



Yves Le Guay

Vivre et travailler en équipe

Chronique N° 35
Agriculture de groupe N° 358
(juillet/août 2008)

Encadré : *Responsable des ses besoins*

Savoir ce que je veux vraiment

Le GAEC du Rû-Boimenu résulte de la fusion de deux GAEC connus du lecteur. Cinq agriculteurs y sont associés : André Boimenu, Pierre Dumontier et son frère Bruno avec son épouse Maryse, ainsi que Caroline, récemment installée... Chaque chronique nous fait partager une tranche de vie de la société.

Caroline : Vous savez, c'est une fête pour moi de vous avoir à déjeuner aujourd'hui.

Alice : Le plaisir est partagé, Caroline. Nous sommes ravis de passer ce moment avec toi, de découvrir comment tu as aménagé ton petit nid que je trouve très bien...

Victor : Et puis tu prépares si bien cette cuisine indienne... qui me change des patates d'Alice !

Caroline : Là, Victor, vous êtes injuste ; Alice est bonne cuisinière ; j'ai vécu assez longtemps chez vous pour l'apprécier.

Alice : Merci Caro ! Mais tu sais, j'ai l'habitude de ses taquineries ; je ne m'en formalise pas.

Victor : N'empêche qu'on se régale.

Caroline : Pourtant, je n'ai pas pu trouver tous les ingrédients que j'aurais voulu.

Victor : Si on parlait un peu de toi, Caro... ça fait un moment qu'on n'a plus discuté de ta vie ici, de tes projets.

Alice : Oui, c'est vrai, maintenant que je ne participe plus guère aux travaux du GAEC, on a moins l'occasion de parler.

Victor : Tu ne regrettes pas ton choix, au moins ?

Caroline : Qu'est-ce qui vous fait dire ça ?

Victor : Eh bien quand je t'aperçois dans la ferme, parfois je te trouve le visage... comment dire... oui, un peu triste. J'en ai même parlé à Alice : « notre Caroline n'est plus aussi joyeuse »... peut-être un problème de cœur ?

Caroline : Ah oui, vous avez perçu ça ? Non, le cœur ne saigne pas pour l'instant... Je ne sais pas d'où ça peut provenir...

Alice : Je ne veux pas me mêler de ce qui ne me regarde pas mais j'ai l'impression que tu n'as pas trouvé complètement ta place. Bon, bien sûr tu partages la responsabilité de la fromagerie avec Maryse mais le reste du temps...

Victor : Tu bouches plutôt les trous. Est-ce que je me trompe ?

Caroline : Oui, c'est un peu ça. Je vais là où on a besoin de moi ; au début, c'était pour me former et devenir polyvalente ; remarquez, c'est un remède à la monotonie... Et puis l'habitude s'est établie. Au moment de mon installation, on avait admis le principe que chaque associé aurait une responsabilité propre mais on n'a pas pris le temps de revoir réellement l'organisation.

Alice : Je te connais, Caro, tu es généreuse, portée à rendre service mais attention de ne pas sacrifier tes propres besoins.

Caroline : Au fond, c'est peut-être pour ça que vous me trouvez un air triste ?

Victor : Avec les compétences que tu as aujourd'hui, tu as sûrement besoin de responsabilités plus larges. Rendre service à l'un ou à l'autre, ça ne peut pas te suffire.

Caroline : Vous semblez dire que je ne travaille pas assez ?

Alice : Ah non ! Au contraire. Tu as de l'énergie à revendre et tu ne comptes pas ta peine. C'est bien pour ça que les jeunes t'apprécient. Enfin quand je dis les jeunes, ils ne le sont plus tant que ça, surtout par rapport à toi.

Victor : Ne crois pas qu'on cherche à semer la zizanie entre vous ; pas du tout ! Mais ça nous fait de la peine que tu n'y trouves pas ton compte.

Caroline : Peut-être que vous noircissez la situation. Je ne suis pas malheureuse : nous formons une équipe qui s'entend bien ; très bien même.

Alice : Qui sort de plusieurs années de surcharge de travail et tu es contente de les aider à en sortir.

Caroline : C'est vrai.

Victor : Mais ça ne peut pas te suffire.

Alice : Je vois que tes yeux s'embrument quand on en parle ; on a sans doute touché un point sensible. Allons ! Nous ne sommes pas venus déjeuner chez toi ce dimanche pour te faire pleurer. On change de sujet ?

