

# Le QuestionLab

## ■ Quand l'utiliser

Le QuestionLab est idéale lorsque vous souhaitez aider vos stagiaires à mesurer le champs et les impacts d'un sujet. Elle est adaptée aux grands groupes et permet au formateur de s'effacer pour laisser réfléchir le groupe.

### CAS D'USAGE

Utilisez-la pour : interroger des pratiques professionnelles, faire émerger la diversité des représentations du groupe sur un sujet complexe.

## ■ Déroulement de l'activité

1

### Présentation des règles

Vous expliquez les trois règles du jeu avant de démarrer.

#### Mode interrogatif obligatoire

Tout ce qui est dit doit être formulé sous forme de questions. Pas d'affirmations, même habillées en questions.

#### Règle des 4 intervenants

Attendre que 4 autres personnes aient parlé avant de reprendre la parole (ce chiffre peut varier selon la taille du groupe)

#### Pas d'affirmation déguisé

Interdiction de déguiser une affirmation en question. Exemple à éviter : « Mettre du jeu en formation, c'est manipuler les stagiaires, n'est-ce pas ? »

2

### Présentation d'une situation

Vous clarifiez rapidement le contexte (si nécessaire) puis vous posez votre question

🕒 3 min

3

### Traitement collectif en mode interrogatif

Le groupe dispose de 10 min pour traiter la question. Chaque intervention doit être formulée sous forme de question.

Attention : ne répondez pas aux questions ! Ce qui importe, ce sont les questions en elles-mêmes (pas les réponses)

🕒 10 min par question

4

### Rotation sur les autres situations

On passe à la question suivante.

## EXEMPLE CONCRET

### Formateur (3 - 4 min)

« Un collaborateur qui coupe systématiquement la parole en réunion. Son manager à déjà essayé d'aborder le sujet, en face à face, rien n'a changé. Est-ce que c'est au manager de régler ça directement, ou vaut-il mieux passer par les RH ? »

### Participant A

« Qu'est-ce qui se passe pour les autres membres de l'équipe quand il coupe la parole ? Est-ce qu'ils réagissent ou se taisent ? »

### Participant B

« Est-ce que ce comportement est récent ou s'inscrit-il dans quelque chose de plus ancien dans la dynamique d'équipe ? »

### Participant C

« Qu'est-ce que ça produirait, pour le manager, s'il posait la question directement en réunion plutôt qu'en privé ? »

## ■ Pourquoi ça fonctionne

Le QuestionLab mobilise simultanément plusieurs mécanismes cognitifs favorables à l'apprentissage.

### CHARGE COGNITIVE OPTIMISÉE

Formuler une question exige de traiter l'information différemment qu'énoncer une opinion. Ce travail de reformulation active le traitement en profondeur, sans surcharger la mémoire de travail grâce aux interventions courtes.

### APPRENTISSAGE PAR QUESTIONNEMENT

Poser une question, c'est identifier un manque dans sa propre compréhension. Ce mécanisme est l'un des plus efficaces pour consolider les apprentissages en mémoire à long terme.

### INTELLIGENCE COLLECTIVE DISTRIBUÉE

La règle des 4 intervenants empêche la monopolisation de la parole et force la diversité des regards. Chaque question ouvre un angle que le reste du groupe n'avait pas envisagé.

### ANCRAGE DANS LE RÉEL

Partir de situations concrètes active la mémoire épisodique, ce qui favorise le transfert des apprentissages vers la pratique professionnelle réelle.

### EFFACEMENT DU FILTRE HIÉRARCHIQUE

La contrainte du mode interrogatif suspend les rapports d'autorité : on ne peut pas « avoir tort » en posant une question. Cela réduit le stress d'évaluation et libère la prise de parole.

### SILENCE COMME RESSOURCE

Les silences ne sont pas des vides : ils sont des temps de traitement cognitif. La QuestionLab les normalise, respectant ainsi le temps de réflexion individuel nécessaire.

## ■ Tips pour animer

### Acceptez et valorisez les silences

Surtout lors de la première utilisation, les participant·es ont besoin de temps pour reformuler en mode interrogatif. Un silence de 10–15 secondes est normal. Ne le supprimez pas : c'est du travail cognitif en cours.

---

### Recadrez tranquillement

Lorsqu'une intervention glisse vers l'affirmation, invitez la personne à reformuler : « Pouvez-vous transformer ça en question ? », si elle n'y parvient pas, demandez au groupe de l'aider.

---

### Tenez le temps fermement

10 minutes par situation, c'est court. L'obligation de respecter ce cadre crée une tension productive qui stimule la qualité des questions posées.

---

### Ritualisez la technique

La QuestionLab s'approprie avec la pratique. Plus vous l'utilisez au fil d'une formation ou d'un parcours, plus les participant·es deviennent à l'aise et plus la qualité des échanges monte.

---

### Proposez une trace écrite

Après (ou pendant) chaque situation, notez au tableau les questions les plus saillantes. Cela valorise la production collective et permet un retour réflexif en fin de séquence.

---

### Observez, n'intervenez pas

Votre rôle est de veiller au respect des règles, pas d'orienter le contenu. La richesse de la QuestionLab vient précisément du fait que le groupe se régule lui-même.

---