

Les freins à la communication interpersonnelle



Jean-Marie Pérès
Rotary club Urrugne-Côte Basque



Paris 17 octobre 2010

moi

- ce que je veux exprimer
- mes mots et mes phrases,
avec mes gestes et la « manière »

nos canaux  de transmission

lui

- ce qu'il reçoit : mots, phrases, gestes, « manière »
- ce qu'il a entendu, écouté, compris, accepté, retenu
... avant de passer à l'action



les freins à la communication interpersonnelle

l'émetteur

idées à transmettre

- idée pas claire dans son esprit
- trop d'idées à transmettre en même temps
- pas d'idée du tout ... on n'a rien à dire
... on ne sait pas quoi dire !



les freins à la communication interpersonnelle

l'émetteur

mots et phrases

- vocabulaire inconnu du récepteur
- mauvais choix des mots
- manque de vocabulaire
- phrases mal faites
- tourner autour du pot
- manque de capacité à exprimer ses sentiments



les freins à la communication interpersonnelle

transmission

- mauvais canal
- attitude négative : colère, hostilité, autoritarisme, arrogance, mépris ...
- bruits, distractions environnantes
- parler trop bas, trop vite, trop lentement
- regarder à terre ou en l'air
- messages mixtes
- ton monotone, ennuyant
- mauvaise diction



les freins à la communication interpersonnelle

le récepteur

mots et phrases

- manque d'écoute
- distraction, « dans la lune »
- manque d'intérêt
- préparer sa réponse
- couper la parole
- plusieurs parlent en même temps
- distance, forme de la table, chaleur
- juger rapidement, cesser d'écouter, critiquer



les freins à la communication interpersonnelle

le récepteur

Idées comprises

- préjugés favorables ou non
- sélectivité, on choisit ce qui intéresse, frappe ou fait plaisir
- attitudes et états d'âme : joyeux, fâché, fatigué, blessé ...
- manque de capacité à percevoir les sentiments cachés sous les paroles et attitudes





Paris, le 17 octobre 2010
jmaperes@orange.fr

