Quatre conseils pour mieux écouter



Rick Warren



"Qui répond avant d'avoir écouté montre sa bêtise et se couvre de ridicule."

Proverbes 18.13

Il existe une grande différence entre entendre et écouter. Entendre, c'est simplement capter les vibrations qui se produisent dans votre oreille. Écouter, c'est décoder ces vibrations au niveau de votre

cerveau. J’ai souvent entendu ma femme, mes enfants ou un paroissien me dire quelque chose, mais je n’ai pas toujours écouté.

> **“"Les pensées d’un homme sont cachées comme des eaux souterraines. Une personne intelligente sait les faire apparaître".”**

L’écoute est une capacité qui s’acquiert avec la pratique, l’attention et le désir d’apprendre. Voici quatre conseils pour mieux écouter.

Abstenez-vous de juger et de critiquer d’emblée
. Ne formulez aucune opinion avant d’avoir tout entendu et compris. Je dois reconnaître que ce n’est pas naturel. Lorsque quelqu’un vous dit une chose avec laquelle vous n’êtes pas d’accord, vous êtes tenté de rétorquer aussitôt : "Stop ! Je vous arrête tout de suite ! Nous allons nous occuper de ça !" Et vous n’allez jamais plus loin. Or vous devez d’abord laisser parler l’autre.

Souvent, les gens ont simplement besoin de se décharger. Prenez le temps de comprendre ce qu’ils vous disent, sous peine de créer un différend (Proverbes 18.13). Lorsque nous répondons avant d’avoir écouté, nous fondons généralement notre réponse sur des suppositions erronées.

Ne vous laissez pas distraire par des manies ou une question de personnalité. Chaque fois que nous écoutons quelqu’un qui s’y prend mal pour exprimer ce qu’il a sur le cœur, il est de notre responsabilité de décoder le message. Demandez-vous : "Qu’est-ce qu’il veut me dire vraiment et quelle leçon puis-je en tirer ?"

Gardez votre calme. Ne vous mettez pas sur la défensive. Il est inévitable que l’on vous critique. Le seul moyen de ne jamais être critiqué, c’est de ne jamais

dire, faire ou être quoi que ce soit.
Nous lisons dans Proverbes 19.11 : "Celui qui a du bon sens est patient ; il met son honneur à passer sur une offense". Si vous êtes patient, vous êtes sage. Il vous faut être patient avec ceux qui sont moins mûrs que vous et qui se méprennent sur votre compte.

Écouter de façon active. Pour bien écouter, vous devez faire preuve de créativité dans les questions que vous posez. Proverbes 20.5 nous dit : "Les pensées d'un homme sont cachées comme des eaux souterraines. Une personne intelligente sait les faire apparaître". Vous pouvez saisir ce que veut vous dire votre interlocuteur en l'écoutant, mais pour vraiment comprendre son point de vue, vous devez poser des questions qui révèleront ses pensées profondes.

Comment faites-vous cela ? En posant des questions de clarification : Qui ? Quoi ? Quand ? Comment ? Elles montreront à l'autre qu'il a toute votre attention et que vous désirez vraiment savoir ce qu'il a à vous dire.

Reformulez et résumez. Avant de répondre à votre interlocuteur, vous devez être capable de lui redire ce dont il vient de vous faire part. Avant de lui proposer votre version des faits, il faut lui montrer que vous comprenez le sens de son intervention en reformulant ses propos.

Une action pour aujourd'hui

Mettez en pratique ces quatre conseils que vous venez de lire.

:: Ce dimanche 29 Novembre - Lancement de MonEglise.net - Bienvenue à chacun ::

Rick Warren

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !

40 PARTAGES

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2022 - www.topchretien.com