

Analogie avec une pièce de théâtre

Tôt dans notre existence on s'est fait notre propre scénario de vie. On est tantôt le metteur en scène, tantôt un des acteurs faisant en sorte que la scène puisse se dérouler avec le plus de réalisme possible.

On peut avoir opté pour un scénario comique, héroïque, d'action, de fantaisie, dramatique ou tragique. Selon 1) les circonstances qui se présentent, 2) les gens qui se trouvent dans notre entourage et 3) les idées que l'on se fait des choses, **on adapte son scénario.** C'est pour profiter du moment présent ou des



opportunités qui se présentent qu'on le fait; alors qu'on est porté à réintégrer son scénario de base si les conditions changent. Les gens plus flexibles vont adapter plus facilement leur scénario aux circonstances alors que les personnes plus rigides auront tendance à adapter les circonstances à leur scénario, au risque de devoir forcer et venir influencer le cours des choses.

Dans un milieu de travail on se retrouve entre collègues qui ont tous et chacun leur propre scénario de vie. Il y en a qui sont plus souples et d'autres qui sont plus rigides vis-à-vis leur scénario. C'est ce qui explique une bonne partie de la nature de nos relations interpersonnelles.

Le scénario que l'on se forge est fonction d'un aspect important. Certains ont tendance à voir les gens comme étant OK (je suis OK et tu es OK) alors que d'autres ont une vision différente des choses. Certains ont tendance à considérer les autres comme étant OK et ne pas se trouver OK ou l'inverse. Selon le cas on pourra, soit adopter un rôle de victime, de sauveteur ou encore de persécuteur pour donner la réplique à quelqu'un qui nous interpelle dans notre scénario.

Si chacun a la liberté de vivre le scénario qu'il veut dans sa vie personnelle, il ne peut se permettre d'en faire autant dans sa vie au travail, surtout si cela risque de faire en sorte que l'on finisse par se retrouver dans un milieu de travail néfaste.

Le milieu de travail n'est pas le lieu pour faire du théâtre en se servant des collègues pour nous donner la réplique. S'il arrive que les conditions soient propices pour pouvoir jouer « la grande scène », il est avantageux d'en prendre conscience avant la finale. C'est une opportunité d'adapter son scénario à la réalité objective du milieu de travail et du rôle qu'on devrait normalement y exercer.

Avant cette finale, il faut s'entendre sur le fait qu'il n'y a peut-être pas lieu de se rendre jusque là et se questionner sur la pertinence de jouer cette scène dans le contexte, surtout si les effets sont négatifs. Pensez alors à faire une « adaptation théâtrale ». Il faut d'abord s'en parler, se faire comprendre, écouter et composer avec les autres. L'objectif est d'en arriver à trouver la zone de confort où chacun sera prêt à adapter son rôle à celui des autres en plus de savoir le jouer avec aisance. Il en est de même dans les rôles qu'on est appelé à jouer au travail.

Nous vous invitons à partager avec votre entourage à propos de cette analogie. Inspirez-vous en pour échanger sur vos rôles respectifs et la façon dont vous les jouez au quotidien. Convenez ensemble de la formule qui respectera vos zones de confort respectives et « Place au théâtre! » de la vie en milieu de travail.

Guy Lacoursière – <http://harcelement.ca>