

9.1 LIRE L'ARTICLE

## Exercice d'entraînement n° 3 : La question répétitive

---

### But

Cet exercice vous enseigne à demander quelque chose de façon répétitive, mais à poser la question chaque fois *nouvellement*, comme si elle n'avait jamais été posée auparavant et que vous veniez juste d'y penser. Cette aptitude est utile quand il n'y a pas de réponse à une question que vous posez et que vous devez la poser à nouveau.

### Position

Vous êtes assis en face d'une autre personne à une distance d'environ un mètre.

### Questions

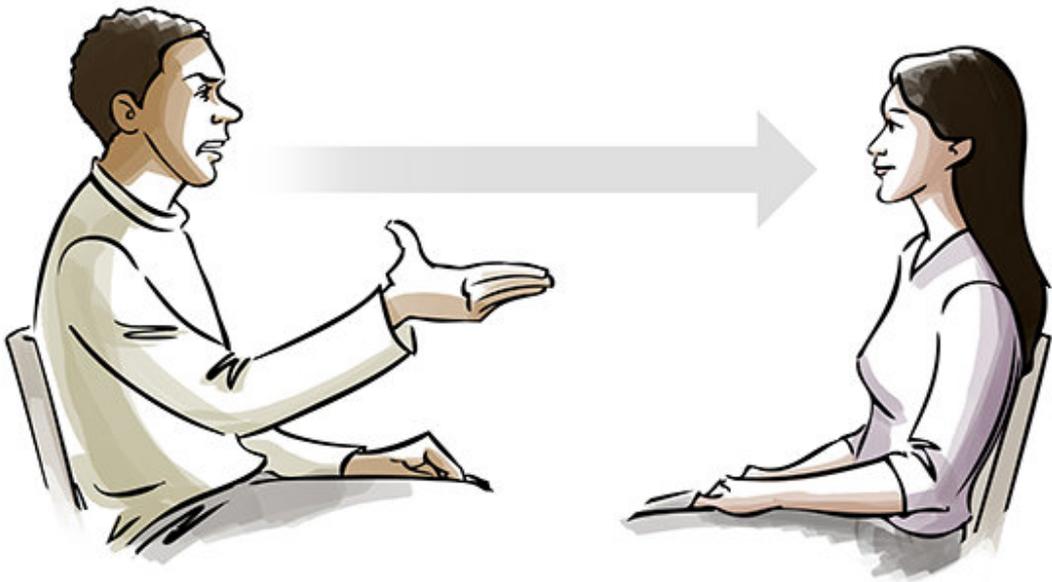
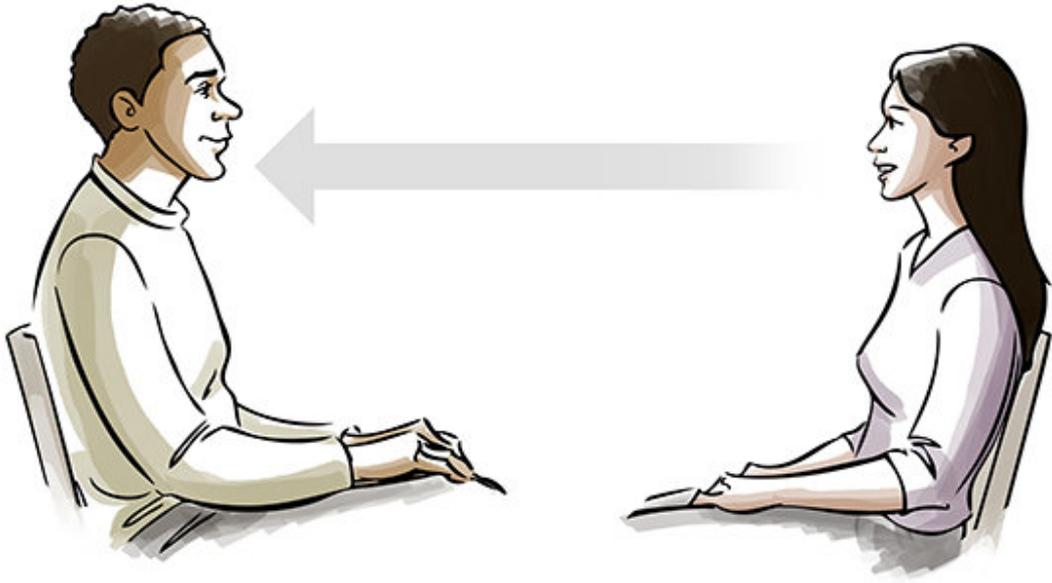
Pendant cet exercice, vous posez l'une des questions suivantes à la personne en face de vous :

