autonomie. \* **Opposé** : Rendre autonome — pas indispensable. \* **Mon accompagnement** : Je forme pour que l'apprenant·e puisse avancer seul·e — je ne crée pas de dépendance.

== [Mon accompagnement : l'opposé des drivers](#) == Je ne suis pas là pour : \* - Juger si l'apprenant·e est “assez bon·ne” → Je suis là pour l'aider à progresser. \* - Le presser de “faire vite” → Je suis là pour lui donner le temps de comprendre. \* - Lui imposer ma méthode → Je suis là pour l'écouter, et adapter ma posture. \* - Le rendre “indispensable” → Je suis là pour le rendre autonome. Mon accompagnement est : \* - Andragogique : centré sur l'adulte, ses expériences, ses besoins, ses motivations. \* - Bienveillant : je préserve son intégrité, je ne le dévalorise pas, je ne le juge pas. \* - Utile : chaque apprentissage doit avoir un sens, une application concrète dans son travail. \* - À l'écoute : je capte ses signaux — verbaux, non verbaux, émotionnels. \* - Empathique : je me mets à sa place, je comprends ses peurs, ses frustrations, ses joies. == [Références](#) == ^ Auteur / Date ^

Titre ^ Concept clé ^ Lien ^ | Harter, S. (1999). The Construction of the Self. | Les drivers comme mécanismes de défense. | [Voir la fiche](#) | | Girard, J.-P. (2020). L'accompagnement andragogique. | L'accompagnement centré sur l'adulte — opposé aux drivers. | [Voir la fiche](#) | | Rosenberg, M. (2003). Les mots sont des fenêtres. | Communication Non Violente — écoute, empathie, bienveillance. | [Voir la fiche](#) | == ☐ Réflexion personnelle == « J'ai appris que les drivers ne sont pas des défauts — ce sont des mécanismes de défense. En les identifiant, je peux les déconstruire — pour créer un espace d'apprentissage sain, bienveillant, et humain. » == ☐ Navigation == \* → Retour à la [Compétence Accompagner](#) \* → Retour à la [Page du Module MDA](#) \* → Retour à la [Page principale E5 — Comportements](#)

[E5, drivers, soit parfait, fait vite, fait plaisir, soit fort, sois indispensable, cnv](#)

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:e5\\_comportements:drivers&rev=1767609088](https://wiki.eugeniedecre.com/doku.php?id=carnet:e5_comportements:drivers&rev=1767609088)

Last update: **2026/01/05 11:31**

