



La marche empathique

S'ouvrir à l'écoute générative

	Objectifs		Timing
	Expérimenter l'écoute générative (Théorie U) dans un cadre structuré. Explorer le point de vue d'une personne différente de soi. Favoriser un dialogue authentique et l'émergence d'idées nouvelles.		30 minutes
			Public
			Groupe de deux
			Matériel Accès à l'extérieur Minuteur

	Déroulé
1. Constitution des duos Inviter chacun à se regrouper avec une personne qu'il connaît peu ou qui lui semble différente. 2. Choix des sujets La personne A parle pendant 10 minutes : - Soit d'un sujet important pour elle (objectif libre), - Soit d'un sujet lié à l'atelier (objectif préparé). La personne B écoute en posture d'écoute générative : - Pas de questions (sauf clarifications brèves), - Pas de reformulations, pas de conseils, pas de partage d'expérience. - Idéalement une écoute en silence, tout en étant présent 3. Marche Le duo marche pendant l'échange, en extérieur si possible.	

L'écouter choisit le chemin.

Un membre du groupe gère le chronométrage.

4. Écho

Après 10 minutes, B restitue en 2 minutes ce qu'il a entendu. Ce n'est pas une synthèse, mais un écho de ce qu'il ressent, perçoit, comprend de la situation de l'autre.

5. Inversion des rôles

B parle 10 minutes, A écoute.

A restitue en 2 minutes.

6. Dialogue génératif

Le duo engage un échange de 6 minutes sur ce qui a émergé de leurs partages.

7. Retour collectif

Les duos reviennent en grand groupe.

Chacun partage brièvement ce qui a émergé.

Cela peut ouvrir un dialogue collectif plus large.

	Points d'attention		Pour aller plus loin
	Adapter les durées en fonction du temps disponible et de l'objectif. Possibilité de supprimer l'écho ou le dialogue génératif pour raccourcir l'exercice. Insister sur la posture d'écoute : accueillir sans juger ni intervenir Créer un cadre de sécurité en amont		www.presencing.org