

# Table des matières

□

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

....

3

"Et tout le monde s'en fout" — Titre : Les autres

.....

4

"Et tout le monde s'en fout" — Titre : l'Education

.....

4



# □ **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.

## □ Visualisation : Drivers → Opposés

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 Écouter

\* **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. Être présent

\* **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 .

\* **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.

Bibliographie

Auteur / Date	Titre	Concept clé	Lien	Harter, S. (1999). The Construction of the Self.	Les drivers comme mécanismes de défense.	<a href="#">Voir la fiche</a>	Girard, J.-P. (2020). L'accompagnement andragogique.	L'accompagnement centré sur l'adulte — opposé aux drivers.	<a href="#">Voir la fiche</a>	Rosenberg, M. (2003). Les mots sont des fenêtres.	Communication Non Violente — écoute, empathie, bienveillance.	<a href="#">Voir la fiche</a>
---------------	-------	-------------	------	--	--	-------------------------------	--	--	-------------------------------	---	---	-------------------------------

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=1767609427](https://wiki.eugeniedecre.com/doku.php?id=carnet:e5_comportements:drivers&rev=1767609427)

Last update: **2026/01/05 11:37**

