1

Ce que tu penses, ce que je ressens

LE RÉALISTE OPPOSÉ À L'INTUITIF

Dès les tout premiers temps de notre mariage, certaines choses nous ont fait rire.

D'autres ont donné lieu à des disputes.

Au bout de nombreuses années, plus de choses nous font rire. Mais quelques-unes continuent de nous exaspérer.

Malgré tout, nous disons : « Dieu soit loué pour les différences ! »

Elles indignent, mais intriguent ; agacent, et pourtant attirent. Nous geignons et nous nous plaignons, nous tonnons et nous nous étonnons face à leur importance et leur variété.

Quelqu'un a dit que Dieu nous a donné deux yeux pour que nous ne voyions pas les choses d'un seul point de vue. Avec un seul œil, nous perdons une des trois dimensions. Le monde nous apparaît plat. Mais avec les deux yeux, nous percevons les trois dimensions et nous voyons le monde en relief.

C'est pourquoi nous disons : *vive la différence!*

Commençons par une différence de taille!

Jack

Je suis tombé un jour sur un livre dont les paragraphes d'introduction ont attiré mon attention. Voici ce que j'ai lu :

> Si je ne veux pas ce que tu veux, essaie s'il te plaît de ne pas me dire que mon désir est mauvais.
> Ou bien si je pense différemment de toi, marque au moins une pause avant de corriger mon point de vue.
> Ou encore, si ce que je ressens est moins fort, ou plus fort, que ce que tu ressens dans les mêmes circonstances, essaie de ne pas me demander de ressentir plus fortement ou plus faiblement les choses. […]
> Je ne te demande pas, du moins pour le moment, de me comprendre. Cela se produira seulement quand tu seras disposé à renoncer à me changer pour faire de moi une copie de toi. […]
> Si tu veux bien m'autoriser certains de mes propres désirs, émotions, croyances ou actions, alors tu t'ouvriras, de sorte qu'un jour ces manières d'être qui sont les miennes ne te sembleront peut-être plus aussi mauvaises et finiront peut-être par t'apparaître bonnes – pour moi. Me supporter est la première étape qui te permettra de me comprendre. Il ne s'agit pas que tu épouses mes manières d'être en les jugeant bonnes pour toi, mais que tu ne sois plus irrité ou déçu par moi en raison de mon égarement apparent. De plus, en me comprenant, tu finiras peut-être par apprécier la valeur de mes différences par rapport à toi et, loin de chercher à me changer, par préserver et même entretenir ces différences.

En ce moment même, quelque part dans le monde, deux personnes s'énervent de plus en plus en discutant et devraient s'arrêter et réfléchir sur ces paragraphes. Voici à quoi ressemblent leurs paroles. L'un d'eux (selon toute vraisemblance l'homme)

dit d'un ton accusateur : « Mais ce n'est pas ce que tu as *dit*! » Et l'autre personne (selon toute vraisemblance la femme) de lui répondre : « Chéri, je ne peux pas te dire pourquoi, mais en tout cas *je sens qu'il y a quelque chose de louche*. »

Nous serrons les dents. Nous soupirons. Nous levons les yeux au ciel. Nous nous mordons la langue et essayons de nous maîtriser dans notre réaction par rapport à nos différences. Et si nous sommes agacés, c'est avant tout parce que nous n'arrivons pas à comprendre – à comprendre *vraiment*.

Nous avons notamment beaucoup de mal à accepter le fait (voilà qui vous indique de quel côté je me situe) qu'il existe fondamentalement deux manières d'appréhender l'information, de percevoir ce qui se passe autour de nous. Certains d'entre nous appréhendent l'information au moyen de leurs cinq sens : la vue, l'ouïe, le toucher, le goût et l'odorat. D'autres parmi nous traitent l'information au moyen d'un sixième sens : le pressentiment ou, comme nous avons coutume de l'appeler, *l'intuition*.

