

« Communiquer suppose aussi des silences. Non pour se taire mais pour laisser un espace à la rencontre des mots » Jacques SALOME

Edito de Juin 2022

## «Vérifier et co-construire la relation »

Que se cache-t-il derrière une attitude, un comportement, des mots, des gestes ? Ils nous font réagir, nous projettent – selon nos attentes – dans l'enthousiasme ou l'effondrement, avec toutes les nuances possibles. Mais est-ce réellement ce que l'autre dit et montre, ou est-ce le fruit de ce savant mélange entre interprétation, résonance, écho, et donc **ma propre lecture dans mon scénario de vie** ? Excellente question et donc vérification souhaitable !



Chacun de nous possède ses coutumes et habitudes de langage, d'expressions, et surtout ses scénarii originels construits au fil des années, auxquels nous croyons fortement, en matière d'estime ou de confiance ...en soi, en l'autre. Chacun a développé un sens des mots en lien avec sa culture, son parcours, son éducation, ses valeurs et ses croyances. Lorsque nous nommons les choses, les émotions, les faits, **la rencontre des mots se fait au travers d'un prisme unique et particulier**, qui, si nous ne prenons pas soin de vérifier, peut mener à des incompréhensions, des faux sens, des engagements dangereux dans la relation. Il est vrai que émetteur et récepteur communiquent, mais il nous faut ajouter que pour une qualité dans les échanges, un vrai contact authentique et respectueux, le travail commence là ... par **le soin apporté à la relation, la tolérance comme parti-pris, la vérification bienveillante, le souci de la finesse du sens** au service de la rencontre, dans ses différences et ses similarités, dans ses complémentarités ou ses impossibilités.



Quel que soit l'objectif il va nous falloir être sûrs qu'il est partagé, dans ses grandes lignes comme dans ses détails. Et quand ces objectifs sont au service d'une intimité partagée, l'exigence devra être, pour les deux parties, faite d'une **subtile précaution, permanente et récurrente**. Nourrir le lien, l'observer et le renforcer, avec volonté, ténacité et délicatesse, devront être l'engagement de chacun. L'attention à soi et à l'autre vont sceller la qualité respectueuse de la relation. Etre ainsi attentif(ve) va demander aussi de dire, d'expliquer, de **risquer cette mise à nu, et de laisser les silences de l'assimilation œuvrer**. Il va nous falloir parfois traverser la peur de perdre, d'être abandonné(e). Il Nous faudra garder la conscience des enjeux et ne pas dénier ce qui fait obstacle, car **chacun devient alors responsable de son silence évitant et de ses conséquences**. Cette démarche de co-construction de la relation demande bien plus que des cadres énoncés, des règles assénées, des conflits emportés, elle exige de garder **le souci de la forme au service du fond**, afin d'exprimer ce qui est essentiel et le faire entendre, mais aussi pour **aller chercher la vérité de l'autre** et l'entendre également, avec et malgré nos différences perturbantes.

La réaction naturelle, souvent, est d'écouter... et de très vite chercher une réponse, ou de ramener à soi, plutôt que d'aller au bout de ce qui est à entendre. Notre écoute s'évade alors, et **nous risquons l'interprétation, la traduction** de ce qui est dit, au détriment d'une vérité constructive. Pourtant, questionner les propos, aller jusque dans les détails et permettre aux deux parties de clarifier leurs pensées, leurs ressentis, de se faire le cadeau de cette découverte et se permettre de construire ainsi de solides identités, ne serait-ce pas une expérience enrichissante à vivre ?

Il ne s'agit pas d'opposition, de conflit, de pouvoir, mais bien **de dialogue, de positionnement, de prise en compte** de nos émotions et de nos pensées avec la conscience que tout ceci est partial et va s'enrichir de ces échanges, peut être même nous faire évoluer et voir autrement les choses de la vie. Ces échanges faits du **partage de nos visions et de la quête d'une autre lecture**, commune, nous aideront à créer cette relation, en permanence. La volonté de bien comprendre ou entendre, et parfois juste **d'accueillir et d'accepter** une autre réalité, une autre façon de voir les événements vont renforcer notre humanité. Ce sont ces éclairages indirects et réajustés, au profit de la mise en lumière des zones oubliées, cachées, **révélées à l'aide de la lumière de l'autre**.

MC

