

La réflexivité en formation ? Qu'est-ce que c'est et comment la favoriser ?



Kesako ?

Et si on réfléchissait à comprendre pourquoi il est utile de se pencher sur la question de la réflexivité en formation... ? En voilà une question !

La réflexivité :

- Est le fait qu'une personne, à partir d'expériences vécues, est capable de **réfléchir sur elle-même et se remettre en question** en prenant conscience de sa manière d'agir.
- Elle permet d'enrichir ses compétences, d'identifier les obstacles et trouver des moyens d'y remédier et de s'améliorer. En résumé, **apprendre à apprendre** en toute autonomie.
- « Conscientiser ses compétences » est elle-même **une compétence comportementale transversale au cœur de toutes les compétences professionnelles !**
- Elle peut aider à renforcer la **reconnaissance et l'estime de soi** et permet de s'ouvrir aux autres et aux idées nouvelles.

Et, pourtant, elle est souvent **perçue comme inutile** et éloignée des préoccupations professionnelles par les apprenants.es. D'autant plus qu'il s'agit d'un exercice difficile... mais qui s'apprend en faisant l'objet d'un accompagnement nécessaire. Et c'est bien là le rôle du.de la formateur.rice : **celui d'accompagner les apprentissages en « aidant à apprendre » et à « apprendre à apprendre ».**



OK ! Mais concrètement ?

Accompagnez vos stagiaires à se poser ces questions interreliées :

1. **Définir une problématique** : « Pourquoi ça n'a pas marché et comment je pourrais m'y prendre pour y arriver ? » ou « Comment ai-je réussi ce geste technique que je n'avais encore jamais réussi ? » ;
2. **Décrire la situation** : « Comment en suis-je arrivé.e là ? » Plus la description est riche, plus le travail sera intéressant ;
3. **Analyser la situation** : pour donner du sens, faire des liens pour mieux comprendre les événements, les interpréter et les expliquer ;
4. **Conceptualiser** : « Quels enseignements puis-je-en tirer ? Quelles nouvelles connaissances émergent de ce travail descriptif que j'ai moi-même analysé ? »
5. **Opérationnaliser** : « Que faire, à l'avenir, dans un cas similaire ? »
6. **Concrétiser** : de manière contextualisée
7. **Mettre en œuvre** : c'est le retour dans la réalité pour valider les pratiques qui ont fait mouche et celles à améliorer, mesurer le chemin parcouru et celui qui reste à faire.



Paroles de formatrices/ formateurs

« Je voudrais que mes stagiaires puissent être plus autonomes dans leur apprentissage en ayant conscience de leurs erreurs et qu'ils les corrigent par eux-mêmes »



Pour aller plus loin...

- [La pratique réflexive dans un groupe](#)
- [La réflexivité comme compétence](#)
- Evaluation entre pairs et autoévaluation : <https://urlz.fr/ITqB> et <https://urlz.fr/ITqK>



Exemples

[Des outils pour expliciter ses compétences](#)