



De la soumission à l'assertivité

« La ZoneXtrême » : cette émission de télévision a testé **notre degré de soumission à une autorité** (ici la télévision) comme l'avait fait le scientifique Milgram dans les années 1960. Milgram avait conclu que 62,5% d'entre nous abdiquons tout libre arbitre dès lors que nous reconnaissons l'autorité de celui qui donne les ordres. L'expérience de ce mois de mars 2010 à la télévision démontre que 82 % d'entre nous peuvent prendre le risque de faire souffrir l'autre, voire de mettre sa vie en danger si une autorité le lui enjoint ! Au siècle dernier, cela a donné la Shoah !

Nous le savons tous : des enquêtes sociologiques ont prouvé que dans la société française, 10 % au moins des femmes sont victimes de **violences conjugales**, beaucoup se taisant, dans la soumission à leur conjoint.

Une salariée me décrivait cette semaine **la pression dans son entreprise**, de plus en plus forte, jusqu'à l'humiliation et au déplacement de secteur après un congé maladie. Cette salariée ajoutait que personne n'osait rien dire de peur de perdre son emploi.

Ces modes de soumission sont nourris par la peur, savamment entretenue par des « autorités » (les médias, le conjoint, l'entreprise et sa hiérarchie...) que nous reconnaissons comme légitimes. Ces autorités ne manquent pas une occasion de nous évoquer les risques que nous prendrions à leur résister. Pour nous en sortir, nous ne pouvons plus dire non, faisant resurgir **des réflexes enfouis d'enfants sages à qui on a appris qu'il n'est pas bien de désobéir !**

La soumission nous guette tous. Elle peut nous conduire à **subir sans rien dire ou détruire le voisin**. Elle est peut-être une des explications du développement du chacun pour soi dans la méfiance de l'autre.

Compétences relationnelles... Le développement de **la solidarité** d'abord, car seul nous ne pouvons résister aux pressions. « L'assertivité » ensuite, comme **affirmation de soi sans orgueil et sans violence**. Ces chemins sont accessibles à chacun (et des « outils » existent) pour **être soi au milieu des autres, sans soumission ni domination**.

Marc THOMAS, Consultant – Formateur en « Compétences relationnelles »
mars 2010

Ecrire à l'auteur : mthomas@competences-relationnelles.com