



Cercle de parole en formation

Inspiré des pratiques ancestrales de communautés indigènes, le cercle de parole et d'écoute est une méthode puissante qui favorise la création d'un espace d'échange authentique. Pour les formateurs, il constitue un levier exceptionnel pour favoriser l'écoute active et approfondir les apprentissages par le partage d'expériences.

Le cercle de parole est une technique qui s'adapte à presque toutes les étapes d'une formation, dès qu'il est nécessaire de donner la parole, de favoriser l'écoute et de construire du lien, avec quelques ingrédients clés :

- un format structuré et immersif, où chacun écoute activement et s'exprime en étant pleinement présent
- la participation directe et la prise de parole, qui encouragent les apprenants à explorer leurs idées et à se connecter aux autres
- la répétition des tours de parole et les synthèses partagées consolident les apprentissages en ancrant les idées clés et en renforçant la compréhension mutuelle

Exemples d'utilisations spécifiques en formation :

- **Explorer les attentes** : identifier les attentes et besoins des participants en début de session pour mieux adapter la formation.
- **Approfondir un sujet** : en utilisant le cercle pour partager des retours d'expérience ou réfléchir sur des concepts complexes (explorer les représentations initiales ou perceptions des participants).
- **Analyser un exercice pratique et recueillir du feedback** : après un jeu de rôle ou un atelier, utiliser le cercle pour recueillir les ressentis et retours de chacun.
- **Clôturer une session** : idéal pour faire émerger des apprentissages clés et recueillir les ressentis sur la formation.

Exemple d'animation, étape par étape

Durée : 20 min à 1h

1. Préparer le cadre

Disposer les chaises en cercle, sans tables, pour créer un espace ouvert et égalitaire.

Placer un ou plusieurs objets de parole au centre du cercle. Cet objet sera utilisé pour organiser les tours de parole.

2. Ouvrir le cercle

Expliquez le cadre : présentez les principes clés du cercle :

- Écouter avec le cœur, avec l'intention sincère de comprendre l'autre
- Parler avec son cœur, sans chercher à convaincre
- Aller à l'essentiel dans ses prises de parole
- Parler avec spontanéité



3. Conduire le cercle

Proposer une question en lien avec votre formation. Par exemple :

- En début de session : “Qu’est-ce que cette formation va vous permettre de réaliser?”
- Pendant la session : “Racontez une expérience marquante en lien avec [le thème abordé], une réussite que vous avez mise en oeuvre ou un apprentissage tiré de votre expérience”
- En fin de session : “Dans ce que vous venez d’entendre, qu’est ce que vous pouvez mettre en application dès demain dans votre quotidien professionnel ?”

Après un court temps introspectif pour laisser le temps à la réflexion, inviter un premier volontaire à se saisir d’un objet de parole puis à le reposer une fois terminé, et ainsi de suite (= mode “pop-corn” : les participants prennent l’objet de parole lorsqu’ils souhaitent parler, sans ordre établi).

Encourager le respect du silence : chaque prise de parole est précieuse, et le silence entre deux interventions invite à la réflexion.

Variante : parler à tour de rôle dans le sens des aiguilles d’une montre, dans une approche plus structurée.

4. Clôturer et consolider les apprentissages

Temps de synthèse : proposer aux participants de partager une phrase qui résume ce qu’ils ont retenu du cercle. Noter ces contributions sur un paperboard pour ancrage et/ou pour la suite de la formation.

Clôturer avec un geste collectif : frapper dans vos mains, faire un cri de groupe ou un autre geste symbolique pour marquer la fin du cercle et libérer l’énergie accumulée.

Bonnes pratiques pour animer un cercle de parole

- **Soigner sa posture** : en tant que gardien du cercle, adopter une posture neutre, bienveillante, et attentive pour encourager les participants à s’exprimer librement.
- **Respecter le rythme** : laisser du temps au silence si personne ne parle immédiatement. Cela aide à respecter le rythme naturel du groupe et évite de forcer les échanges.
- **Utiliser des objets ramenés par les participants** : demander aux participants de la formation d’amener un objet à utiliser en bâton de parole.
- **Prévoir un temps de débrief** : clôturer avec un retour sur le ressenti du groupe concernant l’expérience du cercle.

