

*Règle d'apprentissage: vous pouvez fournir de l'aide lorsqu'elle est demandée en*

- (1) vous libérant, momentanément, totalement pour l'autre*
- (2) demandant gentiment de quelle aide l'autre a besoin précisément*
- (3) stimulant et accompagnant l'autre dans sa recherche de solutions à la question posée*
- (4) vérifiant si l'autre est assez armé(e) pour continuer sa recherche seul(e)*

Explication/Détails:

**(1) vous libérer, momentanément, totalement pour l'autre**

- Mettre les autres tâches auxquelles vous étiez occupés de coté pendant le temps de l'entretien et ne pas répondre au téléphone. Si vous ne pouvez vraiment pas vous libérer, il vaut mieux trouver un moment mieux approprié.

**(2) demander gentiment de quelle aide l'autre a besoin précisément**

- De cette manière vous pouvez doser précisément votre aide aussi bien en ce qui concerne le temps à y accorder qu'en ce qui concerne l'évaluation du besoin d'autonomie de l'autre.

**(3) stimuler et accompagner l'autre dans sa recherche de solutions à la question posée – De cette manière vous accentuez la compétitivité chez l'autre.**

- Inviter l'autre à réfléchir avec vous, par ex: "*cherchons ensemble comment on pourrait résoudre ce problème.*" Stimuler le processus de réflexion, par ex: "*Qu'est-ce que tu as déjà fait jusqu'à présent? A quelles solutions as-tu déjà pensé?*"
- "*Par où penses-tu qu'il serait bon que nous commençons?*" ou "*Quels facteurs sont, d'après toi les plus importants? Qu'est-ce qui t'amène à cette conclusion?*"

**(4) vérifier si l'autre est assez armé(e) pour continuer sa recherche seul(e)**

- "*As-tu encore besoin d'idées?*" "*Tu veux que je te fasse encore des suggestions?*"
- Le mieux c'est encore de poser une question ouverte: "*Quelles questions éventuelles as-tu encore à poser?*" ou "*À propos de quoi est-ce que tu aurais encore besoin de mon input?*"

