

Test : L'écoute (in)efficace

Avant de parler de l'écoute efficace et active, voici quelques questions vous permettant de considérer vos propres habitudes en matière d'écoute.

Utilisez l'échelle suivante pour répondre à chacun des questions :

- 1 = toujours
- 2 = souvent
- 3 = parfois
- 4 = rarement
- 5 = jamais



- ___ 1. Je me concentre tellement sur ce que je dis en cours d'interaction que certains propos de l'interlocuteur m'échappent.
- ___ 2. Je me permets de penser à autre chose que ce dont parle le locuteur
- ___ 3. J'essaie de simplifier les messages que j'entends en omettant des détails.
- ___ 4. Je me concentre sur un détail particulier de ce que dit le locuteur plutôt que sur le sens général qu'il désire communiquer.
- ___ 5. Je laisse mes attitudes envers le message ou le locuteur influencer mon évaluation du message.
- ___ 6. J'entends ce que je veux entendre plutôt que ce qui est vraiment dit.
- ___ 7. J'écoute passivement, laissant tout le travail au locuteur pendant que je me repose.
- ___ 8. J'écoute ce que disent les autres mais je ne ressens pas ce qu'ils ressentent.
- ___ 9. Je juge et j'évalue ce que dit le locuteur avant d'avoir bien compris ce qu'il voulait me dire.
- ___ 10. Je prends les paroles du locuteur au pied de la lettre et je ne cherche pas de sens caché ou sous-entendus.

Résultats : tous les énoncés décrivent des penchants à l'écoute inefficace. Les résultats élevés indiqueront donc une écoute efficace et les faibles résultats une écoute inefficace. Si votre résultat est supérieur à 30, vous avez de belles capacités d'écoute. Les résultats largement inférieurs à 30 indiquent une difficulté à bien écouter, d'une façon efficace. Fort heureusement, on peut toujours améliorer ses capacités d'écoute !

Source : Joseph A. DeVito. *Les fondements de la communication humaine*. Montréal : Gaëtan Morin Editeur, 1993. P. 58-59.