



# Développez votre savoir-être

Nom de la compétence : ÉCOUTE

Définition : Écouter attentivement son interlocuteur. Faire ressortir les éléments essentiels et en valider la compréhension.

Quelques questions qui vous branchent...	Oui	Non
– Écoutez-vous les autres attentivement lorsqu'ils vous parlent?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Êtes-vous capable de bien écouter, peu importe votre interlocuteur?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Êtes-vous capable de bien écouter même si l'opinion de votre interlocuteur diffère de la vôtre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Êtes-vous capable de bien reformuler les propos de votre interlocuteur même lorsque vous n'êtes pas d'accord avec lui?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Évitez-vous de penser plus à ce que vous allez dire qu'à écouter les autres?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Vous efforcez-vous d'avoir une attitude positive lors de vos échanges?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Êtes-vous patient avec les gens qui hésitent ou qui s'expriment plus ou moins clairement?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Faites-vous attention à ne pas couper la parole?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
– Aimez-vous apprendre des autres?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Si vous accumulez les « non », lisez ceci!

Quelques trucs qui portent fruit ...

- Connaissez les signes d'une bonne écoute et mettez les en pratique dès que vous en avez l'occasion (calme, bouche fermée, contact visuel, prise de notes, etc.).
- Considérez chaque nouvelle occasion d'échanger comme un exercice vous permettant de mettre en pratique et d'améliorer votre écoute. Soyez conscient de votre attitude et efforcez-vous de la corriger au moment même de l'action.
- Lorsque cela est possible, établissez d'emblée un accord avec votre interlocuteur quant à la durée de l'échange afin de vous responsabiliser tous les deux et de ne pas perdre de temps. Cela est particulièrement important si le temps est très limité et pourra justifier certaines interventions (question d'éclaircissement, résumé, etc.) sans pour autant décourager votre interlocuteur.
- N'interrompez pas votre interlocuteur avant qu'il ait terminé ses phrases; ne lui suggérez pas les réponses à moins qu'il ait vraiment besoin d'aide.
- Respectez votre interlocuteur en lui donnant l'occasion de s'exprimer. Sauter unilatéralement à une conclusion ou lui faire part de votre décision avant la fin ou trop tôt dans la conversation sans qu'il ait eu le temps de s'exprimer nuit plus souvent qu'autrement.
- Posez des questions à votre interlocuteur pour lui montrer que vous êtes intéressé, pour mieux comprendre, ou encore pour faire le point.
- Connaissez les critères et les préjugés qui font en sorte que vous écoutez plus certaines personnes que d'autres et essayez de vous en défaire.
- Concentrez-vous sur le contenu de la conversation plutôt que sur la personne.
- Améliorez votre attention et encouragez votre interlocuteur en adoptant une attitude positive et soyez conscient que certains signes non verbaux (expression faciale, etc.) peuvent nuire à la communication.
- Aidez un interlocuteur désorganisé en l'interrompant poliment pour résumer et recentrer la conversation.
- Aidez un interlocuteur bavard en le sensibilisant à l'importance de rester le plus possible dans le sujet pour éviter de perdre du temps.

1- Si vous le souhaitez, effectuez cette réflexion personnelle :

En lien avec la compétence ciblée, énumérez les aspects dont vous êtes satisfait et que vous souhaitez maintenir.

---

---

Énumérez les aspects dont vous êtes partiellement satisfait et que vous souhaitez améliorer.

---

---

Énumérez les aspects dont vous êtes insatisfait et que vous souhaitez modifier.

---

---

2- Partagez vos réponses avec un collègue afin de valider votre perception de vous-même.

Réalisé par



Ce projet a été réalisé dans le cadre du programme « Initiative d'appui aux conseillers agricoles » selon les termes de l'entente Canada-Québec sur le Renouveau du Cadre stratégique agricole.

