

2315

FLS

731

L'importance d'écouter

Pourriez-vous, chers lecteurs, imaginer un monde où notre priorité était de comprendre les autres sur un niveau profond au lieu de partager nos pensées et prendre des actions? Selon moi, écouter aux autres est une des choses la plus essentielle dans la vie, même plus important que faire ou parler. L'écoute nous encourage d'avoir de l'empathie envers les autres, elle nous laisse prendre des actions réellement utiles et bénéfiques, et finalement, l'écoute profonde suscite le développement personnel.

En premier, dans un monde où on dirait que l'empathie envers les autres est en train de diminuer, il est encore plus primordial de prioriser l'art d'écouter. Prenons par exemple : ici au Canada, où, selon l'Association canadienne pour la santé mentale, en 2022 seulement 13% de canadiens ont dit qu'ils ressentent empathiques envers les étrangers, comparé à 23% en 2020. Encourager les gens à considérer ce que les autres disent et les perspectives qui sont différentes de leurs devient de plus en plus pertinent. Regardons les bénéfices d'écouter aux autres comme le fait Kids Help Phone. C'est un service dirigé envers donner aux jeunes une place à parler au sujet de n'importe quoi, mais généralement les crises de santé mentale. D'après Kids Help Phone, en 2024, ils ont supporté 4.3m de personnes autour du Canada. En écoutant aux jeunes à qui ils parlent, les conseillères de cet organisme sont capables de comprendre les perspectives et les émotions que les autres suscitent. Cela est un exemple direct de l'empathie. Ce qui nous démontre qu'en écoutant attentivement, nous pouvons faire les gens se sentir comme si être apprécié est important. Ainsi, cela nous indique qu'écouter est plus pertinent que de faire ou parler car l'habilité de complètement comprendre les autres est seulement possible si nous les écoutons en premier. Non-seulement est-ce que consulter les autres peut nous donner une compréhension plus profonde d'eux, mais peut également créer la base pour prendre des actions significatives.

Deuxièmement, c'est impossible de prendre des actions pertinentes si on n'écoute pas pour connaître les besoins des autres. Selon Pacifique Standard Magazine, durant la catastrophe de l'Ouragan Katrina, le gouvernement en la Nouvelle-Orléans a raté de prendre en considération que 27% de leur population n'avait pas accès à une voiture pour évacuer la ville. Ainsi que, plus qu'un quart des citoyens vivaient en dessous du seuil de pauvreté, et par conséquence 55% des personnes n'avaient pas les moyens de quitter la ville dans autres façons. De plus, leur solution d'avoir le Super dôme comme une place de refuge de dernier ressort a résulté dans le centre qui n'était pas préparé et équipé avec les ressources pour les presque 20 000 personnes qui sont éventuellement arrivées pour chercher un abri, car ils se sont seulement préparés pour avoir les ressources pour prendre soin d'environ 10 000 personnes. Cette négligence d'écouter aux besoins de leur peuple a vraiment attribué à la destruction et au stress des efforts des services d'urgences après que la tempête avait touché. Ces erreurs en Louisiane nous démontrent, qu'afin d'avoir des actions pertinentes, nous avons besoin d'écouter aux besoins des autres. De plus, cette habilité peut aussi promouvoir le développement personnel.

Dernièrement, être capable d'écouter, suscite l'épanouissement personnel. Selon, Listening and attitude change, l'écoute d'un niveau de qualité élevée, peut provoquer un changement significatif d'attitude. En comprenant et considérant les expériences des autres, nous nous exposons à la croissance personnelle. Prenons par exemple, écouter aux épreuves des autres en termes du racisme, sexisme, etc. Être capable

d'entendre et réfléchir aux adversités des autres, peut nous aider à éliminer ces problèmes car ils viennent souvent d'une place d'ignorance et/ou d'un manque d'éducation. En faisant attention aux aperçus des autres, nous sommes provoqués à faire la pensée critique au-sujet de nos anciennes actions et donc grandir de ces mêmes gestes. Autrement dit, l'écoute profonde nous force à prendre d'autres perspectives en jeux et par conséquence, évoluer comme personne. Après avoir vu comment l'écoute a un effet sur nos actions, c'est aussi important de reconnaître comment elle contribue à notre développement.

En conclusion, écouter est plus important que de faire et de parler parce qu'elle nous aide à tenir l'empathie, à prendre des actions pertinentes et elle est essentielle pour le développement personnel. Dans une société tellement diversifiée, apprendre et maîtriser cette habilité d'écoute, est un pas dans la bonne direction. Un pas qui est simple, mais également essentiel pour créer une société inclusive et compatissante.