

## Table des matières

|  |   |
|--|---|
| □ <b>Carnet : E5 — Drivers : Soit parfait, fait vite, fait plaisir, soit fort, sois indispensable</b> .... | 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

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 suis là pour l'aider à progresser.
- → Je suis là pour lui donner le temps de comprendre.
- → Je suis là pour l'écouter, et adapter ma posture.
- → 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**

- Harter, S. (1999). The construction of the self: A developmental perspective. Guilford Press.
- Girard, J.-P. (2020). L'accompagnement andragogique : Pour une formation centrée sur l'adulte. Éditions d'Organisation.
- Rosenberg, M. B. (2003). Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs) : La communication non violente. Éditions Jouvence.

### ▣ **Réflexion personnelle**

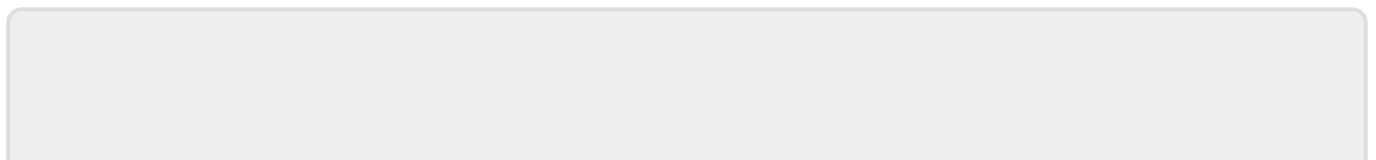
« J'ai appris que les drivers sont des mécanismes de défense. En les identifiant, je peux les déconstruire pour créer un espace d'apprentissage sain, bienveillant, et humain. »

### ▣ **Navigation**

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

[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=1767610553](https://wiki.eugeniedecre.com/doku.php?id=carnet:e5_comportements:drivers&rev=1767610553)

Last update: **2026/01/05 11:55**

