

L'écoute est une inspiration, la parole une expiration...

Publié le 28 novembre 2012 par FJ dans Dossiers, Point de vue d'experts (<http://www.new-cfo.fr/info/point-de-vue-dexperts/>)

Se taire, dans un monde de communication : une gageure, une faiblesse, un risque de disparition ? Et si c'était plutôt une force ? A condition de maîtriser l'exercice. Florence Lautredou, psychanalyste et coach en entreprise nous explique ici pourquoi il ne faut pas renoncer au silence. Bien au contraire !

New-CFO : Sur internet, une recherche sur le terme « non-communicant » renvoie d'abord à des pathologies... L'époque n'est pas aux « taiseux », comme un Jean Gabin que vous aimez évoquer sur votre blog ?

Florence Lautredou, psychanalyste praticien et coach en entreprises (*) : Effectivement, il y a des silences pathologiques, par exemple, à l'extrême, l'autisme. Il existe également des silences hébétés, qui traduisent l'incompréhension. Mais d'une manière plus générale, il faut plutôt parler des vertus du silence. Il démontre alors une capacité d'écoute de l'autre, mais aussi d'écoute de soi-même, c'est-à-dire de réflexion. La parole prend du poids dans la bouche de celui qui sait se taire. Songez au silence de l'analyste avec son patient. Et dans ce même contexte le silence de ce patient, qui signifie une résistance, ou que des émotions affleurent. Mais qu'il traduise de la réflexion, de l'émotion ou de la résistance, le silence de toute façon n'est jamais neutre. Et les propos constituent bien souvent des masques...

New-CFO : Dans le contexte professionnel, se taire semble difficile à notre époque. Et en tous cas, rarement bien perçu par l'entourage ?

Florence Lautredou : Il est certain que, comme disent les américains, « to take the floor » paraît aujourd'hui la priorité, dans l'entreprise, mais aussi par exemple dans le monde politique. Avez-vous regardé des débats télévisés pendant la dernière campagne électorale ? Nous étions bien loin du silence de recul, comme le pratiquait et le travaillait un François Mitterrand. Pire encore : quand, lors de l'une de ces joutes – les talk-shows, NDLR -, l'un des participants cesse de s'exprimer, parce qu'il est sidéré de la médiocrité des propos, la caméra ne le filme plus. Il disparaît. La parole est une forme de pouvoir. Pourtant, **dans l'entreprise, le silence peut se révéler d'une grande puissance**, aussi. Nous sommes dans une pièce de théâtre. Et sur cette scène-là, la capacité à se taire met en valeur la prise de parole, elle permet de scander ses propos. Depuis dix ans que j'interviens auprès de managers, je développe ces messages. Par exemple, qu'**un discours volubile traduit le plus souvent un besoin de justification**. Il faut reconnaître que nous avons en France une prédominance de la culture extravertie. Ce qui fait des individus que se nourrissent et se renforcent des flux échangés avec l'extérieur. Dans les comités de direction, il y a pourtant souvent deux personnes moins « pipelettes » que les autres. Ce sont **les responsables logistiques et les directeurs financiers**. Avec ces profils plus introvertis, il est intéressant de travailler sur la gestion de leurs silences, de les encourager à respecter leur capacité de réflexion intérieure. Cependant, même eux sont obligés parfois d'occuper le terrain. Je pense à un directeur financier face à un parterre d'analystes, ou avec un journaliste. Il est très difficile alors de se taire, car le discours développé se veut performatif. Il faut convaincre.

New-CFO : Plus possible de se comporter comme Jean Gabin alors ? Comment ferait-il aujourd'hui sur un plateau de télévision ?

Florence Lautredou : C'est un personnage d'une autre époque, où l'homme ne devait pas exprimer d'émotions pour prouver sa virilité. Et puis, se taire permettait de laisser passer le temps de l'émotion. Or il faut l'écouter, pouvoir la noter, se dire « tiens, il se passe un truc ». Ce qui ne veut pas dire y céder. Attention tout de même aux postures extrêmes. Il y a des individus qui finissent, à force de se taire, par se couper de leurs émotions. Un syndrome assez courant dans les familles nombreuses. Tout ceci est une question d'équilibre. **Le silence maîtrisé traduit une certaine confiance en soi**, et la peur du silence, une faiblesse. En travaillant sa capacité à un silence réflexif, d'écoute de lui-même et de ses émotions, en admettant de se centrer sur lui, de s'octroyer du temps pour cela, un individu s'enrichit. Rappelez-vous que, lorsque nous écoutons, nous inspirons ; quand nous parlons, nous expirons. Donc **pour être inspiré, sachons faire silence !** (*) <http://www.fhl-consultants.com/>

New-CFO, "le magazine des DAF nouvelle génération" novembre 2012