

Interprétation des gestes européens

- Bras et jambes croisés sont des positions de défense
- Les mains ouvertes expriment la sincérité
- Les bras croisés signifient la défiance
- S'asseoir à califourchon sur une chaise est un signe de domination
- Le décroisement des jambes et le rapprochement accompagnent une avancée vers un accord
- Le geste du visage appuyé sur la main est un signe d'évaluation (quelqu'un qui juge, soupèse, réfléchit...) et souvent critique (menton dans la paume, index le long de la joue et corps en retrait ou main qui caresse le menton)
- L'évitement du regard est un indice de non-sincérité
- Une personne qui sourit malgré son désaccord est en train d'"amortir le coup"
- Le frottement ou le toucher du nez par l'index exprime en général un malaise
- Les mains sur les hanches veulent dire "je suis prêt"
- S'avancer sur la chaise signifie qu'on approche d'un compromis
- Ouvrir un vêtement est un signe de coopération
- Se tordre les mains est un fort indice d'un sentiment de culpabilité
- Pointer du doigt est un geste de colère et de frustration
- La paume d'une main portée à la nuque est un geste de défense et d'exaspération
- Les mains jointes en forme de toit traduisent une certaine confiance en soi (jusqu'à de la fatuité et de l'orgueil parfois)
- Se trémousser sur la chaise, mettre les mains devant la bouche, parler du coin de la bouche, tirer sur ses vêtements quand on est assis accompagnent une forte nervosité
- Les chevilles croisées et les mains serrées indiquent une attitude de réserve
- La tête sur la main et les yeux mi-clos trahissent l'ennui (tous les tapotements également)
- Les mains qui se frottent annoncent un vif intérêt pour la suite des événements...

Après une mauvaise négociation, on peut entendre :

Il veut toujours avoir raison

Il ne veut rien comprendre

Il ne nous écoute pas

On a constamment dévié

Il était impossible de parler

On était trop nombreux

Ils ont réponse à tout

C'était la foire

Il n'y en avait qu'un qui parlait

C'étaient des attaques personnelles

Chacun s'est retenu

On n'a pas vraiment abordé le sujet

On s'est fait piégé

Il y en a un qui retombe toujours sur ses pieds

Ça ne sert à rien de discuter, il n'accorde pas de valeur à ce que je dis

On a coupé les cheveux en quatre

Je croyais que ça ne se terminerait jamais

À chaque fois, tout le monde s'énerve et le ton monte

On ne peut rien contre les gens de mauvaise foi

Ç'était à sens unique

Les reproches pleuvaient

On s'est fait manoeuvré

Le sujet était mal défini, c'est parti dans tous les sens

Ils ne discutent pas, ils affirment

On ne peut rien lui dire sans qu'il s'emporte

La conversation a tourné court

Après une bonne négociation, on peut entendre :

«On a pu exprimer nos propositions »

«On a compris où était le vrai problème »

«On a avancé»

«La discussion a mis en évidence les positions de chacun»

«On a senti une volonté de trouver une solution »

«On a cherché plusieurs solutions»

«On a eu le temps de réfléchir»

«On a vérifié la bonne qualité de notre décision et l'accord des parties»

«On a pris des engagements»

«On a découvert d'autres problèmes méritant une confrontation»

«Chacun va y gagner quelque chose»

«On a appris des choses qu'on ne savait pas»

«On a toujours eu le sentiment d'être accepté et écouté jusqu'au bout»

«On a eu affaire à des gens «responsables» »

«On a eu le sentiment de n'avoir jamais perdu de vue les risques courus»

«On n'a pas senti de pression»

«On a eu devant nous des gens accessibles»

Une Charte de la Discussion Constructive

1. Préserver une répartition équitable du temps de parole
2. Orienter son esprit vers « Comprendre l'autre »
3. Chercher à expliquer plutôt qu'à influencer
4. Une confrontation est interactive et synergique
5. Je m'engage à douter, voire changer d'avis
6. La discussion constructive nécessite une régulation des échanges
7. Discuter = donner et prendre du plaisir
(la discussion est aux idées ce que l'air est à l'homme)
8. Accepter l'épreuve du miroir
9. Discuter = rencontrer une personne
10. Construire, c'est produire quelque chose