

Être reconnu

Le besoin d'être reconnu tel que nous sommes, tel que nous nous sentons (et non tel que l'autre nous voudrait) me semble être un des plus sensibles. En particulier que notre ressenti immédiat ne correspond pas aux perceptions d'autrui, quand il y a un décalage entre l'image que nous avons de nous et l'image que nous renvoie l'autre.

Ce besoin d'être reconnu est plus souvent blessé qu'on ne l'imagine. Ainsi quand nous faisons beaucoup pour quelqu'un et que cela n'est pas reconnu, quand nous donnons le meilleur de nous et que cela n'est pas reçu, quand nous offrons la part la plus féconde de notre être et que cela est ignoré ou galvaudé, alors se réveillent des blessures qui saignent à l'intérieur, s'incrument des souffrances indicibles, s'installe le désespoir et se développe la non confiance en tout ce qui nous entoure et surtout en nous mêmes. Cela arrive dans certaines relations amoureuses, également dans certains couples, cela surgit dans certaines relations parentales, cela s'installe et perdure dans quelques relations professionnelles.

Notre besoin d'être reconnu et accepté inconditionnellement, même avec nos contradictions est un des plus archaïques, il est toujours à l'affût, cherchant confirmation. Besoin qui se diversifie en besoins secondaires tous aussi importants. Besoin d'être approuvé, confirmé, gratifié et identifié comme bon, comme important, comme porteur de qualités rares, perçu comme source de bienfaits.

Si je ne me sens pas reconnu, que ce soit dans le beaucoup que j'ai donné ou le peu que j'ai fait, s'ouvre en moi une faille qui va se remplir d'un ressenti pernicieux sur lequel l'imaginaire va broder des arabesques autour de la victimisation, voire de la persécution. Je me sens alors mal aimé, incompris, bafoué, maltraité dans ma bonne volonté de bien faire, indigné que l'on puisse penser que j'aurais dû en faire plus ou différemment et très souvent blessé que l'on puisse imaginer que j'ai pu faire tout cela consciemment, volontairement.

Un travail sur soi, autour de la vulnérabilité secrétée par le besoin d'être reconnu, pourra se faire en comprenant mieux, qu'il y a en amont de notre histoire deux besoins incompatibles. Que notre besoin d'approbation et notre besoin d'affirmation ne peuvent cohabiter. Que si je prends le risque de m'affirmer, il faudra que je renonce à l'approbation d'autrui et en particulier de ceux qui me sont proches. Dans ces conditions le besoin d'être reconnu sera fragilisé, il restera présent en chacun, mais beaucoup moins sensible, moins à fleur de peau et donc vivable.

Jacques Salomé

http://www.j-salome.com/03-telechargement/editorial_2010-04-10.htm

Au travail

Quand nous étions petits, nos parents nous félicitaient pour nos bonnes notes et nous grondaient pour les mauvaises. Depuis, nous avons tous plus ou moins tendance à confondre la valeur de nos notes, c'est-à-dire celle du fruit de nos efforts, avec notre propre valeur, celle que nous représentons pour nos parents. Certains sont plus en attente que d'autres, car « leur estime de soi, leur reconnaissance d'eux-mêmes est fragile ou n'a pas pu se forger correctement, éclaire Hélène Vecchiali. En revanche, un enfant qui a été rêvé, désiré, porté,

reconnu dans ses efforts par ses parents aura spontanément ancré en lui-même cette sensation d'être valeureux. Il sera moins en demande ».

Marion, 45 ans, fait partie de ces bienheureux qui ne doutent pas de façon névrotique de la qualité de leur travail, mais, dit-elle, « si mes supérieurs et mes collègues ne me félicitaient pas de temps en temps, je crois que je serais complètement perdue. Depuis des années, je remplis des fiches de synthèse sur ordinateur sans savoir vraiment qui les lit ». Rien de plus logique, assure l'économiste et psychanalyste Corinne Maier. Selon elle, notre vie professionnelle est de plus en plus virtuelle : « Dans un bureau, rien n'est vraiment concret. Nous fabriquons des choses immatérielles, donc difficiles à évaluer. Contrairement à quelqu'un qui répare des chaussures ou à une personne indépendante qui fait son chiffre d'affaires, la satisfaction du travail est peu liée à la réalisation d'un objet. Elle ne repose pas non plus sur le bien-être que l'on peut ressentir en accomplissant une tâche du début à la fin, puisque les fonctions sont "découpées", détachées les unes des autres et cloisonnées. »

Résultat : nous disposons moins que jamais aujourd'hui des moyens de nous estimer. Nous sommes perdus dans le flou d'activités de plus en plus abstraites et parcellisées. Rien de tangible ne vient nous conforter. Nous dépendons plus que jamais du regard des autres : eux seuls peuvent nous soutenir et nous rassurer dans des environnements où les licenciements se multiplient. Dans une entreprise, la reconnaissance est d'ailleurs « un excellent moyen de doper les équipes », rappelle le psychanalyste René Fiori.

