

Attentes et demandes.

par Jacques Salomé – psychosociologue et écrivain.

Beaucoup de malentendus, accompagnés de tout un cortège de frustrations et de déceptions, vont surgir dans les relations humaines, en particulier avec des proches, autour de la confusion qui va exister et souvent perdurer entre attentes implicites et demandes explicites. Une demande, aussi clairement qu'elle puisse être énoncée, est porteuse de différentes attentes. Attentes au présent mais aussi attentes liées au passé.

« Je voulais être accepté inconditionnellement et j'attendais toujours que l'autre me donne quitus de ce que j'avais fait. Qu'il pointe ce qui manquait, ce que j'aurais dû faire, dire ou pas dire ! ».

Attentes centrées sur celui ou celle qui devant nous, mais aussi attentes qui sont projetées sur cette personne, comme sur un écran de projection et qui s'adressent en fait à quelqu'un d'autre, qui n'est pas présent. *« Mon père m'avait niée, je m'étais sentie non reconnue, comme sans valeur durant toute mon enfance. J'attendais de mon mari qu'il entende surtout mon besoin d'être reconnue et lui me répondait trop vite, il savait tout sans aucune hésitation, ce qui fait que j'avais le sentiment une fois de plus que je ne valais rien ! »*

C'est l'attente implicite qui a besoin d'être entendue, pas toujours la demande explicite, à laquelle nous répondons, le plus souvent... trop vite.

Chaque fois que le téléphone sonne en soirée chez ce médecin, sa femme attend, qu'il réponde *« non, je n'ai pas de disponibilité pour l'instant, je passerais vous voir demain »*. Et comme il répond chaque fois *« oui, j'arrive, rappelez moi votre adresse... »*, sa femme est frustrée, furieuse, se sent incomprise, mal aimée (*il fait toujours passer les autres avant moi !*).

Ainsi quand l'autre nous dit : *« Je voudrais que nous puissions, la semaine prochaine, prendre deux ou trois jours pour s'aérer, partir au bord de la mer... »*. Et que nous répondons *« Ah ça tombe mal, je dois justement participer à un colloque, mon patron y tient beaucoup ! »*, nous n'entendons pas que la vraie demande, qui correspond à l'attente, était que vous répondiez *« oui »*. *« Oui j'ai entendu que tu avais imaginé cette escapade possible ! C'est un beau projet, mais je me sens démuné devant ta proposition, je sens que je vais te décevoir, car je dois être etc. »*.

Quand cette femme dit à sa meilleure amie : *« Le médecin m'a conseillé, de ne pas rester seule le premier soir du jour où je sortirais de la clinique, c'est à dire demain »*, elle attend que son amie entende son attente, qu'elle lui réponde *« oui, tu aurais besoin d'avoir quelqu'un avec toi ! »*. Si l'amie n'entend pas la demande, qui serait : *« Comme tu es mon amie, je suis sûre que tu seras d'accord pour être avec moi demain soir ! »* et que celle-ci répond *« Je ne suis pas disponible, je me suis engagée ailleurs... »*, la frustration est trop grande et se traduit par des reproches, des accusations : *« une vraie amie devrait comprendre que j'ai besoin d'elle, que je devrais passer avant les autres... »*.

Ce décalage est fréquent, trop souvent inévitable, devient parfois un vrai fossé quand les attentes que nous avons en nous, ne trouvent pas une écoute (*ce qui ne veut pas dire une réponse positive*). L'écoute centrée sur la personne (*et non sur la demande*) portera sur le ressenti de celui ou de celle qui va découvrir que sa demande ne sera pas comblée.

Au delà de cette écoute, il convient de mieux comprendre (*pour le demandeur*) que ceux qui nous entourent, ne sont pas toujours au service de nos désirs. C'est sur notre capacité à assumer la frustration ou la déception que l'autre ne pourra pas toujours entendre et répondre positivement à nos attentes, que nous pouvons évaluer notre quotient de maturité.

Autrement dit, grandir, devenir adulte, suppose d'assumer le risque de la réponse de l'autre, quand nous lui faisons une demande et de mieux gérer ce pincement imperceptible du cœur d'avoir la sensation que notre attente ne sera pas comblée... pour l'instant.

Jacques Salomé est l'auteur de
"L'effet source". (Ed de l'Homme).