

**Femme
Actuelle**

UN ARTICLE VOUS INTERESSE
PAGE

1,40 €

N°1413 HEBDOMADAIRE
DU 24 AU 30 OCTOBRE 2011

RESTER JEUNE
Cosméto ou
esthétique, la
solution qu'il
vous faut

Déco
QUAND LE
STYLE ATELIER
SE LA JOUE
COSY

Bluffant!
La cuisine de tous
les jours réinventée
par Guy Martin

Astucieux
Gagner de l'argent
grâce à ses cartes de
fidélité

MA SANTÉ AU TOP

2^e semaine

**BOOSTEZ
VOTRE ÉNERGIE**

30 CONSEILS DE PROS

- Fatiguée ou déprimée, faites le test
- L'assiette qui donne du punch
- Doper son moral sans médicaments

BEAUTÉ
5 idées pour
se parfumer
autrement

SALAIRE, ÂGE, POIDS
Bien répliquer aux
questions qui fâchent

P GROUPE PRISMA PRESSE

M 01188 - 1413 - F: 1,40 €



LE FÉMININ LE PLUS LU EN FRANCE
(Résultats AEPM 2009-Hors suppléments)

Mode
Chic et féminin
le cuir est ultra glamour



«T'as quel âge?», «Tu fais quoi dans la vie?», «T'as des enfants?»...

Comment échapper aux questions qui nous dérangent?

On les trouve indécrites ou indiscrettes, mal à propos ou taboues... Nos deux experts ont passé en revue toutes sortes d'exemples pour imaginer et proposer des stratégies de réponses aux questions qui fâchent. PAR GAËL LE BELLEGO

Entre «T'as quel âge?» (plus que je ne voudrais, hélas) et «Combien tu gagnes?» (pas assez, zut), les occasions de se mordre la langue ou de répondre par la grimace sont légion. Ces questions «comptent triple» et nous jettent dans l'embarras : on se sent agressée, inconfortable, «car elles font irruption, observe Bernard Hévin, psychothérapeute. Elles tentent de nous voler un peu de ce que l'on juge être notre jardin intime.»

Elles sont liées à une plus grande brutalité des rapports

Nous éprouvons tous une sensation de dureté croissante dans les relations sociales. La faute à notre société de l'hypercommunication, selon Jeanne Bordeau, fondatrice de l'Institut de la qualité de l'expression (bureau de style en langage) : «On vit une époque de l'immédiateté, dans l'ici et le maintenant. Il y a une plus grande brutalité dans les rapports. On ne veut pas perdre de temps, il faut aller droit au but, nourrir un flux imaginaire. La "conversation", ses cheminement, cette promenade du discours, a été remplacée par les "échanges", plus brefs, moins gracieux, ou même les tchats et les tweets. A la richesse des phrases que permet notre langue, sont préférées les "formules tag" abruptes...» Pas surprenant que certaines questions nous frappent droit au cœur. Surtout que lui, contrairement au langage, ne s'est pas contracté... Alors, lesquelles nous mettent mal à l'aise? Pas de règle. Chacun réagit selon le curseur de ses émotions et place où il veut les limites de sa pudeur. Et il y a les paramètres externes. La culture, par exemple : l'argent est plus tabou en France qu'aux

Etats-Unis, la mort, en Occident qu'en Inde. Bien sûr, il y a des constantes, des questions qui chatouillent inmanquablement. On pourrait les réunir par famille.

1/Celles sur le physique («Combien tu pèses?», «Tu as déjà essayé le botox?...»), d'autant plus hard qu'on vit dans une société obsédée par l'image qu'on donne.

2/Les questions intimes («Tu m'aimes?», «C'était bien?», après l'amour).

3/Les taboues («Tu te feras enterrer?», «Tu gagnes combien?», «Tu votes pour qui?...») sapent le vieux principe du «ça ne se dit pas».

4/Celles qui tombent mal («Comment va ton mec?», «Ça fait un mois qu'il nous a largués».)

