FICHE N°11

LES SIGNES DE RECONNAISSANCES

PROBLÉMATIQUE

Lorsque deux personnes échangent, surtout lorsque l'émotion est présente, les mots et les phrases utilisés ne sont pas toujours pensés par rapport à leurs effets collatéraux possibles.

OBJECTIF DE LA FICHE

Cette fiche a pour objectif de vous permettre de prendre conscience de l'importance de la formulation d'une remarque négative comme positive.

APPORTS

Pratique participative dans l'élaboration des décisions

Ce qui nous fait dire que nous existons, c'est le fait que les autres nous voient et nous le montrent. Ces signaux qui nous prouvent que nous existons s'appellent des « signes de reconnaissance ». Ils répondent à nos besoins sociaux (appartenance et estime).

Ils peuvent prendre la forme d'une attitude (sourire, grimace,...), d'un geste (main sur l'épaule, coup,...) ou d'une parole (interpellation, insulte, ...) et leur valeur, leur intensité est variable (un « Salut, ça va ? » n'aura pas le même poids qu'un « Bonjour, je suis super content de te voir ! Comment vas-tu ? »).

Elles sont la raison même d'exister des relations interpersonnelles. Qu'elles soient de nature positive ou négative, les êtres vivants les recherchent car elles sont une stimulation vitale.

En ce qui concerne la parole, il existe deux types de signes de reconnaissance :

- Les signes de reconnaissances dit « conditionnels » (qui sont liés à une action ou un fait connu des 2 interlocuteurs).
- Les signes de reconnaissances dit « inconditionnels » (qui existe dans l'absolu et qui sont intemporels).

Pour chacun de ces deux types, les signes peuvent être positifs ou négatifs.

Il y a donc quatre catégories de signes tels que les signes inconditionnels positifs (« Tu es génial ! »), inconditionnels négatifs (« Tu es un menteur ! »), conditionnels positifs (« J'adore la façon dont tu as répondu à ma demande de... ») et conditionnels négatifs (« Tu as menti quand tu as dit que... »).

Que ce soit en animation de formation, de réunion et dans la vie syndicale, les signes inconditionnels négatifs sont à bannir et les positifs à utiliser avec parcimonie.

Les signes de reconnaissance conditionnels (positifs comme négatifs) sont à encourager car ils permettent de construire, de progresser et d'évoluer (sous réserve d'être sincère, personnalisé, dosé, approprié).

Mais, attention, il est parfois difficile de recevoir un signe de reconnaissance. Pour cela, il doit quelquefois être argumenté pour être accepté et compris.

CE QU'IL FAUT RETENIR : LES CONDITIONS DE RÉUSSITE

- Pour des communications plus constructives et des relations plus authentiques, offrez des signes de reconnaissances positifs à vos interlocuteurs.
- Construisez soigneusement les signes conditionnels négatifs en étant vigilant à l'impact pour l'autre.
- Supprimez définitivement les signes inconditionnels négatifs.
- Préférez les signes de reconnaissance conditionnels et argumentez les.