La Communication dans le couple, la famille et l'église (Partie3)

Famille je t'aime

Top féminin vous propose de terminer le thème commencé il y 5 semaines sur la Communication dans le couple, la famille et l'église, écrit par Bertrand Audéoud et Claude Gaasch de l'association Famille Je t'Aime.

L'équipe du Top féminin vous souhaite une bonne lecture.

LES NIVEAUX DE LA COMMUNICATION

Avertis des problèmes rencontrés et munis de la liste des moyens dont nous disposons, serons-nous pour autant de bons communicateurs? Nous avons

encore à nous pencher sur les niveaux de la communication. On en définit généralement 5.

1) Les automatismes et les clichés
Le contenu est banal et sans danger. Je suis là; je ne suis pas hostile... mais je ne me dévoile pas : C'est le premier contact ; l'objectif, c'est de se sécuriser.

2) La description des faits (ou le reportage)
La conversation se limite à des faits. On parle des choses extérieures à soi. Aucune opinion personnelle n'est exprimée. Ce niveau fournit le gros bataillon de nos échanges quotidiens.

3) Le partage des opinions et des idées
On commence à s'exposer à la contradiction : "Je pense que", "On pourrait". Dans la plupart des sociétés humaines (couple, famille, église, travail), la communication s'arrête le plus souvent à ce niveau-là; aller plus loin est bien trop périlleux.

4) L'expression des sentiments
Nous craignons de nous aventurer à ce niveau où nous dévoilons plus profondément ce que nous sommes. Partager notre "ressenti" (tristesse, peur, joie, faiblesse, colère, soucis, sentiments d'échec, découragement, aspirations, espoirs, etc.) **nous fragilise.** Nous craignons d'être blessés par l'expression des sentiments de l'autre, peur qu'ils retentissent en nous et y fassent écho à d'autres souffrances.

Le plus souvent, hommes et femmes n'abordent pas l'expression des sentiments avec la même attitude, la même liberté. Le passé se conjugue au présent, et c'est dans les enregistrements de l'enfance qu'il faut trouver l'origine de comportements très différents.

La scène se passe à la sortie de l'école maternelle : une petite fille, apercevant sa maman qui l'attend sur le trottoir, court vers elle; hélas, elle tombe, se fait mal et se met à pleurer. Comment réagit la maman?

Elle se précipite vers la petite, la prend dans ses bras et la console. Tout cela est bien normal.

Maintenant, c'est un petit garçon qui court vers sa maman, tombe et se met à pleurer. Que fait la maman? Elle peut bien sûr se comporter comme la maman de la fillette, mais le plus souvent, elle choisit une autre attitude qui, elle aussi, vise à endiguer les larmes: "Allons, c'est rien, t'es un grand"; "Un homme, ça ne pleure pas"; "Il n'y a que les filles qui pleurent" (propos recueillis par l'auteur). La cerise sur la gâteau : "Un homme, ça sent rien"!

Au travers de telles expériences qui vont se répéter, car elles sont liées à l'éducation et à la culture, qu'enregistrent ces enfants? La petite fille : "Si l'on pleure on est consolé". Le petit garçon : "Il faut contrôler, s'interdire l'expression de ses sentiments".

Sommes-nous devant une conception chrétienne? Pas du tout ! C'est du **stoïcisme** (une conception païenne) et non du christianisme. Jean 11.35 et Luc 19.41 nous offrent le témoignage de l'expression des sentiments de Jésus, et Paul nous invite à partager les joies et les peines de ceux qui nous entourent (Romains 12.15).

Pourquoi est-ce si important? Parce que plus tard, ces blessures de l'enfance seront encore infectées, et elles en infecteront d'autres. En effet, vingt ans plus tard, physiquement, ce petit garçon est devenu un adulte, et il continue à "être un homme", à contrôler l'expression de ses sentiments. L'ulcère du duodenum est par excellence la maladie psychosomatique des hommes.

Il y a des hommes qui aimeraient pleurer mais qui ne peuvent pas; d'autres qui compensent leur refoulement par de l'agressivité; d'autres qui restent figés derrière un mur de silence que les "Mais dis quelque chose!" de leur épouse ne font que renforcer.
Walter TROBISCH a consacré son dernier livre, **Chérie comprends-** (Editions Trobich) à l'insécurité de l'homme face à la femme. Il part de l'idée que l'enfant reçoit de sa mère la sécurité, et que devenu adulte, l'homme voudrait

retrouver cette sécurité. Or, quand le coeur de l'homme est pesé sur la balance d'une femme, il est toujours trouvé trop léger. Il a l'impression alors d'être l'écolier qui lit sur son carnet de notes: insuffisant. Le monde entier peut célébrer ses succès, sa supériorité: face à sa femme, il se sent inférieur. Et d'énumérer sept types d'homme qu'il étudie: **l'inquiet, l'insuffisant, l'inférieur, l'angoissé, le superflu, le frustré et le vulnérable.**

Walter TROBISCH dit en parlant de **"l'homme vulnérable"** qu'il peut être, plus facilement qu'une femme, atteint dans sa personnalité et mortellement blessé. Le problème, dit-il, c'est que la réalité ne colle pas avec l'image qu'on se fait de l'homme, image rêvée, cliché qui ne correspond pas au réel. Si un homme est vulnérable à ce point, **c'est qu'il est appelé à jouer un rôle qu'il n'est pas capable de tenir.** Ce rôle, c'est celui du sexe fort; nous essayons de nous y tenir, mais le résultat n'est pas convaincant. Alors, que fait l'homme? Il se défend, de peur d'être blessé. Parce qu'il se sent menacé, l'homme qui souffre devient l'homme qui réagit" Et W. TROBISCH énumère sept types d'homme qui réagissent: **le tout-puissant patriarche, le chef inabordable, le bouddha silencieux, l'iceberg, l'homme parmi les hommes, le fatigué et l'infidèle.**

Plusieurs remarques s'imposent :

- L'observation semble juste.
- Le raisonnement est cohérent

Mais les conclusions mettent en évidence les limites d'une approche non biblique.