Hélène Fresnel

<http://www.psychologies.com/Travail/S-epanouir-au-travail/Reconnaissance/Articles-et-Dossiers/Etre-reconnu-au-travail-un-besoin-vital>

La lutte pour la reconnaissance se poursuit à plusieurs niveaux.

Elle commence à celui des rapports affectifs liés à la transmission de la vie, à la sexualité et à la filiation.

Elle est à son comble à l'intersection des rapports verticaux d'une généalogie et des rapports horizontaux de conjugalité qui ont pour cadre la famille.

Cette lutte pour la reconnaissance se poursuit au plan juridique des droits civiques, centrés sur les idées de liberté, de justice et de solidarité.

Des droits ne peuvent être revendiqués pour moi, qui ne sont pas reconnus à d'autres sur un pied d'égalité. Cette extension des capacités individuelles ressortissant à la personne juridique concerne non seulement l'énumération des droits civiques, mais sa sphère d'application à des catégories nouvelles d'individus et de pouvoirs jusque-là méprisés. Cette extension est l'occasion de conflits s'agissant de l'exclusion liée aux inégalités sociales, mais aussi des discriminations héritées du passé et frappant encore des minorités diverses.

Mais le mépris, l'humiliation atteignent le lien social à un plan qui excède celui des droits.

Paul Ricœur

http://www.diplomatie.gouv.fr/fr/IMG/pdf/Revue_des_revues_200_1152AB.pdf

L'état de non-existence chez l'enfant n'est pas causé par une maladresse éducative sporadique mais par un mode continu de relation avec l'enfant. C'est au sein même de cette relation que l'enfant va lutter pour exister. Cependant, las de se battre, il baissera les bras et capitulera. Comme il est obligé de composer avec l'entourage des personnes importantes pour lui, il composera une relation où son être profond se voit contraint au silence et compensera cet état par une existence à la périphérie de sa personnalité.

Au moment crucial de la reddition, plusieurs options se présentent à l'enfant :

- se laisser noyer dans la non-existence, ce qui ouvre la portes aux psychoses ou à un état que l'on peut qualifier de larvaire ;
- s'installer dans un système de contradiction vis à vis des attentes de l'entourage ;
- créer un système d'adaptation afin de survivre et de se faire accepter.

Dans ce dernier cas, il se met à développer toute une série de mécanismes qui plaît à son entourage et qui lui donne la sensation d'être reconnu. Ceci lui permet de prendre sa place et de recevoir l'affection dont il a besoin.

C'est ainsi que certains développent leur intelligence afin de réussir de hautes études, d'autres s'efforcent de briller dans le sport, d'autres utilisent leurs dons relationnels dans le but d'occuper une place dans leur micro-société...

François-Xavier Randour

http://www.coach-therapeute.com/Files/le_besoin_d_etre_reconnu.pdf

La reconnaissance n'en est pas moins une affaire empreinte d'ambiguïté. Elle vise deux effets : impressionner et séduire. Autrui est ainsi nécessaire à la reconnaissance, d'une part pour se distinguer de lui afin d'être reconnu, d'autre part pour qu'il soit acteur de cette reconnaissance, comme un relais, comme le projecteur de notre propre valeur. Autrui est ainsi un ennemi et un allié, la reconnaissance étant aussi une lutte. Pour certains, celle-ci leur est trop difficile. Mais comme l'homme est un animal social, ils ne peuvent y échapper. Une stratégie de substitution consiste à se fondre dans un groupe, à se reconnaître ensembles. D'autres encore tentent de créer leur propre référentiel de reconnaissance pour remplacer celui communément admis et qui pourtant leur est étranger. Il y a également l'illusion pour pallier à un déficit de considération, dont les appuis sont la vantardise ou la mythomanie, ou encore l'orgueil caractérisé par un culte solitaire de sa personne. La reconnaissance s'établit également dans l'espace public. Les minorités veulent être entendues. Ceux qui sont estimés comme étant à la marge veulent être reconnus par les conventions pour ce qu'ils sont, donc entrer en quelque sorte d'un pas prudent dans la normalité. Ainsi, reconnaître, c'est aussi accepter l'autre, le considérer comme son égal quelque soit ce qui nous différencie. La diversité est un trait humain qui fait la richesse de notre espèce à condition de reconnaître dans chacun de ses représentants un homme.

<http://philosophie.initiation.cours.over-blog.com/article-le-besoin-d-etre-reconnu-et-la-necessite-de-reconnaitre-autrui-65083758.html>

Le désir de reconnaissance¹ est un désir d'esclave (Nietzsche).

¹ Comme tout désir d'ailleurs (cf. *Peurs, désirs...* : education-authentique.org/uploads/PDF_DIV/DVD_C-D-PrésentationA.pdf et « Désir : en vie ! », in *LEA* 54 : education-authentique.org/index.php?page=lea