Il y a bien longtemps, Carole et moi nous sommes rendu compte que nous différions dans notre manière d'aborder ce que nous voyons autour de nous. Par exemple, pour moi, un fait est un fait et reste un fait. Je veux commencer par le commencement et procéder étape par étape. Je me retrouve dans une formule du genre : « La plupart des problèmes définis avec précision sont déjà en partie résolus. »

Pour Carole, un fait est légèrement plus ou moins qu'un fait, selon son humeur du moment. Elle est en accord avec une formule telle que : « Un fait unique vient souvent gâcher un argument intéressant. » Elle a tendance à embarquer à n'importe quel moment et à sauter les étapes. Je dois avouer que cette démarche me déconcerte totalement.

Tandis que je lis le mode d'emploi en faisant attention aux détails qui me permettront de mettre en pratique les instructions,

Carole saute souvent les indications et… se met tout bonnement à essayer. En fait, c'est devenu une plaisanterie dans la famille. Quand un de nos appareils ménagers tombe en panne et que Carole est plantée devant, exaspérée, elle regarde dans ma direction, sourit d'un air penaud et dit : « Je sais. Je sais. Une fois que tu as tout essayé, *lis le mode d'emploi*. »

J'aime les façons de faire définies à l'avance, les habitudes établies, les choses qui sont précises et mesurables. Penseur au sens pratique, j'ai coutume de demander : « Est-ce que ça marchera ? Et si non, pourquoi ? » Carole apprécie le changement et la diversité, préfère imaginer des possibilités et aime le côté inventif et créatif des choses. Elle essaiera quelque chose pour *voir* si ça marche – et si ce n'est pas le cas, cela ne la tracassera pas plus que ça.

C'est là une différence à laquelle il est difficile de se résoudre et qui, de l'avis de certains psychologues cliniciens, crée le fossé le plus large entre les personnes.

Une des raisons expliquant la difficulté qui règne dans ce domaine est que les différentes manières de recueillir l'information (le réaliste opposé à l'intuitif) peuvent donner l'impression d'informations dissemblables ou opposées. En quelque sorte, ce trait particulier de la personnalité est la fonction la plus fondamentale. En effet, il détermine directement notre manière d'appréhender l'information qui constitue la matière première de notre façon de voir la vie, ainsi que de nos attentes par rapport à ce que nous percevons. Dans une large mesure, c'est notre perception de l'information qui nous fournit les données dont nous nous servons pour prendre nos décisions et cela peut engendrer d'énormes différences entre deux époux.

L'étude du test Myers-Briggs nous a démontré que presque tous les individus passent de l'une à l'autre de ces démarches, mais qu'en général l'une d'elles est *prédominante* et *plus développée*.

Dans son livre *Pour se mieux comprendre entre époux*[1], Paul Tournier formule ainsi ce phénomène :

> Un esprit intuitif et un esprit scientifique auront grand'peine à se comprendre : pour le premier, les choses ne sont pas des choses mais des symboles d'autres valeurs qu'il rêve et qu'il y rattache ; pour le second, les choses ne sont que ce qu'elles sont, rien que ce qu'on en peut mesurer et peser.

L'un veut des faits, se fie aux faits et se souvient des faits. Il croit à l'expérience et traite l'information à partir de ce que lui ou d'autres ont vécu. Cet individu observe et veut avoir affaire au réel – non pas au conditionnel ou à l'hypothétique. C'est un réaliste au sens pratique (devrais-je dire obstiné ?). (Le masculin me semble approprié ici parce que c'est ainsi que je suis ; mais certaines femmes ont aussi cette tendance.)

L'autre est loin de recueillir l'information de cette manière ! Pour la personne intuitive, les faits sont moins importants que les *impressions*. C'est sans doute pour cela qu'intérieurement je lève les sourcils en entendant les « faits » de Carole. Elle reconnaîtra qu'elle invente parfois des statistiques – quoiqu'elle ait vite fait de le dire si c'est le cas – et qu'elle exagère à d'autres moments. Les gens intuitifs comme Carole sont souvent théoriques et imaginatifs.

J'ai vu un certain nombre d'hommes de tempérament réaliste perdre patience avec leur épouse intuitive. C'est le genre d'hommes qui secouent la tête avec irritation, qui rabaissent leur épouse et se disent intérieurement (et parfois tout fort) : « L'intuition ? En voilà une manière idiote de fonctionner ! » Cependant, c'est un autre homme qui a dit : « Les bons instincts indiquent d'habitude comment procéder bien avant que

1. Paul Tournier, *Pour se mieux comprendre entre époux : difficultés conjugales*, Labor et Fides, 6e éd., 1984.

la tête ait résolu la question. » Voilà au moins un homme qui reconnaît la valeur de ce bel art qu'est l'intuition !

