

PÉDAGOGIE & ANDRAGOGIE

Apprentissage autodirigé

Aussi écrit : apprentissage autodirigé - apprentissage auto-dirigé - autodirection des apprentissages - self-directed learning

DÉFINITION

Modalité d'apprentissage où l'adulte définit lui-même ses objectifs, choisit ses ressources et règle son rythme, tandis que le formateur devient un facilitateur plutôt qu'un enseignant qui prescrit. Elle se déroule à l'intérieur d'un dispositif de formation structuré, avec un accompagnement disponible. À ne pas confondre avec l'autodidaxie, qui se pratique hors de tout parcours organisé.

L'apprentissage autodirigé désigne une modalité précise : l'adulte fixe lui-même ses objectifs, choisit ses ressources et règle son rythme, pendant que le formateur change de rôle. Ce n'est pas un argument marketing. C'est un critère concret pour juger si un parcours de formation respecte votre statut d'adulte, ou vous traite comme un élève à qui l'on impose un programme figé.

Apprentissage autodirigé ou autodidaxie : ce qui change

Qui fixe les objectifs

- Apprentissage autodirigé : L'adulte, avec le formateur en facilitateur
- Autodidaxie : L'adulte, seul

Cadre de formation

- Apprentissage autodirigé : Dispositif structuré : centre, référentiel, évaluation
- Autodidaxie : Aucun parcours organisé

Accompagnement disponible

- Apprentissage autodirigé : Oui, le formateur reste présent
- Autodidaxie : Non

Validation possible

- Apprentissage autodirigé : Oui, selon le dispositif
- Autodidaxie : Rarement

Risque principal

- Apprentissage autodirigé : Autonomie mal encadrée, "on vous laisse vous débrouiller"
- Autodidaxie : Isolement, absence de retour

D'où vient cette idée d'autonomie encadrée

Le chercheur Roger Hiemstra a rattaché cette autodirection à l'andragogie de Malcolm Knowles : l'adulte a besoin d'être décisionnaire de son propre apprentissage, pas simple récepteur d'un programme construit par d'autres (Savoires, 2015). Le formateur ne disparaît pas pour autant. Il change de fonction. Il ouvre des ressources, cadre les priorités, relance quand la trajectoire dérive, corrige les erreurs de méthode. Ce déplacement, de celui qui transmet vers celui qui facilite, est le cœur de la définition.

Ce que ce critère change dans le choix d'une formation

Quand vous comparez deux organismes, cette dimension mérite d'être posée comme question, pas supposée acquise. Un organisme qui vous laisse fixer certains objectifs, choisir des modules, avancer à votre rythme, tout en gardant un formateur disponible, reconnaît votre expérience et vos contraintes. Un adulte en reconversion

n'arrive pas les mains vides. Il a un métier derrière lui, une vie à concilier, un projet déjà précis. Le traiter comme un débutant sans passé professionnel produit de la démotivation, pas de l'apprentissage.

Le piège de l'autonomie mal encadrée

"Autodirigé" sert parfois à habiller une réalité plus simple : on vous laisse seul face à des supports de cours. Un vrai parcours autodirigé demande davantage d'ingénierie pédagogique, pas moins : un positionnement de départ, des ressources construites, des points de suivi réguliers, des jalons d'évaluation. Sans ce filet, la liberté affichée est un abandon qui ne dit pas son nom. Avant de signer, vérifiez ce qui est réellement prévu comme accompagnement, pas seulement ce qui est promis comme liberté.

Deux situations concrètes

Un homme de 42 ans, reconversion vers un métier technique

Après dix-huit ans dans la même entreprise industrielle, il compare deux organismes pour se former à un métier technique. Le premier impose un programme identique à tous les stagiaires, sans tenir compte de ce qu'il maîtrise déjà. Le second lui propose de valider certains modules par anticipation, de choisir l'ordre de ses travaux pratiques, et de garder un formateur joignable en cas de blocage. Il choisit le second, non par goût de la liberté, mais parce qu'il refuse de reperdre du temps sur des notions qu'il connaît déjà.

Une femme de 39 ans, en reconversion vers l'accompagnement

Elle s'inscrit à une formation présentée comme autodirigée, attirée par la promesse d'un rythme libre. Les premières semaines, elle découvre surtout des supports en ligne à parcourir seule, sans retour sur ses exercices ni relance en cas de silence. Elle finit par demander elle-même un point d'étape régulier avec un formateur, ce qui aurait dû être prévu dès le départ. Ce qu'elle vivait comme de l'autonomie était, en réalité, un accompagnement absent.

Les erreurs fréquentes

- Confondre "autodirigé" et "sans accompagnement" : accepter une formation où personne ne relance jamais revient à payer pour un simple accès à des documents.
- Ne pas vérifier la fréquence réelle des points de suivi avant de signer : une formule comme "formateur disponible" sans rythme précisé ne veut rien dire.
- Croire que l'autonomie dispense de tout cadre : sans jalons d'évaluation, on avance sans savoir si l'on progresse réellement.
- Sous-estimer son propre besoin de structure au démarrage d'une reconversion : tout le monde n'apprend pas mieux en autodirigé, surtout au début d'un changement de métier.
- Confondre apprentissage autodirigé et autodidaxie en entretien ou sur un CV : ce sont deux réalités différentes, et l'une n'a pas le cadre validant de l'autre.

Pour votre reconversion

- La différence avec l'autodidaxie
- L'andragogie, la théorie derrière cette posture
- Ce qu'est une approche pédagogique
- Devenir formateur professionnel d'adultes
- Formation professionnelle adulte : comprendre le cadre

À RETENIR

- En apprentissage autodirigé, l'adulte fixe ses objectifs et son rythme, mais reste dans un dispositif de formation structuré, avec un formateur qui facilite au lieu d'imposer un programme.
-

L'autodidaxie se pratique hors de tout parcours organisé, sans cadre, sans formateur et sans validation : ce n'est pas la même chose que l'apprentissage autodirigé.

- Cette posture s'appuie sur l'andragogie de Malcolm Knowles, reprise par le chercheur Roger Hiemstra : l'adulte a besoin d'être décisionnaire de son apprentissage.
- Un vrai parcours autodirigé demande plus d'ingénierie d'accompagnement, pas moins : positionnement de départ, ressources structurées, suivi régulier, jalons d'évaluation.
- Avant de choisir une formation dite autodirigée, mieux vaut vérifier ce qui est réellement prévu comme accompagnement, pas seulement ce qui est promis comme liberté.

SOURCES

OFFICIELLES & RÉGLEMENTAIRES

- Centre Info - Formation tout au long de la vie <https://www.centre-info.fr/> (consulté 2026-07-03)

ACADÉMIQUES

- Roger Hiemstra, « Faciliter l'apprentissage autodirigé des adultes », *Savoirs*, 2015/1 n° 37, p. 53-73 (Cairn.info) <https://www.cairn.info/revue-savoirs-2015-1-page-53.htm> (consulté 2026-07-03)

Fiche extraite du Glossaire de la formation professionnelle.

Auteur : Benjamin Duplaa - directeur IFPA Poitiers, 15 ans d'accompagnement reconversion
Bordeaux, France.

*Version à jour (les règles évoluent) : benjaminduplaa.com/lexique/apprentissage-autodirige
Diffusion libre - citation appréciée.*



Scanner pour ouvrir le PDF