Victor : Ou bien justement on continue, à condition, bien sûr, que tu sois d'accord. Tu sais bien que nous n'avons pas de projet à ta place.

Caroline : Attendez, goûtez mon dessert et on reprend la discussion après.

(...)

Alice : Tu comprends bien que c'est notre cœur qui parle.

Caroline : Je me rends compte que vous avez tapé juste mais que je ne me l'étais jamais dit jusqu'à présent.

Victor : Au fond en t'installant, tu avais quel but ?

Caroline : Oh... réaliser un rêve d'enfance... Je voulais être en prise sur la nature, faire de bons produits dont je serais fière, travailler dans un groupe où je me sente bien...

Alice : Ce sont tes motivations ; nous les connaissons mais... pour répondre à quels besoins au fond de toi ?

Caroline : Quels besoins ? Euh... sans doute me réaliser dans mon travail tout en apportant quelque chose... et puis sans doute aussi, oserais-je le dire... me sentir reconnue...

Alice : Te sentir reconnue pour tes actions et pour ce que tu es, au travers de tes compétences, tes valeurs et ta richesse humaine... C'est ça ?

Caroline : Oui, vous l'exprimez mieux que moi.

Alice : Nous avons tous besoin de nous sentir importants pour les autres.

Victor : Mais je crains que tu ne puisses pas te réaliser pleinement dans l'organisation actuelle du GAEC.

Caroline : Vous avez raison ; je vais y réfléchir et en parler aux associés. C'est à moi, maintenant, de savoir ce que je veux vraiment et de me prendre en main. Merci d'avoir attiré mon attention sur mes besoins.

Alice : Allons ! Changeons de sujet ; j'ai envie de parler de ma chorale...

à suivre...

Responsable de ses besoins

La tendance à la mauvaise humeur, aux Jeux psychologiques¹, à la dévalorisation de soi et des autres témoigne de frustrations issues de besoins non satisfaits. Pour éviter ces frustrations et éviter aux autres d'en subir les conséquences, il revient à chacun de prendre en charge ses propres besoins.

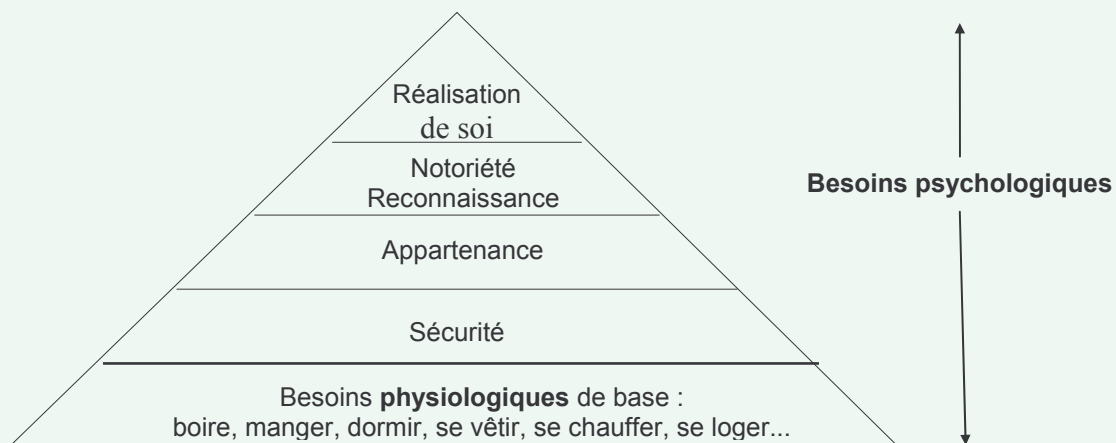
Si donc nous sommes responsables de nos besoins, à nous de les reconnaître, les prendre en charge, mettre en place ce qu'il faut pour les satisfaire.

Les besoins humains ne sont pas des caprices. Nous ne parlons pas, ici, des pulsions instinctives sur lesquelles joue la publicité pour nous faire acheter. Il ne s'agit pas de posséder mais **d'être**.

Les besoins ne se voient pas directement et ne sont pas toujours conscients. Plusieurs auteurs se sont employés à les mettre à jour, les classer, les hiérarchiser.

