



PSYCHO

LA BIENVEILLANCE,
UNE PRISE DE RISQUE

La bienveillance, une prise de risque

Ce sentiment d'a priori favorable et tolérant envers autrui se révèle de plus en plus précieux.

PASCALE SENK

ALTRUISME Est-ce un effet boomerang, un pare-feu à la croissante méchanceté ambiante ? Au moment même où le chercheur François Jost publie une captivante analyse de la médisance et du «bashing» se diffusant inexorablement sur les réseaux sociaux ou dans les «commentaires» des médias (*La Méchanceté en actes à l'ère numérique*, CNRS Éditions), jamais on n'aura autant parlé de bienveillance : colloques d'enseignants, de soignants, conférences de philosophes, de méditants autour de ce thème se multiplient. Ces appels à travailler avec précision et persévérance, comme les muscles abdominaux, une disposition plutôt naturelle et désintéressée peuvent sembler contre-productifs. À force d'appeler à la bienveillance, ne risque-t-on pas d'en altérer les élans spontanés ?

S'il se réjouit du succès de cette dimension altruiste qu'il étudie depuis des années et affirme qu'en effet «*nous sommes en train de changer d'univers mental*», Jacques Lecomte, spécialiste de psychologie positive, et auteur notamment de *La Bonté humaine* (Éd. Odile Jacob), craint toutefois une dérive. «*Il faut être attentif, notamment dans le monde de l'entreprise. Cette notion "d'attention bienveillante" risque parfois de servir la recherche de profits au détriment d'une attention authentique aux personnes. Concernant la bienveillance, il faut toujours s'interroger : est-ce désintéressé ou pas ?*»

Encore faut-il s'entendre sur ce qu'est la bienveillance. À l'occasion d'un récent colloque («Le bien-être dans l'éducation», qui s'est tenu les 2, 3 et 4 octobre

2017 à la Sorbonne Info <https://well-being-educ.sciencesconf.org/program/graphic/date/2017-10->), la chercheuse Céline Giron analysait l'entrée du concept de bienveillance dans le champ scolaire et notait : «*La bienveillance, entendue ici comme une disposition qui incline à vouloir du bien à autrui, prend des formes très diverses. Sur le millier d'occurrences répertoriées sur le portail Eduscol du ministère de l'Éducation nationale, il est indifféremment question selon les projets d'école bienveillante, de bienveillance éducative, de climat sécurisant et bienveillant, [...] de travail bienveillant, d'esprit de bienveillance et même de stigmatisation bienveillante*» (sic).

Pour Jacques Lecomte, la bienveillance précède l'action. Elle est «la bonté» déclinée dans la vie quotidienne, ordinaire, et n'a rien de spectaculaire. «*Ceux qui la pratiquent ne sont pas des "héros sauveteurs" mais ont un regard a priori positif sur autrui, la capacité à ressentir ce qu'il ressent, notamment s'il souffre - c'est l'empathie - et leur altruisme s'exprime en actes.*»

Bernadette Lemoine, psychologue et psychothérapeute expérimentée, développe une même approche dans l'aide aux parents. Pour elle qui publie (avec Diane de Bodman) *Petites Phrases à leur dire pour les aider à grandir* (Éd. Albin Michel), être bienveillant avec les enfants qu'on éduque, c'est d'abord veiller sur eux, être attentif à eux. Une attitude profonde qui influence chaque geste et décision. «*Éduquer, ce n'est plus donner des ordres de manière raide, à la militaire, mais dans un cœur à cœur avec l'enfant, avec souplesse... Toute l'ambiance familiale en est transformée.*»

Attention cependant, être bienveillant avec son enfant, ce n'est pas seulement lui faire plaisir : «*le problème de nombreux adultes, c'est qu'ils n'entendent dans le mot bienveillance que "ce qui est bien et facile pour l'enfant"*», observe la psychologue. Or, si jusqu'à 3 ans, l'enfant est en effet le centre du monde, les parents doivent ensuite veiller à le décentrer de lui-même afin que son plaisir seul ne domine pas, mais qu'il apprenne à faire plaisir aux autres. Sinon, le risque est de donner des enfants «no limits» qui, en fin de compte, ne savent ni se respecter, ni respecter l'autre dans le «bien vivre ensemble». En revanche, selon Bernadette Lemoine, mettre l'enfant en face de ses choix («est-ce que tu veux bien cesser de jouer pour aller te doucher ?») et des conséquences que ceux-ci entraînent, («Non ? Comme tu te comportes comme un tout-petit, tu mangeras donc avec les petits ce soir ?») se révélera plus constructif.

La réelle condition de cette bienveillance tant louée est le non-jugement. «*En France, où l'esprit critique est surdéveloppé, nous avons encore une sacrée marge de progression en ce domaine*», estime Jacques Lecomte. Et de rappeler qu'agir sans juger autrui est d'abord une prise de risque. «*Trop souvent, nous voulons bien coopérer, mais à condition que les autres le fassent en premier*, observe le chercheur. *Si personne n'initie le mouvement, rien ne bouge. En revanche, si on s'y met soi-même, on peut devenir source d'inspiration pour autrui, et on rompt le cycle infernal de la malveillance.*» La bienveillance a donc tout d'un pari sur l'avenir. ■



Il faut être attentif, notamment dans le monde de l'entreprise. Cette notion « d'attention bienveillante » risque parfois de servir la recherche de profits au détriment d'une attention authentique aux personnes.

JACQUES LECOMTE, SPÉCIALISTE DE PSYCHOLOGIE POSITIVE