

- 10. Proverbes 12.17,22
- Proverbes 16.13
- Proverbes 19.5
- Proverbes 26.18-19
- Proverbes 26.22
- Proverbes 28.23
- Proverbes 29.5
- Ephésiens 4.15,25
- Colossiens 3.9

Découvrons quel genre de communicateur vous êtes et ce que vous connaissez réellement de votre fiancé(e).

Supposons que vous interrogiez un étranger. Vous devez lui poser toutes sortes de questions sur le mariage, ses expériences passées, son enfance, ses hobbies, ce qu'il aime et ce qu'il n'aime pas, ses convictions religieuses, l'image qu'il a de lui-même, ses projets, etc... N'oubliez pas que vous ne savez rien de l'autre personne. Construisez vos questions de manière à ne pas influencer les réponses. Après cela, échangez les rôles : c'est au tour de votre fiancé(e) de vous interroger.

Dans son livre : « Pourquoi ai-je peur de te dire qui je suis » John Pawell affirme que nous communiquons sur cinq niveaux différents, cela va des clichés superficiels à des remarques plus profondes et personnelles.

Les raisons qui nous freinent, telles la peur, l'apathie ou la mauvaise estime de soi, nous gardent à un niveau superficiel.

Si nous pouvons être libérés de nos limitations, nous développerons un niveau de communication plus profond et plus significatif.

## Les cinq niveaux de communications

*Le niveau cinq : conversation banale.*

Ce mode d'expression est très sûr et n'implique aucun échange personnel. Chacun demeure sur la défensive. Nous utilisons des phrases telles que :

- Comment vas-tu ? Comment va ton chien ?
- D'où viens-tu ? J'aime ta robe.

*Le niveau quatre : Rapport de faits concernant les autres.*

Dans ce type de conversation, nous aimons raconter aux autres ce que quelqu'un nous a dit mais nous n'offrons aucune information personnelle à ce sujet. Nous discutons des faits tels que les informations d'actualité. Nous rapportons les commérages mais ne livrons aucune idée personnelle.

*Le niveau trois : Idées et opinions.*

La vraie communication commence à se révéler. La personne sort de sa coquille et risque d'exposer quelques-uns de ses points de vue, tout en restant prudente. Si elle sent que ce qu'elle va dire ne sera pas accepté, elle se rétractera.

*Le niveau deux : Sentiments ou émotions.*

À ce niveau, la personne partage ce qu'elle ressent à propos de faits, d'idées ou d'opinions. Elle dévoile ses sentiments profonds. En persévérant dans le partage de nos sentiments, nous accèderons à une communication plus ouverte :

*Le niveau un : Une communication personnelle et émotionnelle sans réserve.*

Toutes les relations profondes doivent être basées sur l'honnêteté et la franchise totales. Ceci peut s'avérer difficile puisque cela implique un risque — le risque d'être rejeté. Mais ce genre de communication est vital si on veut qu'une relation se développe. Il y aura des moments où ce genre de communication ne sera pas aussi ouvert.

Prenez le temps maintenant de répondre par écrit aux questions suivantes :

- 1) Citez quelques-unes des raisons qui font que les personnes communiquent au niveau cinq ou quatre.