Si seulement nous pouvions être convaincus que telle façon de penser n'est pas *mauvaise* en soi. Elle est tout simplement *différente*. Or, en réalité, nous avons besoin des deux pour nous compléter.

Nous avons observé qu'une personne intuitive est rarement exaspérée par la personne réaliste. Les gens réalistes, par contre, s'irritent lorsqu'ils n'arrivent pas à obtenir des faits ou des détails de la part de quelqu'un d'intuitif.

Identifions les différences

Mots-clés	
Réaliste	Intuitif
déduction	intuition
détails	schémas
présent	futur
pratique	imaginatif
faits	innovations
séquentiel	aléatoire
directives	pressentiments
répétition	variété
jouissance	anticipation
transpiration	inspiration
conservation	changement
vérification	invention
rassembler des faits	synthétiser des théories
observer les détails	déceler les possibilités
aime la boussole	se sert des étoiles

Table des matières

Préface 5

Introduction
Quelle est donc la différence ? 7

Première partie : *Notre façon de penser* 17

1. Ce que tu penses, ce que je ressens
Le réaliste opposé à l'intuitif 19

2. Les deux faces d'une médaille
Le logique opposé au relationnel 28

3. Tout dépend du point de vue où l'on se place
L'objectif opposé au subjectif 38

4. Tu vois la forêt, je vois les arbres
Le global opposé au détaillé 48

5. Est-ce que tu m'écoutes ?
La clé de la compréhension 53

Deuxième partie : *Notre façon de communiquer* 65

6. Tu dis au revoir, je dis bonjour
L'introverti opposé à l'extraverti 67

7. Tu dis stop, je dis vas-y
L'organisation opposée à l'improvisation 78

8. La question du romantisme
Le démonstratif opposé au réservé 88

9. Comment exprimez-vous l'amour ?
Donner et recevoir l'amour..... 99

10. Et si c'était la saison du dégel ?
Comment faire fondre les différences..... 108

Troisième partie : *Notre façon de parler*..... 117

11. Quelqu'un jouerait-il au chat et à la souris ?
L'expansif opposé au secret..... 119

12. Encore une fois… avec sentiment
L'expression des faits opposée
à l'expression des sentiments..... 128

13. Traduction, s'il vous plaît ?
Comment surmonter vos barrières linguistiques 136

14. Peut-on en parler plus tard ?
L'affrontement opposé au repli
– notre manière de nous disputer..... 146

Quatrième partie : *Notre façon d'agir*..... 161

15. Est-ce à faire correctement, ou à la va-vite ?
Le perfectionniste opposé au non-perfectionniste 163

16. Tu avances, je recule
Le revendicateur opposé au timide..... 173

17. Enfin, sérieusement… Tu plaisantes ?
Le sérieux et déterminé opposé
au désinvolte et décontracté..... 182

18. Appuie-toi sur moi
Le dépendant opposé à l'indépendant 191

19. Qui a écrit le scénario ?
L'influence du milieu d'origine 199

20. Parlons du temps qu'il fait
L'importance d'un climat d'éloges 213

CINQUIÈME PARTIE : *Notre façon de voir la vie* 221

21. Le verre est-il à moitié vide ou à moitié plein ?
Le pessimiste opposé à l'optimiste 223

22. Tu appelles ça des vacances ?
Les divergences d'intérêts et de comportements sociaux. 232

23. Quand on échange les rôles
Les dons spirituels de la miséricorde et de la direction ... 243

24. Ceux qui donnent et ceux qui prennent
Une manière de vivre l'engagement du mariage 255

25. De la compatibilité des comptabilités
Notre position face à l'argent 265

26. Dépenser aujourd'hui ce qu'on gagnera demain ?
Les dépensiers opposés aux économes 274

27. Regardez droit devant vous
L'impératif de la fidélité 286

28. Dieu merci, nous ne sommes pas semblables
Dernière remarque sur notre manière d'être 293

Annexe
Le test de personnalité Myers-Briggs 299