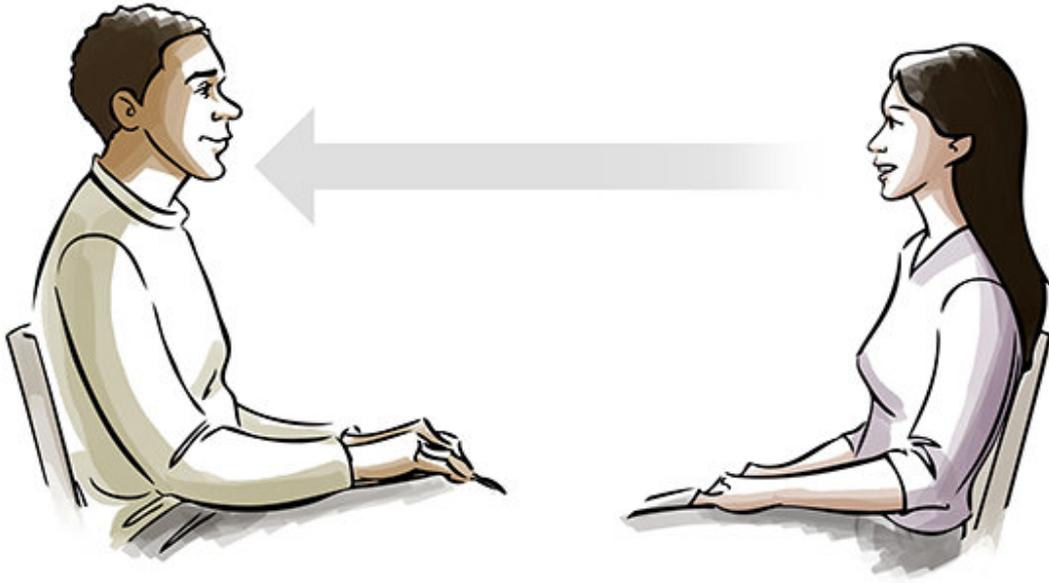
« EST-CE QUE LES OISEAUX VOLENT ? »

ou

« EST-CE QUE LES POISSONS NAGENT ? »

On les utilise parce que ce sont des questions auxquelles n'importe qui peut répondre. Choisissez l'une des questions à utiliser dans l'exercice et utilisez-la de nombreuses fois. Ne mélangez pas les deux questions.





## Instructions

Cet exercice se fait de la manière suivante :

Vous : Demandez à votre coach : « Est-ce que les oiseaux volent ? » ou « Est-ce que les poissons nagent ? »

Coach : Répondez à la question.

Vous : Une fois que votre coach a répondu à la question, accusez réception à sa réponse.

Ensuite, posez la même question, *nouvellement*, comme si elle n'avait jamais été posée auparavant et que vous veniez juste d'y penser.

## Formulation

Le coach utilise « Commence » et « Ça y est » comme dans les TR précédents. Cependant, le coach n'est pas tenu de répondre à la question de l'étudiant. Il se peut qu'à la place d'une réponse il fasse un commentaire qui ne répond pas vraiment à la question afin de déconcerter l'étudiant. Exemple :

Étudiant : « Est-ce que les poissons nagent ? »

Coach : « Tu n'as pas faim ? »

Étudiant : « Si. »

Coach : « Ça y est. »

## **Résultat final**

L'exercice se poursuit jusqu'à ce que les points suivants se produisent :

1. Vous pouvez confortablement poser la même question encore et encore, comme si vous ne l'aviez jamais posée avant.
2. Vous parvenez chaque fois à accuser réception à la réponse de votre coach.
3. Votre coach est satisfait que vous pouvez le faire.