



Les-infos n° 59

la newsletter du site <http://competences-relationnelles.com>

30 novembre 2014

**Éditorial****La seule vraie force**

Fabienne évoque un conflit et ajoute : « Nous avons tous les deux un caractère fort ! Alors ça a chauffé et personne n'était prêt à lâcher ! » **La vraie force consisterait-elle à prendre le dessus ? à crier plus fort ? à écraser l'autre avant qu'il nous écrase ? Cette force-là n'est qu'une illusion et l'aveu d'une faiblesse !**

Regardez deux personnes en conflit : leurs discours se croisent sans jamais se rencontrer, parce que chacun cherche à convaincre qu'il a raison et que l'autre a tort. Et tous les arguments sont bons, spécialement les jugements et les coups bas, pour faire triompher mon avis et faire perdre l'autre. Et pourquoi donc avons-nous tant de mal à entendre l'avis de l'autre ? Pourquoi tenons-nous tant à avoir raison sur l'autre ? **Serait-ce que nous avons peur d'être remis en cause ?** Et pourtant *ceux qui avancent le plus vite sont ceux qui dialoguent, se découvrent complémentaires et deviennent des ressources l'un pour l'autre !*

Regardez deux personnes ou deux pays dans une relation de violence. Chacun veut être le plus fort... simplement parce qu'il a peur de perdre et d'être écrasé par l'autre... **La peur de perdre, est-ce cela être fort ?** Aucune guerre n'a jamais produit la paix. *Quand les belligérants acceptent de déposer les armes et de dialoguer autour d'une table, la paix peut émerger enfin par la négociation !*

Regardez un chef ou un parent autoritaire. Il impose son point de vue, sans discussion possible... Ses subalternes ont souvent peur de lui et n'osent pas s'exprimer. Mais pourquoi l'autoritaire refuse-t-il si souvent la discussion, sinon parce qu'il a peur de **perdre son autorité** ? Pourquoi donc acceptez-vous un schéma hiérarchique où le chef est au-dessus de vous et fait pression sur vous ? *Le vrai chef est en dessous pour pouvoir « sous-tenir » et coordonner !*

**Un chef autoritaire ne fait que créer des tétanies et des résistances.** Jamais la force et la contrainte n'ont créé de dynamique constructive ! Un vrai leader respecte les personnes, leurs compétences et leurs limites : ainsi il développe la motivation de ses équipiers. Dans les services hospitaliers où les cadres ont instauré des lieux de dialogue et de traitement des inévitables tensions, il y a 30 % de congés maladie en moins ! *Seul celui ou celle qui dialogue fait autorité et motive ses subordonnés à le suivre !*

Sur la place Tian'Anman de Pékin, en 1989, l'image a fait le tour du monde : **un petit homme fragile et sans défense devant une colonne de char est devenue le symbole de la vraie force.** Il n'avait rien pour se défendre et ne faisait pas le poids devant les engins de mort et d'écrasement, *il n'avait que sa force intérieure, au péril de sa propre vie.*

Fabienne, si ton partenaire et toi vous aviez tous les deux un vrai caractère fort, chacun de vous pourrait **exprimer son point de vue sans l'imposer** comme l'unique vérité. Chacun demanderait à l'autre comment il voit la situation et trouverait **dans le point de vue de l'autre des richesses complémentaires.** Vous traiteriez vos conflits par la **négociation et la recherche de compromis** ou de consensus. *Vous aurez une vraie force intérieure quand vous vous considérez mutuellement comme des ressources et non plus comme des menaces.*

Nous aurons un caractère fort quand **nous oserons dire ce que nous pensons et ressentons sans agressivité, et sans avoir peur de la réaction de l'autre.** Notre force intérieure suscitera le respect. Même si certains veulent quand même nous « régler notre compte », notre force intérieure nous permettra de nous protéger. Nous entendrons alors leurs jugements comme des paroles qui leur appartiennent et ne parlent que d'eux, et ces jugements ne nous blesseront plus. *C'est cela le respect, de soi et de l'autre, et c'est la seule vraie force ! Elle peut s'apprendre facilement.* **M.T.**

**Boîte à outils** Un film de l'homme de Tian'Anman qui arrête les chars   
 [à regarder et méditer ici](#)



« Dans la racine du mot autorité, tant en grec qu'en latin, il y a l'idée fondamentale non pas de soumettre, non pas d'être supérieur à, non pas de donner des ordres (...), mais il y a ce sens fondamental de 'faire grandir' (augere, en latin, augmenter), faire pousser, faire fructifier, faire féconder. » (Michel MORIN)

**Ces formations vous intéressent****PÔLE RÉUNION** ouvertes à tous :**ÉCOUTE active**[Initiation](#) 15-16 décembre[Approfondissement](#) 9-10 février

Pendant les vacances, pour prendre soin de vous si vous ne partez pas :

**CONFIANCE EN SOI** 12-13 janvier

à La Possession

**Canaliser LE STRESS et LES EMOTIONS**[pour savoir réagir dans les situations difficiles](#)

2-3 mars et 13 avril à La Possession

**Contact** Marc THOMAS :

02 62 47 07 04 – 06 93 41 96 62

[mthomas@competences-relationnelles.com](mailto:mthomas@competences-relationnelles.com)**METRO-POLE**Les formatrices et formateurs de **Compétences relationnelles** continuent d'animer **des formations en métropole** Exprimez vos attentes à :

Delphine PIERREJEAN 07 70 77 82 20

Le MAN et l'IFMAN de Lorraine proposent [leur catalogue de formation](#)

**En novembre, Marc THOMAS a animé des formations professionnelles à l'île de la Réunion** pour : Amis de l'Université de la Réunion (Médiation-St Denis) – CHU St Denis et St Pierre (Communiquer en situation de violence) – Personnels Maison de Retraite à Ste Marie (Communiquer) – Personnels Université de la Réunion - Compétences relationnelles (Communication)