Notre réaction dépend aussi notre interlocuteur. Bernard Hévin ajoute : «On ne va pas recevoir la question "Depuis quand tu n'as pas fait l'amour?" de la même façon selon qu'elle vient d'une amie ou d'un ex. On peut demander à quelqu'un quelle est sa religion lors d'une soirée entre potes, mais pas au cours d'un entretien professionnel.» Et puis... l'intention compte aussi. «On touche ici à la notion d'implicite, poursuit-il : nous demander notre âge, qu'est-ce que ça cache? Y a-t-il une question derrière la question? ("Tu n'es pas un peu vieille pour te reconverter?"). En analyse transactionnelle, on parle de transaction double : derrière la chose dite, il y a un message caché.»

“PROVOC”

On me demande souvent si j'ai des enfants. Or, je n'en veux pas, c'est un choix personnel. Je fais alors de l'humour «no kid» : «Oui, mais j'en ai eu assez, je les ai vendus à un cirque...»

Sara, 34 ans

“LANGUE DE BOIS”

Je suis commerciale dans les nouvelles technologies. Quand un client me cuisine sur un



dossier en retard, je fais comme les politiques que j'observe beaucoup : je lui sers un discours appris/maîtrisé (sans aucun lien avec la question), qui me laisse du temps et l'esprit libre de

chercher ma réponse pendant ce blabla... Quand j'ai trouvé, je reviens à lui : «Et pour répondre plus directement à votre question...»

Cécile, 41 ans

“PAS DE PRISE”

J'ai eu la douleur de perdre mon mari il y a six ans. Peu après, plus portés par la curiosité que par l'empathie, certains me demandaient comment j'allais. Je répondais, inflexible :

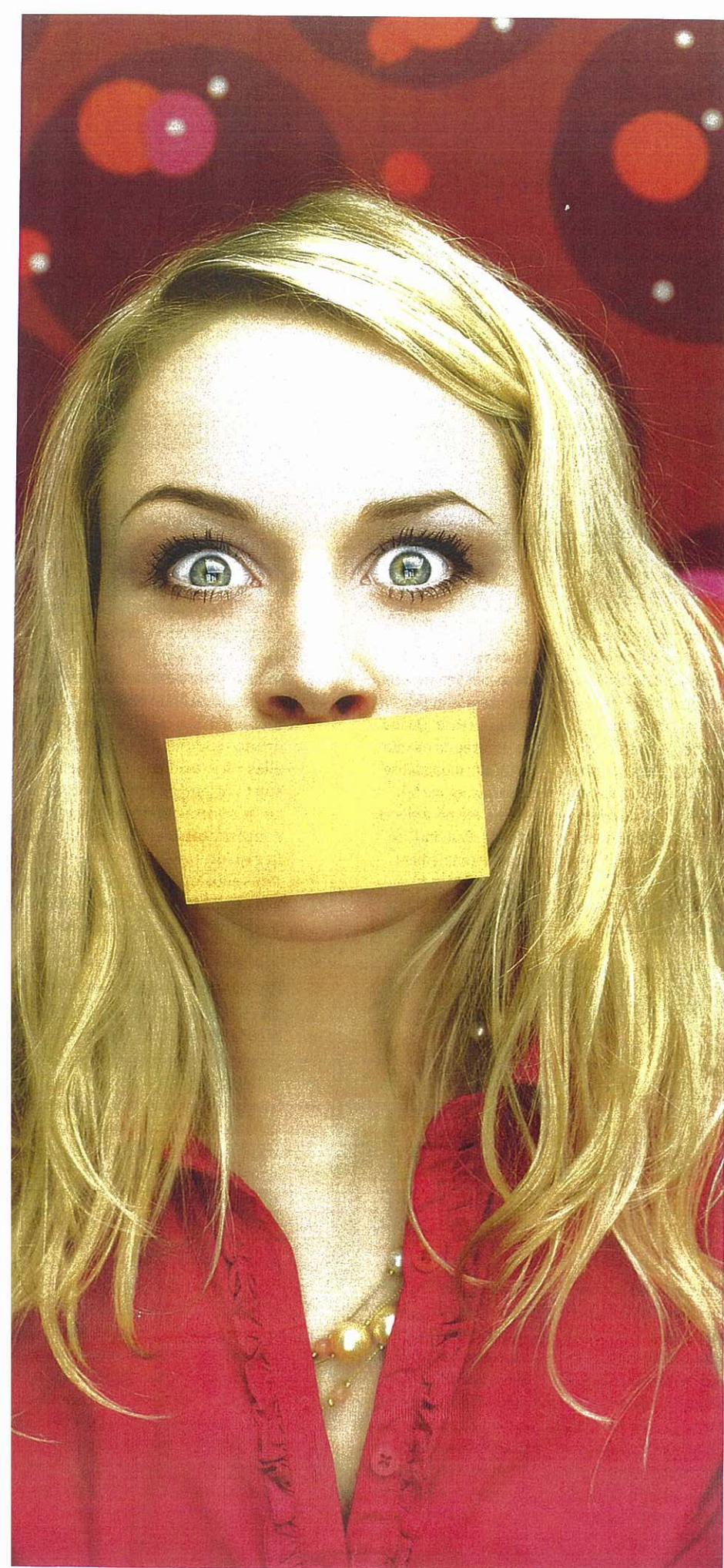
«Très bien. C'est une décision mentale.» De quoi couper court.

