

# LA PAROLE ET LE SILENCE

dans l'accompagnement



Le silence s'invite inévitablement dans une relation. Tout naturellement il ponctue la chose dite. Quelque fois il devient à lui seul une expression, une manifestation. Encore faut-il qu'il dispose d'un espace pour cela et qu'il soit reconnu à sa juste valeur.

**P**our certains l'absence de la parole devient une gêne, un inconfort. Comment se comporter face au silence de l'autre ? Le plus souvent il est abrégé. Réduit à un manque de parole, à un vide, le silence est déconsidéré. Pourquoi ne serait-il pas accueilli comme un temps de partage ? Est-il seulement appréhendé comme une parole inaudible qui manque de consistance pour se dire ? Le silence n'est pas que des mots qui se taisent. Il est un élément à part entière de la rencontre. Dire est une ressource. Se taire est une possibilité. Cette alternative est présente dans toute rencontre. La relation d'accompagnement compose et s'adapte à ces temps silencieux.

La parole émerge du silence. Elle est la partie sonore d'un processus plus vaste qu'elle. La parole ouvre : il en est de même pour le silence, à sa manière, c'est-à-dire profonde et insondable. Le silence tient à distance, réserve pour plus tard ou

protège ce qui est considéré encore comme intime. Prendre l'initiative de rompre le silence c'est intervenir dans un processus. Il y a rupture, coupure, arrêt. Ce n'est pas parce que l'homme est un être de parole qu'il faut privilégier et valoriser le verbal au détriment du non verbal. Respecter le silence de l'accompagné c'est le respecter en tant que sujet. Le silence peut révéler un besoin : celui d'intégrer l'impact d'une parole, d'une conversation ou d'une situation. C'est le temps nécessaire à une régulation intérieure, le temps du retentissement voire de l'élaboration.

Il y a silence et silence. Certains sont pesants, lourds, épais, parfois paralysants. Ils insécurisent et fragilisent l'accompagnant s'il n'est pas préparé, centré et ancré. Le silence est alors un espace dans lequel se projettent les peurs, les manques, les rejets, etc.

Il subit de nombreuses interprétations... Les variantes du silence sont nombreuses : il précède une

## LA PAROLE OUVRE : IL EN EST DE MÊME POUR LE SILENCE.

parole sage, il prépare et peaufine une répartie, il octroie à ce qui est dit de la consistance.

Le silence encourage l'intériorité. Il est la manifestation d'un recueillement, d'un processus d'intériorisation. Le temps silencieux organise la pensée et structure le comportement à venir. Il est aussi la manifestation d'un embarras, d'une impuissance ou d'un refus d'être en lien. Il marque la fin de quelque chose. Le silence ponctue et signifie l'arrêt.

La présentation de la notion de silence dans cet article ne prétend pas être exhaustive. L'objectif étant de redonner l'opportunité de questionner pour chacun son rapport au silence, au sien comme à celui de l'autre.

Le silence est un facteur puissant. Il peut rapidement amener la personne qui le subit à perdre de l'assurance et de la confiance. Lorsque l'accompagnant est confronté à l'expression silencieuse de son client, il peut vivre un sentiment d'impuissance, de l'agacement voire de la colère. L'accompagnant

se doit d'accueillir et d'accepter tout autant le flux verbal que le silence. L'un comme l'autre sont à la fois des producteurs de liens et de sens.

L'intentionnalité de l'accompagnant n'est pas de favoriser la parole au détriment du silence.

Laisser venir, accepter ce qui est dit... et non dit. ■

#### TEXTE

Roger DAULIN  
Directeur Eco/COACH  
Accompagnant coach de vie et formateur

« LE SILENCE  
ENCOURAGE  
L'INTÉRIORITÉ »

