



Etre attentif à l'autre dans la joie ou la détresse, une des règles de base de la communication humaine, indispensable en tous contextes, de la vie familiale au monde professionnel. ARCHIVES LA CÔTE

**MORGES** La formation dispensée par l'association Akouo au centre de congrès de La Longeraie s'adresse à tous.

# Ecouter, cela s'apprend

**MARTINE ROCHAT**

[martine.rochat@lacote.ch](mailto:martine.rochat@lacote.ch)

«Malgré tous nos moyens de communication, on ne se parle plus. On n'a plus le temps ni la capacité d'écouter l'autre.» C'est le constat dressé par la Préverengoise Cristina Toinet, formatrice au sein de l'association Akouo (du grec «j'écoute»). Concrètement, celle-ci propose, depuis 15 ans en Suisse romande, une formation théorique et pratique à l'écoute.

Ces cours sont à suivre notamment au centre de congrès La

Longeraie à Morges. «L'enseignement s'adresse à toute personne désireuse de mieux communiquer dans la famille ou dans le cadre professionnel», explique Cristina Toinet. Elle définit le concept: «Ecouter, c'est oublier qui je suis pour me centrer sur la personne qui me parle. C'est l'accueillir dans une acceptation inconditionnelle, sans jugement, en lui offrant mon empathie, sans questions ni conseils. L'écoute implique également une confidentialité absolue. Tout ce qu'une personne dit d'elle-même et de son vécu ne sort pas du contexte». Dans les faits, répartis en

groupes, les participants, venus de tous horizons, apprennent les recettes de l'écoute, en particulier à «reformuler les propos de l'autre pour les lui renvoyer et lui permettre d'aller plus loin dans sa réflexion.»

Que pense la spécialiste de l'écoute du travail, par exemple, des animateurs de l'émission radio de la RSR «La ligne de cœur»? «Certains sont très bons et poussent très loin la qualité d'écoute. Ils sont régulièrement confrontés à des cas très lourds, qui peuvent exiger une intervention thérapeutique... Nous n'avons pas cette visée-là. Toutefois, si nous constatons que la personne en face semble dans la détresse ou l'auto-dépréciation, nous pouvons aller jusqu'à l'orienter vers des aides possibles.» **MR**

«**Malgré tous nos moyens de communication, on ne se parle plus. On n'a plus le temps ni la capacité d'écouter l'autre.**»

**CRISTINA TOINET** ASSOCIATION AKOUO, MORGES

## INFO

Informations et inscriptions:

Cristina Toinet: 021 802 47 48 et

079 245 52 52.

[www.akouo.ch](http://www.akouo.ch)