

Table des matières

□ Compétence I7 - Viser l'excellence dans ses activités professionnelles	3
□ Dimensions	5

□ Compétence I7 - Viser l'excellence dans ses activités professionnelles

« Viser l'excellence, c'est transformer chaque expérience en levier d'amélioration continue, par la réflexion, le transfert et l'ajustement conscient. »

□ Informations rapides

- * **Page parente** : [Carnet I — Ethique](#)
- * **Compétence liée** : [I7 — Viser l'excellence](#)
- * **Module concerné** : [Module MTV — Méthodologie de la formation d'adultes](#)

□ Objectif de cette fiche

Développer une **démarche réflexive systématique et structurée** pour transformer chaque situation professionnelle - tensions, erreurs, écarts - en opportunité d'apprentissage, permettant d'atteindre l'excellence par l'amélioration continue consciente.

□ Exemples de contenus

« L'excellence professionnelle ne réside pas dans l'absence d'erreurs, mais dans la qualité de la réflexion que nous menons sur nos actions et dans notre capacité à transformer les expériences en apprentissages transférables. »

- Analyse de pratique professionnelle (APP)
- Réflexivité et métacognition
- Transfert d'apprentissage
- Justification théorique des actions
- Pratique délibérée et amélioration continue

□ Critères de performances

- Structure sa réflexion professionnelle de manière systématique
- Mobilise des théories pertinentes pour analyser ses pratiques
- Développe une posture de facilitateur en intégrant la co-construction du savoir
- Capitalise sur les apprentissages issus des situations professionnelles
- Transfère les apprentissages dans différents contextes
- Utilise les feedbacks pour ajuster et améliorer ses pratiques

□ Questions ouvertes

- Comment intégrez-vous la réflexion dans votre développement professionnel selon les concepts de Schön, Brookfield, et Mezirow ?
- Quels changements spécifiques avez-vous observés dans votre pratique à la suite d'une réflexion critique ?
- Quelles stratégies utilisez-vous pour maintenir et améliorer continuellement votre compétence

et motivation ?

- Comment transformez-vous concrètement une erreur ou un écart en levier d'apprentissage ?
- Comment assurez-vous le transfert de vos apprentissages dans des contextes différents ?



L'excellence est un processus à cultiver. Elle se nourrit moins de réussites éclatantes que de la qualité de la réflexion menée sur les expériences ordinaires.

Points clés :

Réflexivité systémique × Transfert conscient × Pratique délibérée × Amélioration continue

□ Définition des modèles théoriques

□ Les fondamentaux

Cycle TPARC : Structure ma démarche réflexive et opérationnelle

graph LR; T[□ Temps] --> P[□ Prise de conscience]; P --> A[□ Action]; A --> R[□ Résultat]; R --> C[□ Continuité]; style T fill:#e3f2fd; style P fill:#f3e5f5; style A fill:#e8f5e9; style R fill:#fff3e0; style C fill:#ffebee;

Modèle MTV : Démonstration des 3 compétences

- **M** : Méthodologie (savoir-faire technique)
- **T** : Transfert (capacité à réutiliser)
- **V** : Vision (compréhension systémique)

□ Créer un journal réflexif structuré selon TPARC □ Développer une grille d'auto-évaluation basée sur les 4 lentilles de Brookfield □ Élaborer un protocole de transfert d'apprentissage entre contextes □ Construire une banque de situations d'apprentissage analysées théoriquement

□ Modèles théoriques clés

Modèle de la performance experte (Ericsson, 1996) : L'excellence s'acquiert par une **pratique délibérée** - travail ciblé, répété, avec feedback immédiat et ajustements constants.

