

# Fiche n°3 - Entraînement 1



## AIDER LA PERSONNE A DECIDER ELLE-MÊME

« LA CLE EST EN LUI »

Niveau de complexité de l'apprentissage



**But** *Permettre à votre interlocuteur de faire le point sur sa situation et trouver des pistes par lui-même.*

<b>Contexte</b>	Avec un interlocuteur issu de votre univers professionnel ou personnel, qui vient de vivre un évènement et qui aimerait vous en parler.
<b>Temps</b>	10 minutes.
<b>Combien de fois ?</b>	Autant de fois que vous aurez envie ou besoin !

### Déroulement :

- Lorsque votre interlocuteur vous annonce avoir vécu une situation particulière, invitez-le à vous raconter comment il l'a **traversée**.
- Ensuite demandez-lui si cette aventure lui en évoque **une autre déjà vécue** dans son passé.
- Amenez-le à dire en quoi cette aventure lui a permis de **gagner en ressources** ou en enseignement pour lui-même.
- Puis faites-lui imaginer en quoi tout cela lui inspire **des pistes pour l'avenir**.

Le défi de cet entraînement :

**Tenir durant cet échange, sans apporter votre point de vue, sans retour à soi (partager une histoire similaire), sans juger du bien ou du mal de cette situation et surtout sans lui apporter des pistes pour l'avenir. Tout doit venir de votre interlocuteur !**