

Positions de Vie

Exercice :

Lisez la situation suivante et précisez la position de vie (+/+ , +/- , -/+ , -/-) exprimée dans chaque partie (1,2,3 et 4) :

[Je suis au travail et mon supérieur vient me trouver pour me demander d'effectuer une recherche concernant le produit que nous lançons actuellement. Il m'explique ce qu'il attend, je l'écoute et lui fais part de mon accord.]¹

[Je me sens compétant pour faire ce travail et trouve la demande légitime. Je commence alors le travail lorsqu'un collègue s'approche de moi et commence à me parler de son week-end. Il me vante les mérites de la voile et m'explique ce que cela lui apporte de pratiquer ce sport. Je ne connais rien à la voile et de plus cela m'ennuie de l'écouter car j'ai un travail à faire. Je me dis que je ne peux supporter d'avantage la situation et sous prétexte d'un dossier à aller chercher, je m'éclipse.]²

[Plus tard dans la journée, ma secrétaire entre l'air dépitée et m'avoue avoir oublié de poster un courrier important que je lui avais remis deux jours plus tôt. Je me mets en colère et lui dit que je vais le faire moi-même, ajoutant que je ne peux lui faire confiance.]³

[Le téléphone sonne alors et ma femme m'apprend que les ouvriers qui réalisent des travaux à notre domicile doivent s'absenter pour un autre chantier et vont laisser notre appartement en l'état pendant deux semaines. Elle n'a pu obtenir qu'ils terminent notre chantier avant de commencer l'autre. Je raccroche en me disant que je ne

peux en supporter davantage. Je me sens vidé et déprimé.]⁴