

Table des matières

☐ Carnet : I4 — Déconstruction des présupposés — Libérer sa pratique pédagogique	3
☐ Situation problème : Présupposés bloquant l'accompagnement	3
☐ Fondements théoriques	4
☐ Mes insights personnels	7
☐ Pistes de développement	7
☐ Navigation	8

□ Carnet : I4 — Déconstruction des présupposés — Libérer sa pratique pédagogique

La compétence I4, ce n'est pas devenir "sans préjugés" (impossible), mais devenir "libre de ses préjugés" : les voir, les nommer, les questionner, et choisir son action à partir de ce qui est, non de ce qu'on croit.

□ Informations rapides

- **Page parente** : [Carnet I4 — Préjugés](#)
- **Module concerné** : [Module MTV — Transformation des valeurs](#)

□ Objectif de cette fiche

Développer la capacité à **prendre conscience de ses propres filtres perceptifs**, à **identifier les présupposés qui influencent l'action pédagogique**, et à **adopter une posture d'ouverture, de curiosité et de non-jugement**. Apprendre à **créer un climat inclusif**, à **ajuster sa pratique en fonction des réalités perçues**, et à **libérer son agir des projections inconscientes** — en s'appuyant sur la **Communication NonViolente (Rosenberg)** et les **5 Accords Toltèques (Ruiz)**.

□ Résumé thématique

Les présupposés sont des **jugements statiques** qui bloquent la relation et faussent l'accompagnement. Les déconstruire, ce n'est pas les effacer — c'est **les rendre visibles, les questionner avec bienveillance**, et **choisir consciemment comment agir**. La **CNV de Marshall Rosenberg** et les **5 Accords Toltèques de Don Miguel Ruiz** offrent des **cadres puissants** pour libérer sa pratique pédagogique, en favorisant l'**observation factuelle**, la **curiosité**, et l'**ajustement en fonction de ce qui est — non de ce qu'on croit**.

« La compétence I4, ce n'est pas devenir "sans préjugés" (impossible), mais devenir "libre de ses préjugés" : les voir, les nommer, les questionner, et choisir son action à partir de ce qui est, non de ce qu'on croit. »

□ Situation problème : Présupposés bloquant l'accompagnement

Un·e formateur·ice agit à partir de jugements rapides ou de généralisations — ce qui génère une tension, un malaise, ou un blocage dans l'accompagnement. Il/elle ne voit pas la réalité, mais sa projection.

□ Fondements théoriques

Deux cadres complémentaires pour déconstruire les présupposés : la CNV et les Accords Toltèques.

□ **Marshall Rosenberg (2015) — Communication NonViolente (CNV)** > Identifie les présupposés comme des “jugements statiques” qui bloquent la relation.

4 présupposés majeurs à déconstruire :

Présupposé	Alternative CNV	Exemple
-----	-----	-----
Évaluation statique	Observation dynamique	“Cet apprenant est paresseux” → “J'observe qu'il n'a pas rendu ses travaux cette semaine”
Déni de responsabilité	Choix conscient	“Je suis obligé de faire ce programme” → “Je choisis de suivre ce programme parce que je valorise...”
Exigences vs demandes	Demande ouverte	“Il faut que tu participes !” → “Serais-tu d'accord de partager ton point de vue ?”
Récompenses/Punitions	Motivation intrinsèque	“Si tu ne travailles pas, tu auras une mauvaise note” → “Qu'est-ce qui pourrait t'aider à t'engager dans cet apprentissage ?”

□ **Don Miguel Ruiz (1997) — Les 5 Accords Toltèques** > Appliqués à la formation, ils deviennent des principes pour libérer sa pratique :

Accord	Application en formation	Exemple de présupposé à libérer
-----	-----	-----
1. Que votre parole soit impeccable	Éviter les étiquettes, utiliser un langage descriptif	“Il ne comprend rien” → “Je constate qu'il me demande de répéter plusieurs fois”
2. N'en faites jamais une affaire personnelle	Ne pas prendre les résistances comme des attaques	Un apprenant conteste → “Quel est son besoin non exprimé ?”
3. Ne faites aucune supposition	Vérifier au lieu de présupposer	Grille : Fait + Interprétation + Vérification
4. Faites toujours de votre mieux	Accepter l'imperfection, ajuster sans culpabiliser	Distinguer “erreur” (à corriger) de “faute” (à blâmer)
5. Soyez sceptique, mais apprenez à écouter	Remettre en question ses certitudes, écouter les feedbacks	Adopter une posture de chercheur face à sa pratique

==== □ Intégration I4 + Rosenberg + Toltèques

Trois niveaux pour intégrer la déconstruction des présupposés.

Niveau	Focus	Outils
-----	-----	-----

1. Conscience des Présupposés	Identifier les jugements statiques	Grille FROG, Journal de présupposés, Exercice du “Et si...”
2. Mécanismes de Libération	Passer de l'interprétation à l'observation	Processus en 4 étapes : Capture → Curiosité → Vérification → Choix
3. Posture Professionnelle Intégrée	Agir à partir de ce qui est	Observer sans interpréter, questionner ses interprétations, ajuster en continu

□ Niveau 1 : Conscience des Présupposés — Tableau d'analyse

Situation	Présupposé typique	Question libératrice (Toltèque)	Reformulation CNV
-----	-----	-----	-----
Apprenant silencieux	“Il n'est pas intéressé”	“Que pourrais-je vérifier au lieu de supposer ?”	“J'observe qu'il participe peu oralement. J'aimerais comprendre ses préférences d'apprentissage”
Groupe qui rit pendant un exercice	“Ils ne prennent pas ça au sérieux”	“Est-ce que j'en fais une affaire personnelle ?”	“Je vois de la gaieté dans le groupe. Je me demande si l'activité est trop facile ou si c'est leur façon de gérer le stress”

