

Écoute active : l'art de poser des questions de relance

Raison d'être de la formation

Approfondir les échanges, accroître son impact relationnel et renforcer la confiance en formulant des questions de relance (follow-up questions) qui aident l'autre à préciser sa pensée, à explorer ce qui compte réellement et à faire émerger de nouvelles pistes.

Résultats concrets

- Repérer les réflexes qui interrompent, orientent ou appauvrissent l'échange
- Formuler des questions de relance adaptées à l'intention et au contexte
- Maintenir l'attention sur la personne plutôt que sur sa propre interprétation
- S'exercer à relancer dans des conversations professionnelles

Formation dynamique

- **Brève discussion d'introduction** : pourquoi nos conversations restent-elles souvent en surface?
- **Autodiagnostic** : quels sont mes réflexes d'écoute?
- **Démonstration comparée** : une question de clarification versus une véritable question de relance
- **Défi en sous-groupe 1** : expérimenté une 1^{ère} conversation et pratiquer des questions de relances efficaces
- **Pluie d'exemples** : formulations proposées par l'animatrice et les personnes participantes

Formation dynamique

- **Défis en sous-groupes 2** : expérimenter une 2^{ème} conversations et pratiquer différentes questions de relances
- **Partage de trucs et astuces** : quoi faire lorsque l'autre répond peu, se disperse ou devient sur la défensive

Cette formation est pour vous si

- Vous posez plusieurs questions, mais les échanges demeurent factuels ou superficiels
- Vous souhaitez donner plus de profondeur à vos rencontres individuelles
- Vous voulez établir la confiance sans forcer la confiance
- Vous souhaitez aider vos collègues à réfléchir par eux-mêmes plutôt que de leur donner immédiatement la réponse

disponible en format 2 heures ou ½ journée | présentiel ou virtuel | formation en groupe en entreprise | anglais et français



La connexion, la confiance s'établissent à travers les échanges du quotidien. Il y a bien des pièges à l'écoute active, dont celui de se réfugier dans de banales questions de clarifications.

Cet atelier de travail revisite les comportements à éviter et offre un terrain pour pratiquer de question de suivi puissantes qui approfondissent les discussions et créent des liens humains de qualité.

Contexte