Théorie de la réflexion (Schön, 1983) : Distingue :

- **Réflexion-sur-l'action** : Analyse rétrospective après l'action
- **Réflexion-dans-l'action** : Ajustement en temps réel pendant l'action

Modèle des 4 lentilles (Brookfield, 1995) : Pour une vision complète de sa pratique :

1. Auto-évaluation
2. Perceptions des apprenants
3. Regard des collègues

4. Littérature théorique

□ Concepts complémentaires

Zone proximale de développement (Vygotsky) : Espace entre ce que l'apprenant peut faire seul et ce qu'il peut faire avec accompagnement - guide la progression vers l'excellence.

Apprentissage expérientiel (Kolb) : Cycle d'apprentissage par l'expérience concrète → observation réflexive → conceptualisation abstraite → expérimentation active.

Andragogie (Knowles) : Principes d'apprentissage des adultes - autonomie, expérience antérieure, orientation vers la résolution de problèmes.

Vision aigle/chouette : Alternier entre vision macro (stratégique) et micro (opérationnelle) pour une excellence globale.

□ Dimensions

Dimension	Lien vers carnet	Lien vers portfolio
□ Expliciter ma pratique	□ Détail	□ Preuve
□ Cycle TPARC	□ Détail	□ Preuve
□ Analyse de pratique (APP)	□ Détail	□ Preuve
□ Réflexion (Schön)	□ Détail	□ Preuve
□ Performance (Ericsson)	□ Détail	□ Preuve
□ 4 Lentilles (Brookfield)	□ Détail	□ Preuve

□ Mes 3 outils privilégiés

Outil	Utilité	Lien vers détail
Journal réflexif TPARC	Structurer l'analyse de chaque expérience significative	□ Journal TPARC
Grille des 4 lentilles	Obtenir une évaluation multi-perspectives de ma pratique	□ Grille Brookfield
Protocole de transfert	Formaliser le passage d'un apprentissage à d'autres contextes	□ Protocole transfert

□ Synthèse rapide

Clés de réussite identifiées :

- La régularité de la pratique réflexive (rituels quotidiens/hebdomadaires)
- Le courage de solliciter des feedbacks critiques
- La patience dans le processus d'amélioration continue

Points de vigilance :

- Éviter l'auto-flagellation - l'erreur est un signal, pas un échec
- Ne pas se perdre dans l'analyse au détriment de l'action

- Rester ouvert aux perspectives différentes des siennes

□ Ce que j'ai appris :

- L'excellence se construit par la **pratique délibérée** (Ericsson)
- La **réflexion dans l'action** (Schön) est un levier puissant pour ajuster en temps réel
- Le **modèle des 4 lentilles** (Brookfield) permet une auto-évaluation complète

△ Ce que je veux améliorer :

- Structurer mes réflexions avec plus de rigueur théorique
- Transférer plus systématiquement mes apprentissages dans des contextes différents
- Utiliser l'analyse en lien avec la compétence dès qu'une situation complexe se présente

□ Outils maîtrisés :

- Cycle TPARC pour structurer la réflexion
- Questions de relance pour la métacognition
- Analyse de vidéos de mes propres interventions

□ Outils à approfondir

- Modélisation des compétences expertes
- Cartographie des transferts d'apprentissage
- Analyse systémique des situations complexes

Comment j'articule différentes théories dans ma pratique ?

J'ai appris à **hybrider les modèles** : j'utilise le cycle TPARC comme structure générale, j'intègre la réflexion dans l'action de Schön pendant mes interventions, et je valide mes analyses avec les 4 lentilles de Brookfield. Chaque théorie éclaire un aspect différent de la démarche d'excellence.

Quels principes guident ma recherche d'excellence ?

La clé est de **maintenir un équilibre** entre action et réflexion, entre exigence et bienveillance envers soi-même, entre ancrage dans le concret et élévation théorique. Je vise la progression, pas la perfection.

Comment j'assure le transfert des apprentissages ?

Je pratique le **questionnement systématique** : "Qu'ai-je appris ici ? Où d'autre cela pourrait-il s'appliquer ? Qu'est-ce qui devrait être adapté ?" Cette habitude transforme les expériences isolées en capital transférable.