□ Niveau 2 : Mécanismes de Libération — Processus en 4 étapes

1. **Capture** : “Je remarque que je pense que...” → Prise de conscience du présupposé 2. **Curiosité** : “Et si c'était autre chose ?” → Scepticisme toltèque 3. **Vérification** : “Qu'est-ce que j'observe vraiment ?” → Observation CNV 4. **Choix** : “Comment adapter mon action ?” → Meilleur possible

□□ Niveau 3 : Posture Professionnelle Intégrée

Le formateur “libéré” :

- □♂ **Observe sans interpréter immédiatement** - □ **Questionne ses propres interprétations** - □ **Ajuste en fonction des réalités constatées** - □ **Accueille la diversité sans jugement** - □ **Apprend de chaque situation**

==== □ Outils Concrets pour Développer I4

Outil	Description	Application
----	-----	-----
1. Journal de Préjugés	Noter 1 présupposé par jour, le traduire en observation neutre, noter l'impact	Journal réflexif quotidien
2. Grille FROG	Fait - Réaction - Observation - Généralisation	Analyse de situation après-coup
3. Exercice du “Et si...”	Devant une situation frustrante : “Et si ce comportement était une stratégie d'apprentissage ?”	Réflexion en temps réel

4. Supervision Croisée	Présenter une situation à un pair, lui demander : "Quels présupposés tu entends dans mon récit ?"	Observation entre pairs
-------------------------------	--	-------------------------

—

==== □ Évaluation de la Compétence I4

Indicateurs de maîtrise et preuves pour le portfolio.

Indicateur de maîtrise	Preuve possible dans le portfolio
-----	-----
Identifie spontanément ses présupposés	Analyse de situation avec identification des présupposés
Utilise un langage descriptif plutôt qu'évaluatif	Vidéo commentée montrant le dépassement d'un préjugé
Pose des questions de clarification avant d'interpréter	Témoignages d'apprenants sur le climat de non-jugement
Ajuste ses méthodes en fonction des réalités observées	Journal réflexif sur l'évolution de sa pratique
Crée un climat où les apprenants se sentent non jugés	Feedback de groupe, évaluation de climat

—

==== □ Intégration dans le Modèle Multi-Multi-Multi (Bucheton)

Les présupposés affectent particulièrement :

- **L'ajustement** : On ajuste à partir de ce qu'on croit voir, pas de ce qui est - **Le multi-agenda** : Les préjugés biaisent nos priorités - **La circulation entre postures** : Un préjugé peut nous bloquer dans une posture (ex : contrôle par peur du désordre)

La libération des préjugés permet :

- Des observations plus fines pour mieux ajuster - Un multi-agenda plus équilibré (moins d'agenda "défensif") - Une circulation plus fluide entre les postures

—

==== □ Phrases Clés pour Incarner I4

À dire aux apprenants :

- "Aidez-moi à comprendre votre point de vue..." - "Je remarque que... pouvez-vous m'en dire plus ?" - "Je fais l'hypothèse que... est-ce exact ?"

À se dire à soi-même :

- "Qu'est-ce que je suis en train de présupposer ici ?" - "Qu'est-ce que j'observe vraiment, sans interpréter ?" - "Comment vérifier plutôt que supposer ?"

Dans l'analyse de pratique :

- “Mon présupposé initial était...” - “En observant mieux, j'ai vu que...” - “La prochaine fois, je vérifierai avant de...”

—

==== □ Pour le Moodle/BFFA — Proposition d'activité

Filmez 10 minutes d'animation

1. Transcrivez votre **monologue interne** (ce que vous pensiez) 2. Surlignez les **présupposés** (en rouge) et les **observations pures** (en vert) 3. Réécrivez le monologue en version “libérée” 4. Partagez avec un pair pour **feedback**

Compétence démontrée :

Conscience des présupposés + capacité à les dépasser + impact sur l'action pédagogique.

—

□ Mes insights personnels

« Pour déconstruire mes présupposés, je me demande : »

* - Quels présupposés j'ai repérés aujourd'hui — et comment je les ai libérés ? * - Comment je peux intégrer la CNV et les Accords Toltèques dans mon quotidien ? * - Comment je peux créer un climat de non-jugement dans mon groupe ? * - Comment je peux utiliser la supervision croisée pour me faire challenger ? * - Comment je m'ajuste, me réfléchis, reste authentique — dans mon accompagnement ?

—

□ Pistes de développement

À expérimenter : * - [] Journal de présupposés quotidien * - [] Grille FROG pour chaque séance * - [] Exercice du “Et si...” en temps réel

À approfondir : * - [] Théorie de la CNV (Rosenberg) * - [] Les 5 Accords Toltèques (Ruiz) * - [] Psychologie cognitive des jugements (Kahneman)

□ Bibliographie

Rosenberg, M. B. (2015). Les mots sont des fenêtres (ou bien ce sont des murs) : La communication non violente. Éditions Jouvence.

Ruiz, D. M. (1997). Les quatre accords toltèques. Éditions Jouvence.

Kahneman, D. (2011). Thinking, fast and slow. Farrar, Straus and Giroux.

Navigation

* ← Retour à la [Page principale I4 — Préjugés](#) * → Retour à la [Page du Module MTV](#)

[carnet](#), [I4](#), [déconstruction](#), [présupposés](#), [CNV](#), [accords](#), [toltèques](#), [Rosenberg](#), [Ruiz](#)

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:i4_prejuges:i4_deconstruction

Last update: **2026/01/14 16:19**

