



ON PEUT ÊTRE TROP MOTIVÉ

Quand on a tout investi dans un seul champ de sa vie, on est extrêmement vulnérable. Si cette sphère s'écroule, c'est toute notre vie qui s'écroule.

par *PIERRETTE DESROSIERS, M. Ps.,*

Psychologue du travail, conférencière, coach d'affaires

Marc, 35 ans, me consulte car « *la situation familiale est invivable* ». Après quelques heures de rencontre avec sa famille, je constate rapidement que je fais face à un cas très lourd. Le père est extrêmement rigide, il veut tout contrôler, il est agressif verbalement et physiquement. De plus, il est impulsif, menace et manipule son entourage. Bref, il souffre de ce qu'on appelle un « trouble de la personnalité » dans le jargon des psychologues.

Cet homme fait subir à son fils de la torture psychologique. Croyez-le ou non, il empêche Marc de fréquenter une femme, sous prétexte qu'elle n'est pas assez bien pour lui. Il menace de vendre la ferme, de le déshériter ou encore de se suicider, si Marc ne rompt pas avec cette femme. La mère de Marc tente de « *raisonner son garçon pour ne pas qu'il provoque son père, pour qu'il lui obéisse* ». Un vrai film.

La vie dans ce milieu ressemble à un cauchemar même si, de l'extérieur, cela donne l'allure d'un rêve. Un équipement à la fine pointe, des bâtiments neufs, un excellent troupeau et une performance laitière exemplaire. Mais cette performance est due en grande partie à Marc, puisque depuis qu'il a quitté l'école, il s'est complètement investi dans l'entreprise.

À la suite de l'évaluation de la situation de cette famille, j'annonce à Marc que je ne peux rien faire pour résoudre ce conflit. Son père devrait recevoir des soins spécialisés, que celui-ci refuse, on s'en doute. De plus, pour cette problématique, le pronostic n'est pas très encourageant.

En fait, Marc a deux choix. Ou bien il continue d'accepter d'être l'esclave de son père, de faire « *le bon garçon* » et de travailler 75 heures par semaine, sans aucun congé, et qu'il cesse de fréquenter son amie. Ou bien il s'affirme, il tient tête à son père et risque que celui-ci mette ses menaces à exécution. Peut-être que le pire n'arrivera pas, je n'ai pas de boule de cristal.

Marc pleure à chaudes larmes : « *J'ai tout investi dans la ferme depuis que j'ai 15 ans. Je n'ai jamais fait autre chose, je n'ai jamais eu de loisirs, ni d'amis, ni de blonde avant aujourd'hui. La ferme, c'est toute ma vie, je n'ai été motivé que pour réussir dans l'entreprise.* »

Voilà le drame : Marc a tout investi dans un seul champ de sa vie, son travail. La motivation, c'est avant tout de l'émotion, c'est un



Pierrette Desrosiers
PSYCOACHING

Pierrette Desrosiers, M.Ps.
*Psychologue du travail
Conférencière
Coach d'affaires*

Courriel: pierretted@lincsat.com
www.desrosierspsycoaching.com

☎ 819 849-9016
☎ 819 849-9421

849, Rang 10
St-Herménégilde, QC
JOB 2W0

investissement affectif. Lorsque nous dirigeons toutes nos émotions, notre énergie, nos pensées et nos ressources dans un seul champ, nous sommes extrêmement vulnérables. Pourquoi ? Si cette sphère s'écroule, c'est toute notre vie qui s'écroule. Nous devenons donc dépendants et prêts à accepter presque n'importe quoi.

Être en équilibre, c'est répartir équitablement notre capital affectif (notre motivation) dans plusieurs champs de notre vie : personnel, couple, famille et travail. C'est comme de répartir le poids de façon égale sur un tabouret à quatre pattes. Si une patte est plus fragile, je peux compter sur les autres. Et si un jour je perds une patte, il m'en reste trois.

Alors oui, on peut être trop motivé, trop investi du côté émotif. Quand ce qu'on aime le plus nous fait le plus souffrir, peut-être est-il temps de s'en distancer, de prendre un recul en s'appuyant sur nos autres pattes.

Être en équilibre, c'est répartir équitablement notre capital affectif dans plusieurs champs de notre vie : personnel, couple, famille et travail.

Vous avez des commentaires ou des suggestions ? N'hésitez pas à communiquer avec Pierrette Desrosiers.

Paru dans Le Bulletin des agriculteurs – Novembre 2005



Pierrette Desrosiers
PSYCOACHING

Pierrette Desrosiers, M.Ps.
*Psychologue du travail
Conférencière
Coach d'affaires*

Courriel: pierretted@lincsat.com
www.desrosierspsycoaching.com

☎ 819 849-9016
📠 819 849-9421

849, Rang 10
St-Herménégilde, QC
JOB 2W0