Oriane, 45 ans

“FRUSTRATION”

J'ai horreur des gens qui après leur «Comment ça va?» insistent et ne se contentent pas de mon «Bien, merci» poli. Au «T'es sûre que ça va bien?», je réponds alors «Mieux que tu ne le crois...», énigmatique à souhait.

Séverine, 38 ans



Quatre façons de s'en tirer

1- PAR LE « SMALL TALK »

On répond court, en surface. Pour dire vrai, faux, ou entre les deux. « Ça va ton job ? » « Moui, c'est cool ». Même s'il y a des bas. On pousse à l'extrême la maxime d'Oscar Wilde : « La conversation doit tout aborder, mais ne rien approfondir. » « On montre qu'on sait se contrôler. Se contenir est un art dans une société du bavardage », explique Bernard Hévin. Pour Jeanne Bordeau : « Cette solution produit du silence. Celui qui se tait est le plus fort, car il prouve qu'il est à l'aise avec lui-même. »

2- PAR LA DIVERSION

Face à une question vache (« Tes cernes, c'est héréditaire ? »), la meilleure diversion c'est l'attaque. Option 1 : la contre-question. « Tu as grossi ? » « Et toi ? » Selon Bernard Hévin, « renvoyer la question, c'est faire mesurer à l'autre le degré de son impertinence ». Et ça nous permet de gagner du temps pour la réponse qui tue. Notre psy propose aussi la réponse tangentielle : « Tu as fait quoi hier soir ? » « Je suis rentrée à 21 h. » La question porte sur un acte, la réponse donne une heure... Plus rosses, les transactions... de sorcière : à « Tu m'aimes ? », on rétorque : « Qu'est-ce que tu entends par aimer ? », pour déplacer le problème.

3- PAR L'HUMOUR

L'arme fatale pour désamorcer. Un Gontran nous asticote : « T'en es où de tes projets ? » Votre verdict : « Ils sont au point mort, comme moi. » Bernard Hévin prend l'exemple de l'homme qui, après l'amour, nous demande si « c'était bien » : « On peut choisir la moquerie gentille, du genre : "C'était une compète ? Tu veux une note ?" ou, plus sarcastique : "Oui, c'était bien. Et pour moi ?" ... » Certes, ça demande un talent pour le ping-pong verbal. Et, estime Jeanne Bordeau : « L'humour exige de ne pas prendre les choses trop à cœur... » Ne reste plus qu'à se mettre une Florence Foresti dans le moteur !

4- PAR L'EMPATHIE

Plutôt que de voir l'autre comme un importun, on le remercie de sa question. Si, si, c'est possible ! A « Tu crois en Dieu ? », répondre : « Ta question est intéressante, mais il me faut du temps pour y réfléchir. Reparlons-en très vite ! » « Ici, résume Jeanne Bordeau, on valorise le questionneur (même si on n'en pense pas moins) et, au fond, on fait preuve d'honnêteté : plutôt que de lâcher n'importe quoi, on préfère prendre du recul. » L'essentiel est d'entrer en résonance avec son interlocuteur, lui montrer qu'on le respecte trop pour répondre sans réfléchir. Du gagnant-gagnant, au final. ■