

**Exercice : savez-vous bien écouter ?** Durée : 40 minutes

Objectif : présenter des techniques d'amélioration de l'écoute.

Matériel : aucun

*Instructions :*

1. *Dites aux participants que, pendant cette session, nous allons examiner notre propre aptitude à écouter les autres.*
2. *Divisez le groupe en paires (de préférence avec quelqu'un qu'ils ne connaissent pas bien).*
3. *Dites aux participants que chaque personne de chaque paire aura deux minutes pour parler sur un sujet de son choix. L'autre écoutera.*
4. *Demandez à la personne qui écoute de faire attention et de ne pas interrompre son partenaire.*
5. *Indiquez au groupe lorsqu'il est temps de changer.*
6. *Demandez à ceux qui ont parlé de quitter la pièce de manière à parler en privé à ceux qui ont écouté.*
7. *Dites-leur d'agir comme s'ils n'étaient pas intéressés par le discours de leur interlocuteur. Demandez-leur de couper la conversation et de ne pas regarder la personne dans les yeux.*
8. *Invitez les autres à réintégrer la salle et recommencez l'exercice en inversant les rôles.*
9. *Lorsque chacun a joué les deux rôles, récapitulez avec les points de discussion suivants :*

Conclusion à l'aide de points de discussion

- a. *Quelle a été votre impression en tant qu'orateur la première fois (avec une personne attentive en face) ?*
- b. *Qu'a fait la personne qui écoutait afin de vous faire sentir qu'elle était attentive ?*
- c. *Quelle a été l'impression de l'orateur la deuxième fois ?*
- d. *Qu'a fait la personne qui écoutait afin de vous faire sentir qu'elle n'était pas attentive ?*

- e. Qu'avez vous appris à propos d'une personne sachant écouter ?
- f. Quels comportements encouragent les autres à nous parler ?
- g. Comment pouvons-nous utiliser ces techniques dans le cadre du programme ?