□ Réflexion personnelle

J'ai découvert que viser l'excellence, ce n'est pas chercher la perfection, mais cultiver une posture d'écoute profonde - envers moi-même, envers les autres, envers les situations. J'ai appris à ne plus voir l'erreur comme un échec, mais comme un signal : un moment de faille qui m'invite à me questionner, à me remettre en question, et à évoluer.

Une expérience marquante : après une formation où je me suis sentie très mal à l'aise, j'ai appliqué le cycle TPARC. En analysant le "Temps", j'ai réalisé que j'avais négligé la préparation relationnelle au profit du contenu. La "Prise de conscience" a été douloureuse mais libératrice. L'"Action" suivante a

été radicalement différente - j'ai consacré 30% du temps à la construction du climat avant d'aborder le fond. Le "Résultat" ? Une formation fluide, engageante. La "Continuité" ? Cette proportion est devenue ma règle.

Ce processus m'a enseigné que l'excellence est fondamentalement **relationnelle** avant d'être technique. Mes plus grandes avancées sont venues non pas de mes réussites, mais de mes analyses honnêtes de mes échecs. Aujourd'hui, je considère chaque situation difficile comme un cadeau - elle me montre où je dois grandir.

Ce que je retiens surtout : **l'excellence est un chemin, pas une destination**. Plus je progresse, plus je vois de nouvelles possibilités d'amélioration. Cette humilité dynamique est devenue ma plus grande force.

□ Évolution et compréhension de l'excellence

Je suis passé d'une conception **quantitative** de l'excellence ("faire plus, mieux, plus vite") à une conception **qualitative et systémique**. L'excellence n'est plus une performance à atteindre, mais une qualité de présence et de conscience à cultiver dans chaque action.

Évolution en trois phases : 1. **Excellence technique** : Maîtrise parfaite des outils et méthodes 2. **Excellence relationnelle** : Qualité des interactions et adaptation aux autres 3. **Excellence systémique** : Compréhension des interrelations et contribution à un tout cohérent

Aujourd'hui, je définis l'excellence comme **la capacité à créer des environnements où chacun peut donner le meilleur de lui-même, y compris moi**. Cela inclut :

- Créer des conditions d'apprentissage optimales
- Faciliter les prises de conscience
- Permettre les ajustements en cours de route
- Contribuer à un écosystème apprenant

Cette évolution a transformé mon rapport au travail : je ne "donne" plus des formations, je "co-crée" des espaces d'apprentissage. Ma satisfaction ne vient plus des compliments reçus, mais de la qualité des transformations que j'observe chez les participants.

Le signe le plus tangible de cette excellence systémique ? Quand les apprenants continuent à échanger et s'entraider bien après la fin de la formation, créant leur propre communauté d'apprentissage. C'est là que je sais avoir vraiment accompli mon rôle.

□ Bibliographie

- **Brookfield, S. D.** (1995). **Becoming a Critically Reflective Teacher**. Jossey-Bass.
- **Ericsson, K. A.** (1996). **The Road to Excellence: The Acquisition of Expert Performance in the Arts and Sciences, Sports, and Games**. Erlbaum.
- **Schön, D. A.** (1983). **The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action**. Basic Books.
- **Kolb, D. A.** (1984). **Experiential Learning: Experience as the Source of Learning and Development**. Prentice Hall.
- **Knowles, M. S.** (1980). **The Modern Practice of Adult Education: From Pedagogy to Andragogy**. Cambridge Book Company.

- **Vygotsky, L. S.** (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Harvard University Press.

Navigation

- ← Retour à la [compétence I — Ethique](#)
- → Retour à la [Page du Module MTV](#)

[i7](#), [excellence](#), [reflexion](#), [tparc](#), [ericsson](#), [schon](#), [brookfield](#), [mtv](#), [pratique deliberee](#), [reflexion dans l'action](#), [amélioration continue](#)

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:i7_excellence&rev=1768203390

Last update: **2026/01/12 08:36**

