

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



Compétence H1 - Clarifier son propre rôle et influencer en conséquence

□ Objectif de la thérapie centrée sur la personne (TCP)

Explorer les conditions nécessaires à la croissance personnelle et à l'actualisation de soi, tant en thérapie que dans les relations éducatives et humaines en général. Rogers transpose les principes de sa thérapie centrée sur la personne (TCP) à la relation d'aide et à l'apprentissage.

□ 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.

□ 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
---	-----
Girard, J.-P. (2020)	L'accompagnement andragogique.
Rosenberg, M. (2003).	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 ?
- H2 réfléchir sur ses propres valeurs,
- H6 anticiper la complexité,
- H7 développer une conception de la profession,
- H8 intégrer la diversité
- 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}}

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

Permanent link:
https://wiki.eugeniedecre.com/doku.php?id=carnet:h1_monrole:h1_empathie&rev=1768749664

Last update: **2026/01/18 16:21**