W.TROBISCH estime que l'homme est appelé à jouer un rôle qu'il n'est pas capable de tenir, mais Dieu n'a pas créé l'homme pour qu'il joue un rôle impossible ; il lui a demandé de vivre le rôle qu'il lui a confié.

Genèse 3 situe clairement l'apparition de la peur comme une conséquence de l'intrusion du péché chez le premier couple humain : Alors l'homme et sa femme se cachèrent de l'Eternel Dieu parmi les arbres du jardin. Mais l'Eternel Dieu appela l'homme et lui demanda : Où es-tu ? Celui-ci répondit : Je t'ai entendu dans le jardin et **j'ai eu peur,** car je suis nu ; alors je me suis caché ((Genèse 3.8-10).

La perte de la relation d'amour avec Dieu entraîne la perte de cette relation avec le conjoint. Les deux ont peur ! Le règne de l'insécurité et de la **domination** s'installe (Genèse 3.16). Le couple humain est vite placé devant son incapacité à aimer. C'est le début d'un jeu que nous connaissons bien : **le rejet de la faute sur l'autre** : c'est le serpent... C'est la femme (3.12-14). Aujourd'hui on entend. : Je n'y peux rien, moi. Je suis né comme ça. C'est mon tempérament. L'affirmation est fausse. Il faudra lui appliquer la juste solution : L'homme devra s'appuyer sur Dieu non pour jouer un rôle **mais pour retrouver une relation.**

5. Le partage ouvert et profond:
Non seulement on exprime ce que l'on est et ce que l'on ressent, mais on accepte **qu'on en parle.** "Chéri, pourquoi ressens-tu cela"? C'est encore Walter TROBISCH qui écrit: L'amour voit l'autre dans sa vérité et l'accepte ainsi. L'amour signifie aussi que je peux me laisser voir par l'autre tel que je suis, et être accepté par lui.
S'ouvrir à l'autre et lui offrir de nous rejoindre : pour cela, il faut un véritable climat de **confiance,** un vrai **respect mutuel**, une vraie **acceptation.** Cela peut être résumé par un autre mot: **la sécurité.** "Ce que je désire te dire de moi, j'ai besoin de savoir que tu ne l'utiliseras pas contre moi".

INTRODUCTION AUX PRINCIPES CHRETIENS DE LA COMMUNICATION

Pourquoi développer notre communication? Parce que Dieu nous a créés pour la relation. Ephésiens 4.25 dit que nous formons un seul corps, que nous sommes membres les uns des autres. Cette réalité se vérifie dans le couple dont les conjoints sont appelés à vivre dans la lumière, mais aussi à former une seule chair.

1. Cela implique une exigence de transparence (v.25), de faire tomber les masques, de renoncer à l'hypocrisie et à la dissimulation. Mon conjoint me connaît-il dans ce que j'éprouve, ce qui me déçoit, dans ce que je suis? La

transparence, c'est la mesure dans laquelle les conjoints sont capables de se révéler l'un à l'autre, de se montrer tels qu'ils sont.

Mais si nous vivons dans la lumière, tout comme Dieu lui-même est dans la lumière, alors nous sommes en communion les uns avec les autres et le sacrifice de Jésus, son Fils, nous purifie de tout péché. Marcher dans la lumière, telle est la base de notre communion avec Dieu, notre conjoint ou notre ami (e) (1 Jean 1.7).

...par votre union avec le Seigneur, vous appartenez à la lumière. Comportez-vous donc comme des enfants de la lumière, car ce que produit la lumière, c'est tout ce qui est bon, juste et vrai (Ephésiens 5.8, 9). **Tout ce que je révèle à l'autre est lumière.** Les ténèbres, ce que je cache; le péché aime l'ombre (Ephésiens 5.13). Ephésiens 4.26 nous appelle à vivre la confession mutuelle au quotidien, le pardon, la purification. Ainsi nous éviterons l'amertume, l'irritation, la colère, les éclats de voix et les insultes (4.31). Endormons nous en paix avec Dieu et notre conjoint; le lendemain sera beau.

2. La clairvoyance: C'est la mesure dans laquelle les conjoints sont capables de **pénétrer dans l'univers de l'autre,** c'est à dire de comprendre ses pensées, ses sentiments, le sens de ses attitudes, de ses actions, la nature réelle de ses attentes et de ses besoins. Suis-je prêt à donner ou à prendre? Non au cannibalisme. Comment puis-je donner à l'autre si je ne le connais pas? Comment lui communiquer une parole de grâce qui l'édifie (Ephésiens 4.29)?

Comment connaître mon prochain? Par la compassion (4.32). Souffrir avec, sentir avec, pénétrer dans l'univers de l'autre, sa sensibilité, sa richesse, sa nature profonde. **Une oreille ouverte, c'est le seul signe crédible d'un coeur ouvert.**

Bertrand Audéoud et Claude Gaasch

Top féminin vous recommande le site de notre partenaire Famille Je t'Aime : http://www.famillejetaime.com/

Famille je t'aime

Vous avez aimé ? Partagez autour de vous !

47 PARTAGES

Ce texte est la propriété du TopChrétien. Autorisation de diffusion autorisée en précisant la source. © 2022 - www.topchretien.com