

# Table des matières

- ☐ **Carnet : H1 — Empathie, de l'oreille à l'invisible - Rogers** ..... 3
- ☐ **Liens avec d'autres Théories** ..... 4
  - ☐ Bibliographie ..... 5



# □ Carnet : H1 — Empathie, de l'oreille à l'invisible - Rogers

La vie, à son meilleur, est un processus mouvant et changeant où rien n'est fixé. (Rogers, 1961)

## □ Informations rapides

- \* **Page parente** : [h1\\_monrole](#)
- \* **Compétence liée** : [Compétence H Réfléchir](#)
- \* **Module concerné** : [Module MDA — Accompagnement](#)
- \* **Sous-dimension** : Empathie et écoute

## □ En 1 phrase

Développer une posture d'écoute active et d'empathie pour capter les signaux verbaux, non verbaux, et émotionnels de l'apprenant·e, et y répondre avec bienveillance.

## □ Descriptif

L'**empathie** et l'**écoute** sont les piliers de l'accompagnement andragogique. Elles permettent de :

- **Capte les signaux** verbaux, non verbaux, émotionnels de l'apprenant·e.
- **Comprendre ses besoins**, ses peurs, ses frustrations, ses joies.
- **Adapter ma posture** pour répondre à ses besoins spécifiques.
- **Créer un espace de confiance** où l'apprenant·e peut se tromper, sans peur.

Il est bénéfique de :

- **Me taire** pour laisser l'apprenant·e s'exprimer, sans interrompre.
- **Me mettre à sa place** pour comprendre ses émotions, ses frustrations, ses joies.
- **Valider ses émotions** pour renforcer sa confiance en lui·elle.
- **Adapter ma posture** pour répondre à ses besoins spécifiques.

Elle s'inscrit dans la **compétence H (Réfléchir)** et est **liée aux compétences H2 (réfléchir sur ses propres valeurs), H6 (anticiper la complexité), H7 (développer une conception de la profession), H8 (intégrer la diversité)**.

## □ Approche centrée sur la personne (Rogers)

**Carl Rogers (1961)** : L'accompagnant doit incarner trois qualités fondamentales :

- **Authenticité** : Être congruent, vrai, transparent
- **Considération positive inconditionnelle** : Accueillir sans juger

- **Empathie** : Comprendre le monde intérieur de l'autre

## Application à mon rôle :

Mon rôle n'est pas de "faire apprendre" mais de **créer les conditions** pour que l'apprentissage émerge de l'apprenant lui-même.

### □ L'écoute — de l'oreille à l'invisible

L'écoute, ce n'est pas seulement entendre les mots — c'est **capte les silences, les regards, les postures, les émotions**.

Il est bénéfique de :

- **Écouter avec tout mon être** yeux, oreilles, cœur pour capter les signaux non verbaux.
- **Ne pas interrompre** pour laisser l'apprenant·e s'exprimer, sans peur.
- **Réfléchir avant de répondre** pour ne pas réagir, mais répondre.
- **Utiliser le feedback** pour confirmer que j'ai bien compris.

L'écoute, c'est l'art de se mettre à la place de l'autre pour entendre ce qui n'est pas dit. Marshall Rosenberg

### □ L'empathie — du cœur à l'action

L'empathie, c'est **comprendre, ressentir, et agir**.

Il est bénéfique de :

- **Me mettre à la place de l'apprenant·e** — pour comprendre ses peurs, ses frustrations, ses joies.
- **Valider ses émotions** — pour renforcer sa confiance en lui·elle.
- **Adapter ma posture** — pour répondre à ses besoins spécifiques.
- **Être présent·e** — pour créer un espace de confiance.

> L'empathie, c'est la capacité de comprendre les émotions de l'autre — comme si elles étaient les miennes. Carl Rogers

## □ Liens avec d'autres Théories

Théorie	Lien avec Bucheton
-----	-----
<b>Girard, J.-P. (2020)</b>	L'accompagnement andragogique.
<b>Rosenberg, M. (2003).</b>	Les mots sont des fenêtres.

### □ Exercice Pratique

#### □ Analysez une Séquence

1. Choisissez un moment de votre pratique (réel ou imaginé)

2. Tracez les changements de postures (ex : contrôle → accompagnement → étayage)

3. Évaluez :

- Quel était l'ajustement le plus réussi ?
- Le plus difficile ?

4. Rendus possibles :

- Carte mentale, tableau chronologique, récit réflexif avec codage couleur des postures.

### □ Applications dans la pratique

Pour intégrer le modèle empathique, je me demande :

Comment appliquer ce modèle en pratique ?

### Dans la Préparation :

Anticiper les postures probables :

### Dans l'Action :

Observer les indicateurs :

### Dans l'Analyse (après-coup) :

Retracer ses ajustements :

### □ Réflexion personnelle

L'écoute est une posture. Une posture d'écoute, d'empathie, de bienveillance. En m'ancrant dans cette posture, je peux accompagner avec authenticité, rigueur, et amour.

- Est-ce que ce point correspond bien à la compétence H1 ou est-elle relié à d'autre compétence, si oui prévoir le lien de cette page dans la compétence concerné ?
- Utiliser cette référence dans le portfolio de mon rôle □

### □ Bibliographie

- Rogers, C. R. (1961). On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy. Houghton Mifflin.

### □ Navigation

← Retour à la [Carnet H1 — Mon Rôle](#) → Retour à la [Module MTV](#) → Retour à la [Compétence Réfléchir](#)

[h1](#), [empathie](#), [ecoute](#), [rosenberg](#), [rogers](#), [cnv](#)

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

Last  
update: carnet:h1\_monrole:h1\_empathie https://wiki.eugeniedecre.com/doku.php?id=carnet:h1\_monrole:h1\_empathie&rev=1768749461  
2026/01/18 16:17

---

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

Permanent link:  
[https://wiki.eugeniedecre.com/doku.php?id=carnet:h1\\_monrole:h1\\_empathie&rev=1768749461](https://wiki.eugeniedecre.com/doku.php?id=carnet:h1_monrole:h1_empathie&rev=1768749461)

Last update: **2026/01/18 16:17**

