

Questionnaire – Qualité de présence

QUALITE DE PRESENCE

Comment vivons-nous une situation : notre respiration, notre posture, nos émotions, nos sensations corporelles.

A quoi correspond cette dimension?

La voix, le corps, la présence de l'éducatrice sont ses principaux outils, tout ce qu'elle fait est médiatisé par sa présence. Le mot présence évoque inévitablement une double perspective : interne et externe, présence

perçue et vue. Nous avons une sensation interne de notre corps, et en même temps cette présence produit une impression visuelle aux autres participants présents. Il en va de même pour la voix, nos paysages émotionnels et nos stratégies de présentation de nous-mêmes. Notre méthode basée sur la vidéo aidera à combler cet écart apparent entre l'interne et l'externe, vous aidant à utiliser les sensations intérieures comme rétroaction de manière plus délibérée, avec un plus de conscience.

REMP LISSEZ LES SECTIONS VERTE ET ROUGE AVANT DE REGARDER VOTRE VIDEO

Utilisez l'échelle 1 = fortement en désaccord, 2 = en désaccord 3 = neutre, 4 = d'accord 5 = tout à fait

Items prescriptifs	1	2	3	4	5
Une bonne formatrice a une expression verbale fluide					
Il est important d'éviter les interjections (pauses remplies)					
Les mouvements de la formatrice perturbent le processus d'apprentissage					
Il est important d'éviter les mouvements « parasites » (non volontaires)					
Il est important d'utiliser le contact visuel avec autant d'apprenants que possible					
La formatrice doit se positionner vis-à-vis des apprenants					
Les réactions émotionnelles du formateur ne doivent pas être observables					
La formatrice doit apparaître comme compétente					
La formatrice doit apparaître comme gentille et amicale					

REMPLEZ LA SECTION ROUGE AVANT DE REGARDER VOTRE VIDÉO. APRÈS, CACHEZ LE PAPIER EN LE PLIANT. REMPLISSEZ LA SECTION BLEUE APRÈS AVOIR REGARDÉ LA VIDÉO. ENSUITE OUVREZ ET COMPAREZ. TROUVEZ-VOUS DES DIFFÉRENCES?

Items descriptifs	APRÈS AVOIR VU LA VIDÉO					AVANT AVOIR VU LA VIDÉO				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
Mon expression verbale est fluide / segmentée										
J'ai des déclarations inachevées										
Je parle rapidement										
Ma voix perd souvent de sa force et de sa clarté										
J'utilise la segmentation avec des pauses silencieuses										
J'utilise la segmentation avec des pauses remplies d'interjections ("hmm" ou "euh")										
Ma voix a un ton aigu										
Mon intonation est monotone										
Ma respiration est profonde et en ligne avec mon discours										
J'offre un contact visuel à tous les apprenants										
Ma posture est orientée vers les apprenants										
J'utilise des proxémiques (change ma distance pour les apprenants)										
Mes gestes illustrent mes déclarations										
Mes gestes aident à accentuer les aspects importants du message										
Je fais des mouvements / gestes dont je ne suis pas consciente										
Je me sens ancrée dans le sol										
Je me déplace dans l'espace car je le connais par cœur										
Je suis consciente de mes émotions pendant les sessions										
J'écoute mes émotions comme un moyen de rétroaction										
Je ne donne aucun signe d'émotions										
La plupart du temps, je suis plus confiante qu'embarrassée										
La plupart du temps, je suis chaude plutôt que froide										
La plupart du temps, je suis ouverte et flexible plutôt que rigide et fermée										
La plupart du temps, je suis irritable et anxieuse plutôt que calme										
Je me présente comme quelqu'un de gentil et amical										
Je me présente comme quelqu'un de compétent										
Je me présente comme quelqu'un d'intimidant										