Pyramide des besoins de A.H. Maslow

Besoins **physiologiques** (boire, manger, dormir...), d'abord, puis besoins **psychologiques** : **sécurité** (à l'abri du danger physique, matériel et moral, en confiance), **appartenance** (à une famille, une communauté, une région, une nation, une culture, un syndicat, un mouvement, une association, un club, un groupe...), **notoriété** et/ou **reconnaissance** (se sentir important et reconnu aux yeux d'autres personnes, se sentir digne d'amour), **réalisation de soi** (apprendre, se construire, grandir, réparer ses blessures, se réconcilier avec soi-même, donner du sens à sa vie, trouver la sérénité, s'épanouir...)



A.H. Maslow classe les besoins de la personne dans une pyramide. Selon sa théorie (parfois contestée), la personne ne peut accéder à la satisfaction d'un besoin situé au-dessus que si celui du dessous est déjà largement satisfait. Ainsi, dans la société, plus le besoin se trouve haut dans la pyramide, moins on rencontre de gens qui l'ont satisfait.

Les « soifs » selon l'Analyse Transactionnelle

E. Berne évoque les « **soifs** » ou aspirations fondamentales de l'Homme :

- Soif de **structure** : valeurs, règles, organisation, leadership, etc., qui permettent de se repérer dans le groupe social et aussi la structuration du temps qui permet de se repérer dans l'instant présent.
- Soif de **position** : il s'agit d'une position existentielle, c'est-à-dire la perception que l'on a de soi (ses qualités, ses défauts, ses mérites, son droit d'exister...) et la perception que l'on a des autres. Les deux sont en relation, en position relative.
- Soif de **stimulations** : encouragements, demandes, confrontations, défis... provenant de soi et des autres.
- Soif de **reconnaissance**² par les autres pour ce que l'on fait (reconnaissance conditionnelle) et ce que l'on est (reconnaissance inconditionnelle)

Berne dit que l'homme ne peut pas vivre s'il ne reçoit pas de *Signes de reconnaissance*.

Conditionnels ou inconditionnels, ils peuvent être positifs ou négatifs mais toujours authentiques. Un état psychologique satisfaisant suppose une quantité quotidienne de *Signes de reconnaissance*, correspondant aux besoins de chaque personne.

¹ Jeux psychologiques : voir Agriculture de Groupe N° 336

² Voir Signes de reconnaissance dans Agriculture de Groupe N°340

Les besoins selon la Communication Non Violente (CNV)

Marshall B. Rosenberg propose d'utiliser le langage de la bienveillance en se débarrassant de *la communication qui coupe de la vie* : la critique, le déni de responsabilité, les exigences, les jugements...

Il suggère, à l'inverse, de focaliser notre attention sur 4 points :

- Observer précisément ce qui se passe en nous, qui augmente ou diminue notre bien-être
- Exprimer nos sentiments
- Exprimer nos **besoins**, ce qui suppose de prendre conscience et verbaliser les besoins qui engendrent nos sentiments
- Accueillir ce qui se passe chez les autres et qu'ils demandent pour avoir une vie plus belle.

Quelques besoins partagés par tous :

<p>Autonomie choisir ses rêves, ses buts, ses valeurs, choisir les moyens de satisfaire ses rêves/buts /valeurs.</p> <p>Bien-être physique un abri, de l'air, de l'eau, de la nourriture, du contact, toucher, une expression sexuelle, du mouvement, de l'exercice, une protection contre les formes de vie menaçant la Vie (bactéries, virus, insectes, prédateurs humains et animaux) du repos.</p> <p>Communion spirituelle beauté, harmonie, inspiration, ordre, paix.</p>	<p>Épanouissement authenticité créativité intégrité sens.</p> <p>Interdépendance acceptation amour appréciation chaleur confiance considération empathie possibilité de contribuer à l'enrichissement de la vie, proximité, réconfort, respect, sincérité, soutien.</p>
--	---

Dans « L'élément Humain », Will Schutz insiste sur l'importance de développer la conscience de soi pour accéder à l'estime de soi, nécessaire pour trouver sa place. Ainsi, dans le groupe, chacun a besoin de se sentir important, estimable, aimable.

Pour bien se connaître, il faut être à l'écoute de soi, de ses sentiments et de ses besoins. C'est seulement à cette condition que nous pourrions être à l'écoute des autres, dans l'empathie.

*Plus fidèlement vous écouterez
Votre voix intérieure
Et mieux vous entendrez
Les messages venant du dehors*

Dag Hammarskjöld